

CENTRO STUDI SO-WEN

FONDAMENTI DI AGOPUNTURA



SO-WEN 

So-Wen Editore - Milano

CENTRO STUDI SO-WEN

FONDAMENTI DI AGOPUNTURA

**- PROPEDEUTICA -
DISPENSE DEL 1° ANNO DI CORSO**

A cura dei dottori:

M.R. Comerio

C. Di Stanislao

R. Gatto

A. Lomuscio

M. Maiola

M. Montani

R. Monzani

S. Rapuzzi

Gli Autori ringraziano la dott.ssa E. Laguzzi per l'attenta revisione tipografica

**Ed. So-Wen S.r.l. – Milano
Copyright © 2005 – Tutti i diritti riservati**



NOTIZIE STORICHE

L'agopuntura è una metodica terapeutica molto antica, così antica che, per ritrovare le sue origini, bisogna affidarsi alla leggenda.

Di leggenda e del caso si tratta, quando si racconta che un soldato cinese, afflitto da ischialgia, mentre cacciava per procurarsi il cibo, cadde nella neve e vi rimase sommerso ad eccezione di un piede, calzato di pelo. Scambiato così per un animale, venne ferito da una freccia a lato del malleolo esterno. Toltala, constatò con gioia che i suoi dolori erano del tutto scomparsi: la freccia, conficcata in quel punto, aveva scacciato il demone che lo affliggeva. La diffusione della notizia e le esperienze successive fecero il resto. 13 demoni furono in un primo tempo sconfitti, dice la leggenda, ma il seguito fa già parte della storia, anche se è impossibile stabilire una data precisa.

Siamo comunque nel Neolitico quando i punti di agopuntura, o *xué*, vengono stimolati con schegge appuntite di pietra e scoperti in numero sempre maggiore. L'efficacia della loro stimolazione divenne sempre meno casuale e, probabilmente, gli antichi Cinesi si rafforzarono nell'idea che strette connessioni dovevano esistere fra le diverse parti del corpo e fra superficie e profondità. L'affinamento delle osservazioni e delle conoscenze sul corpo umano portarono alla formulazione di una complessa teoria che, considerando il susseguirsi degli *xué*, li vedeva collegati in una rete energetico-funzionale invasiva, avvolgente ogni parte dell'uomo.

Le varie parti di questa rete furono chiamate genericamente *Jing luò* che, letteralmente, significa via-collegamento e che è stato tradotto in Occidente col termine impreciso e insufficiente di meridiani. Sono le vie preferenziali di scorrimento seguite dall'energia e dal sangue (in senso cinese) per far intercomunicare ogni parte del corpo (l'interno con l'esterno, l'alto col basso, la destra con la sinistra, il davanti con il dietro) e il corpo stesso con l'universo.

La primitiva stimolazione dei punti, con significato puramente sintomatico, venne sostituita da una visione terapeutica basata su una concezione di interrelazioni fra micro-cosmo (l'uomo) e macro-cosmo, dominata dall'energia.

Soffermiamoci a questo punto a considerare, per sommi capi, prima l'aspetto mitico dell'origine della civiltà cinese e poi la sua storia, che possono aiutare nella comprensione del pensiero cinese.

A trasformare la precarietà dell'esistenza dei primi Cinesi, senza nozioni di caccia, di pesca, né di agricoltura e incapaci di difendersi e di curarsi, furono prima i 3 Augusti, dice una tradizione leggendaria: *Fuxi*, *Shennong* e *Huangdi* o, secondo un'altra versione, *Fuxi*, *Nugua* e *Shennong*, e poi i 5 Imperatori.

Si può intravedere in questi due numeri, 3 e 5, che tante volte ritroveremo nello studio dell'agopuntura, quanto il simbolismo numerico condizioni il pensiero cinese antico (la numerologia è d'altronde prerogativa di tutte le tradizioni iniziatiche).

Il 3 rappresenta l'organizzazione di ciò che l'Universo era prima che avesse un Cielo, una Terra e l'Uomo. Perciò 3 sono gli Augusti, le prime massime potenze benefiche per l'uomo.

A *Fuxi* è attribuito l'ordinamento della vita dei Cinesi, tramite l'insegnamento della costruzione della casa, dell'allevamento degli animali domestici, della caccia e della pesca; l'organizzazione del popolo attraverso i primi documenti scritti, i Riti e la rivelazione della costituzione dinamica dell'universo sottoforma di 8 trigrammi.

Nogua, cui una tradizione attribuisce sesso femminile, è un armonizzatore di ciò che è diverso, gli si attribuisce l'invenzione della musica. Inoltre è considerato un restauratore, per aver provveduto ad aggiustare una colonna del Cielo pericolante, prima che potesse rovinare sulla Terra.

Nelle rappresentazioni *Fuxi* e *Nogua* appaiono con viso umano e corpo di drago, reggendo a volte squadra e compasso o il sole e la luna, simboli maschili e femminili, a sottolineare il loro ruolo di progenitori del genere umano.

Shennong, il cui nome significa "Divino agricoltore", inventò l'aratro e insegnò a coltivare la terra e a riconoscere le piante medicinali.

Quanto a *Huangdi*, esso è compreso a volte nell'elenco dei 3 Augusti e a volte in quello dei 5 Imperatori, ma è comunque sempre presente, forse per indicare l'importanza che gli è attribuita.

E' l'imperatore Giallo, come è gialla la razza cinese, e regnò in virtù dell'elemento Terra, il cui colore è il giallo come quello delle messi.

Per la tradizione il suo regno durò 100 anni, dal 2697 al 2598 e, sebbene la storia lo rifiuti come personaggio reale, la sua figura e il suo operato sono per i Cinesi il compendio di tutta la loro civiltà.

A *Huangdi* si deve l'organizzazione del governo con sei ministri e funzionari di vario genere, la messa a punto della scrittura, l'origine delle matematiche, delle tecniche industriali; l'adozione dell'oro e dei materiali preziosi



quale moneta di scambio; l'invenzione degli abiti civili e militari, dei mezzi di trasporto per acqua e per terra, delle armi e degli utensili e soprattutto l'insegnamento della medicina, specie dell'agopuntura, e delle tecniche di lunga vita.

Quanto al numero 5 che elenca i primi Imperatori, questo può essere messo in relazione col dinamismo dell'universo, l'alternanza ciclica di ogni fenomeno che a partire da un centro si svolge nelle quattro direzioni fondamentali; riferita all'uomo (centro), l'alternanza si rispecchia nel flusso delle quattro fasi della sua vita.

Il numero 5 rappresenta per i Cinesi il termine di riferimento di una classificazione che, a partire dai 5 Elementi, comprende tutto ciò che appartiene all'uomo e che esso percepisce. Inoltre 5 sono le razze che hanno formato etnicamente la Cina e 5 i testi "Classici" che hanno formato culturalmente i Cinesi.

I due ultimi, dei 5 Imperatori, furono *Yao* e *Shun* modelli di virtù e di dignità, dopo i quali sarebbe iniziata la prima dinastia *Xia* (2207-1766) con *Yu* il Grande, originario delle regioni sulle rive del fiume Giallo e considerato domatore delle acque per le opere di bonifica che effettuò nelle zone paludose.

I Cinesi, che tengono enormemente all'antichità delle loro origini, oppongono all'uomo di Néandertal "l'uomo di Pechino" per aderire ad un'origine paleolitica. Nell'uomo di Pechino pare si ritrovino, in effetti, caratteristiche anatomiche mongoloidi e anche specificatamente cinesi.

In realtà i ritrovati neolitici sembrano rappresentare la protostoria della civilizzazione cinese o, per lo meno, sono i primi che si ritrovano nei musei di tutto il mondo in forma di stoviglie, utensili, armi, e si fanno risalire al 20 millennio a.C.

L'età del bronzo è ampiamente documentata dai vasi funerari, dalle armi, dagli emblemi di potere in giada, ceramiche, motivi architettonici in marmo, iscrizioni oracolari su ossa e gusci di tartaruga.

Solo a questo punto gli storici iniziano il discorso sulle dinastie, a partire dalla seconda, quella *Shang-Yin* (1765-1122 a.C.)

Le storie dinastiche, in numero di 24, iniziano con le cronache imperiali alle quali seguono: note sul calendario, sui riti, la musica, le leggi, l'economia, il commercio, i sacrifici ufficiali, l'astronomia, i 5 elementi (che riguardano avvenimenti rimarchevoli o eccezionali), le notizie geografiche e la letteratura.

L'era del ferro modifica sia la condotta dei combattimenti, per la maggior leggerezza degli armamenti e la costruzione dei carri, sia la natura sedentaria dei Cinesi e determina l'inizio della loro tendenza espansionistica, che comincia con l'opposizione alle incursioni dei nomadi e prosegue con le guerre ai barbari e la conquista dei loro territori.

I repertori archeologici testimoniano l'organizzazione sociale del tempo: il sovrano investito di ogni potere e le due classi, dei nobili e dei contadini; un'agricoltura già sviluppata, grazie alle irrigazioni, con coltivazioni di grano, miglio, riso; un ritualismo religioso, particolarmente dedicato agli antenati, molto diffuso e seguito.

La terza dinastia, degli *Zhou*, prende il potere nel 1121 e lo detiene fino al 222 a.C. L'ordinamento, di tipo feudale, è costituito da Stati riuniti in una confederazione.

Anche questa dominazione viene divisa in due periodi. Il primo è detto "delle Primavere e degli Autunni", dal titolo di un'opera che riferisce la cronaca di un principato, e vede succedersi l'egemonia dei 12 principati facenti parte della Confederazione. Il secondo è detto "degli Stati combattenti", per essere caratterizzato dalle lotte di potere dei 7 grandi feudi che finiranno sottomessi ad uno di essi, il *Qin* il quale darà il nome alla successiva dinastia.

L'immagine della Cina, in forma di Confederazione, è quella di un grande paese in espansione, in accordo con le leggi celesti. Il sovrano infatti, per i Cinesi, riceveva il mandato dal Cielo ed accentrava in questo modo il potere politico e religioso. Quando le incursioni dei barbari si facevano pressanti e rovinose, quando le guerre e le carestie decimavano la popolazione o quando la cattiva amministrazione o la ambizione corrotta dell'imperatore non impersonavano le virtù celesti, ciò significava che il Cielo aveva modificato i suoi disegni e preparava un suo nuovo degno rappresentante. Fra periodi illuminati e oscuri, il mito dell'Impero, come espressione del potere divino, che difatto inizierà con i *Qin*, durerà fino al 1911 della nostra era.

Quello degli *Zhou* (dinastia che durò per nove secoli) fu un periodo molto fecondo per il pensiero cinese. L'amministrazione dello stato e la vita sociale si svolgevano secondo i dettami dei Riti; anche se il "Rituale degli *Zhou*" che ci è pervenuto sembra essere stato perfezionato in tempi successivi.

All'ordinamento gerarchico dello stato che oltre all'Imperatore contava sei Ministri (il Primo Ministro, e quelli dell'Interno, delle Cerimonie, della Guerra, della Giustizia e dei Lavori pubblici) fa riferimento, nei testi di medicina, anche la struttura del corpo umano, i cui organi (i ministri) avranno funzioni armonicamente correlate per il mantenimento della salute.

Tramandati e venerati come sacri, cinque testi sono sempre stati considerati dai Cinesi come dei "classici"; in essi, infatti, è racchiusa la sapienza ancestrale.

Nell'ordine sono: il "Libro delle mutazioni" (*Yi jing*), il "Libro della storia" o "Annali della Cina", il "Libro delle odi", il "Libro dei Riti", le "Cronache delle Primavere e degli Autunni".

I 5 Classici, che sono anteriori a Confucio, saranno trasmessi da lui e dalla sua scuola. Confucio, il cui nome era *Kong fuxi*, vissuto dal 551 al 479 a.C., predicando la benevolenza, i doveri, l'amicizia, il rispetto per i superiori, l'osservanza dei Riti, con i suoi discepoli prima e più tardivamente con Mencio, oltre che un modello di comportamento morale per tutti, traccia il profilo del sovrano perfetto che sarà tenuto in considerazione anche a distanza di secoli, come a distanza di secoli si manterranno confuciani i Cinesi.

L'Accademia dei letterati riuniva gli studiosi provenienti da ogni paese dando loro ospitalità, ed è curioso notare che, in questo stesso periodo, anche ad Atene i seguaci di Platone fondarono l'Accademia.

La Scuola dello *Yin-Yang* e dei 5 Elementi, che prende ispirazione da un capitolo del “Libro della storia” intitolato “La Grande Regola”, interpreta la cosmologia e, in maniera indelebile, riferisce tale interpretazione ad ogni campo dello scibile.



La Scuola del *Dao*, rifacendosi a *Laozi*, presunto autore del *Daodejing*, il “Libro della Via e della Virtù”, contrasta nettamente con i confuciani e, opponendosi al loro servile ritualismo, all’osservanza degli obblighi sociali, al prestigio di onori e ricchezze, predica invece il ritorno alla comunione primitiva con l’universo, alla gioia di vivere senza pensieri, secondo la virtù.

Ma lo spirito confuciano o taoista non era condiviso né rispettato in tutta la Cina del tempo: i Riti erano un modello comportamentale che poteva andar bene per i nobili, ma non per il popolo, per il quale occorrevo regole ben più severe, le leggi. Così la pensavano i seguaci della Scuola delle Leggi, i Legisti, responsabili del governo di terrore che vigevo in quell’epoca feudataria. L’odio fra

confuciani e legisti era reciproco.

L’epoca in cui il legismo trionfò fu quella dei *Qin*, la dinastia che, col pugno di ferro, riuscì a riunire in 34 anni di lotte micidiali tutti gli Stati della Confederazione, facendone un Impero. Era la quarta dinastia.

Ritenendosi pari ai 3 Augusti della tradizione, il primo imperatore già sovrano dello stato *Qin*, si attribuì il titolo di Augusto e divenne *Qin Shi Huangdi*, predicendo che la sua sarebbe stata una dinastia di “diecimila generazioni”.

Indubbiamente egli lasciò una grande traccia del suo passaggio nella storia. Infatti, anche se l’opera di fortificazione rappresentata dalla Grande Muraglia, a lui attribuita, non è interamente sua, essendo già stata iniziata durante la fine degli Zhou, egli ne unì le parti costruite e le estese ulteriormente, in modo che l’impero ne risultò protetto a nord-ovest, nord e nord-est. Quest’emblema della difesa cinese dalle aggressioni esterne assorbirà anche in seguito le cure di varie dinastie, particolarmente dei *Ming*. Vedremo in seguito come la Grande Muraglia non abbia mai realmente costituito una valida difesa dalle feroci aggressioni barbare; infatti essa servì principalmente per dividere le terre coltivate dalle steppe e, nei periodi in cui i Cinesi esercitavano una rigida xenofobia, a impedire che i barbari si mescolassero agli abitanti delle zone di frontiera.

L’opera di unificazione intrapresa da *Shi Huangdi* si estese ai pesi e alle misure, alla larghezza dei carri, ai caratteri della scrittura. Per i suoi frequenti viaggi di ispezione lungo l’impero volle, a partire dalla capitale, larghe strade imperiali, sopraelevate per evitare le inondazioni e fiancheggiate da alberi.

Ma forse ciò che lo rese famoso, questa volta in senso deleterio, fu la promozione di quella che potremmo definire la prima rivoluzione culturale della Cina: avvenne nel 213 a.C.. Tramite il suo primo ministro *Li Si*, rigido Legista, *Shi Huangdi* mise in atto la più grande distruzione di libri di tutti i tempi, particolarmente delle opere letterarie. Nonostante questo la tradizione, lungamente tramandata a memoria, non si

disperse. I Classici, le opere di Confucio e pare anche i testi di medicina furono riscritti quando i tempi tornarono migliori e, probabilmente, subirono nella trascrizione gli influssi di un pensiero posteriore.

Per quanto riguarda il più importante e antico testo di agopuntura rimasto, il *Nei Jing*, la datazione più probabile della sua prima stesura pare essere quella della dinastia *Zhou*, fra il 3° e il 5° secolo a.C., data l'impregnazione del pensiero della scuola dello *Yin-Yang* e dei 5 Elementi.

Nulla vieta però di pensare che l'agopuntura sia stata esercitata precedentemente con una codificazione diversa: la sostituzione delle antiche punte di silice con i sottili aghi di metallo, cui si allude nel testo, potrebbe esserne una conferma.

L'attribuzione del *Nei Jing* all'imperatore Giallo *Huangdi* ha un significato che può essere letto in termini di autorità e di saggezza antica, di ispirazione celeste: abbiamo visto come *Huangdi* fosse considerato l'iniziatore anche della medicina.

Quest'opera, redatta in forma di dialogo fra l'imperatore e cinque dei suoi medici o sapienti, si compone di due parti: "Questioni semplici" (*Su-wen*) e "Cardine spirituale" (*Ling-shu*); essa riassume, oltre al pensiero filosofico e alle concezioni cosmologiche, tutto ciò che si sapeva in Cina, prima di Cristo, sull'anatomia, la fisiologia, la patologia e la terapia con aghi e moxa; vi sono descritti i meridiani e i loro punti e sono esposte le regole secondo le quali vi circola l'energia. Vi si dice che l'uso degli aghi, anzi delle primitive punte di pietra, è originario dei paesi del sud, sui versanti marini, dove una certa montagna aveva la caratteristica di fornire pietre sottilissime naturalmente lunghe, la cui punta veniva resa acuminata, e dove la popolazione soffriva prevalentemente di malattia da calore e di eccessi energetici.

Le moxa o *Kao*, che non sono altro che applicazioni locali di calore in forma di piccoli coni, ricavati dall'erba artemisia secca e finemente sminuzzata, fatti bruciare lentamente, pare siano state invece più usate nei paesi del nord, montuosi, freddi, e ventosi, in cui le malattie, derivanti da carenze, potevano trovare più giovamento dall'applicazione del calore. Ma la indicazione terapeutica dei due mezzi si ampliò e si integrò in seguito, senza più una così netta separazione.

Nel *Nei Jing* è fatto cenno anche al massaggio dei punti e, in epoche successive, con alternanza, si applica questa tecnica estendendola anche ai tragitti dei meridiani o preferendola all'infissione degli aghi per i bambini o per gli adulti paurosi.

Su-wen e *Ling-shu* contano ciascuno 81 capitoli, numero comune ad altri testi importanti (quali il *Daodejing* e il *Nan Jing*), numero multiplo di 9 (9 x 9), che indica il sapere compiuto e supremo della vita universale.

Sicuramente postumo al *Nei Jing*, databile circa al 4° secolo a.C., e opera di *Bian Que*, ci rimane un altro testo importante, il *Nan Jing*, "Classico delle difficoltà".

Esso si propone di spiegare le difficoltà del *Nei Jing* e, infatti, gli 81 capitoli di cui si compone sono chiamati e numerati come difficoltà e vi si riprendono con organicità gli argomenti difficili trattati dal *Nei Jing*.

A *Bian Que* sono attribuiti, oltre ad altre opere, anche nuovi contributi teorici e pratici all'agopuntura esposti nel "Libro di Mezzanotte-Mezzogiorno". Questa regola,

si chiama appunto di Mezzanotte-Mezzogiorno, e verrà ripresa e applicata in seguito fino ai nostri giorni.

E' pure noto un aforisma di *Bian Que*, questo celebre medico dell'epoca precristiana; egli era solito dire di poter guarire tutte le malattie ad eccezione di sei: una ricchezza troppo grande per un uomo troppo debole; l'orgoglio che sopraffà la ragione; l'incapacità di guadagnarsi il pane; l'insufficienza di *Yin* e di *Yang*; una magrezza tale da non poter sopportare un trattamento e soprattutto la fiducia negli stregoni accompagnata da diffidenza verso i medici.

Moltissime opere di queste epoche così lontane sono andate perdute e di alcune si conoscono solo titoli e autori, tramite gli annali delle dinastie o tramite citazioni postume.

Si sa così che gli approfondimenti e gli studi sono sempre proseguiti per convalidare e arricchire il metodo e che sono stati scritti trattati per ampliare o puntualizzare gli argomenti già esposti nel *Nei Jing*.

Le repressioni che caratterizzarono l'impero di *Shi Huangdi* e l'incapacità di governare del figlio successore diedero i loro frutti: le rivolte.

Scrivono uno storico, a questo proposito, che la morte del primo imperatore *Qin*, avvenuta durante un viaggio, venne tenuta nascosta fino all'arrivo del carro imperiale alla capitale, proprio per evitare disordini; per mascherare il manifesto odore di cadavere i carri di scorta vennero caricati di pesce.

Ma il Cielo evidentemente aveva già scelto il degno fondatore di una nuova dinastia che doveva sostituire quella breve dei *Qin*.

Ad iniziare la dinastia *Han*, dopo anni di guerriglia, fu un modesto ufficiale imperiale, *Liu Bang*, saggio e valoroso, che diverrà una delle figure più celebri della Cina; col nome di *Han Gaozu* nel 206 a.C. diventò imperatore. Lentamente le cose si stabilizzarono e si raggiunse un equilibrio politico e sociale. Nello stesso tempo si cercò di avvicinare, permettendone la convivenza, il pensiero taoista, confuciano e legista. I Cinesi amarono definirsi "figli di *Han*".

Durante questa e in alcune seguenti dinastie ebbero grande potere gli eunuchi, ai quali l'imperatore si appoggiava per la loro lealtà, libera dalle tendenze a favorire l'eredità degli incarichi, propria dei confuciani.

La storia più gloriosa degli *Han* venne scritta dall'imperatore *Wendi* il Letterato, che regnò in modo austero e saggio, e soprattutto da suo nipote *Wudi*, il Guerriero, che mise in atto una grande espansione nell'Asia centrale, arrivando ad annettere il sud della Manciuria e la Corea del nord.

In questo periodo l'impero cinese e quello romano entrarono in contatto attraverso il commercio della seta e di altre mercanzie preziose. Sotto l'impero di *Wudi* si ebbe la monopolizzazione del sale e del ferro e comparve la prima cartamoneta rappresentata da pelle di daino bianco delle riserve imperiali.

Si attuò la regola del "granaio sempre pieno": lo stato, acquistava il grano quando il costo era basso per riempire i magazzini e poter affrontare le eventuali carestie e il mantenimento delle truppe senza dover acquistare nei periodi di rialzo dei prezzi.

Gli studi classici ebbero grande favore e l'istruzione si diffuse enormemente con l'istituzione di scuole i cui insegnanti erano pagati come funzionari; alla fine degli *Han* si conteranno 30.000 scuole. Fu aperta anche un'Università Imperiale, con una cattedra per ogni classico, che preparava i burocrati statali.

La scoperta della carta favorì la diffusione della cultura. I 5 Classici distrutti o dispersi da *Shi Huangdi* vennero raccolti e riscritti.

Di questo periodo sono celebri le "Memorie storiche" di *Sima Qian*; i pensieri dei maestri confuciani e taoisti si diffusero, se pure con una predominanza del confucianesimo tenuto in grande stima da *Wudi*.

La dottrina dello *Yin-Yang* e dei 5 Elementi prese un grande sviluppo e l'agopuntura e la farmacopea, attraverso la compilazione di trattati, registrarono un'ascesa considerevole.

Molti medici famosi di quest'epoca sono ormai personaggi storici: un chirurgo scoprì la narcosi e stabilì la falange, il cun, come unità di misura; un altro medico, *Zhang Zhongjing*, considerato l'Ippocrate cinese, scrisse il "Trattato sulle malattie causate dal freddo" in cui per la prima volta i 12 meridiani vengono raggruppati nei 6 grandi meridiani; vengono così descritti gli stati energetici, con una suddivisione sintomatologica in 6 sindromi. Viene inoltre esposto il principio delle 8 regole diagnostiche.

Nelle "Ricette racchiuse nel cofanetto d'oro", vengono distinte malattie acute e croniche, con indicazioni terapeutiche di agopuntura in base all'eziologia, e analizzati inoltre diversi tipi di febbre e altre affezioni.

Grandi progressi si registrarono anche in campo economico e nello studio del calendario: venne costruita una sfera armillare e poi il primo sismografo.

Anche la dinastia *Han*, è divisa in due periodi (anteriore e posteriore), frammezzati dal breve regno di un usurpatore, dal 9 al 25 d.C., fondatore della dinastia *Xin*.

Durante questo breve regno vi furono importanti riforme, agraria e monetaria (le monete d'oro furono convertite in quelle di bronzo, a beneficio del tesoro dello stato). Si tenne anche la prima grande assemblea di tutti i saggi e gli scienziati di ogni disciplina. Probabilmente si scoprì la bussola in quest'epoca.

Nel periodo degli *Han* posteriori venne scritto il primo libro di alchimia del mondo. Si perfezionò l'arte della ceramica con l'inizio del procedimento di invetriatura. Registrano anche grandi progressi la tessitura e l'architettura con la costruzioni di tegole e mattoni decorati.

La fine degli *Han* posteriori avvenne per una rivolta detta "dei Turbanti gialli" che approfittarono dei conflitti interni fra letterati, famiglie nobili e eunuchi.

L'impero si divise in **tre reami**, dal più potente dei quali originò la successiva dinastia, quella dei ***Jin occidentali*** (265-316).

A nord e al centro presero però il sopravvento i barbari (Turchi, Mongoli, Unni, Tungusi) e l'impero cinese si rifugiò a sud con la dinastia dei ***Jin orientali*** o posteriori (317-420).

E' del periodo *Jin* un primo trattato sulla palpazione dei polsi, "*Mo Jing*" di *Wang Shu He*, che determinerà l'adozione di questo esame fra i criteri diagnostici

fondamentali dell'agopuntura. Inoltre "L'agopuntura del *Jia Y-i Jing*" (regole I e II di Agopuntura) basato sul *Nei Jing* e un libro oggi disperso "*Ming Tang Kong Xue Zheng Jiou Zhi Yao*" (Trattamento essenziale dei punti di agopuntura in clinica) di *Ming Tang*.

A seguito di una memorabile battaglia condotta dai *Jin* contro un potente principe barbaro nel 383, l'unità del Nord si disgregò in 16 Reami indipendenti. In questo periodo, detto delle dinastie del Sud e del Nord (420-589) si succedettero a sud 4 dinastie e a nord 5, dopo che una dinastia barbarica, quella dei *Topa* o *Wei*, ebbe riunito i 16 Reami. Specie un imperatore di questa dinastia, *Xiaowen*, gran letterato e sostenitore di Confucio, intraprese una vera e propria azione di sinizzazione dei barbari, incoraggiando matrimoni misti, cambiando i nomi e sviluppando cultura ed educazione alla cinese.

Presso i *Jin* orientali e le successive dinastie del Sud e del Nord, il taoismo divenne dominante, nonostante l'infiltrazione progressiva, a partire dalla metà del 3° secolo a.C., del buddismo ad opera di bonzi provenienti dall'India che diffondevano la loro dottrina ed edificavano templi.

A questo punto va chiarito che confucianesimo, taoismo e buddismo non sono mai stati concepiti e osservati dai Cinesi come religioni, nel senso che noi diamo a questo termine. Essi hanno piuttosto rappresentato correnti di pensiero, insegnamenti riguardanti modelli di vita, senza nulla togliere a ciò che rappresentava per la Cina il culto religioso degli Antenati e la divinità del Cielo.

Le aggressioni successive fra Sud e Nord si alternarono per 260 anni, finché un cinese che sarà l'imperatore *Wen* mise fine alla dominazione barbarica del Nord unificandolo al Sud e fondando la dinastia *Sui*, nel 589.

Riguardo all'agopuntura, si sa che in questo periodo vennero impresse le prime tavole dei punti, ripartiti lungo i meridiani, per una migliore precisazione topografica. Vennero inoltre descritte in trattati più di 1000 malattie, fra le quali vaiolo, morbillo, peste, colera, dissenteria, rachitismo.

Durante questa dinastia, che durerà fino al 618, si preparerà lo splendore dei *Tang*; con intenso lavoro vennero edificate città, ampliati sistemi di irrigazione, costruite vie di acqua navigabili fra cui un Grande Canale per unire nord e sud. Rimane a questo proposito la "Cronaca dell'apertura del Canale" che racconta, fra l'altro, come dei 5.500.000 operai che presero parte ai lavori ne morirono 2.000.000. Fu anche restaurata la Grande Muraglia.

L'imperatore *Wen* venne ucciso dal figlio che gli successe e che continuò la sua opera, però con eccessiva megalomania e a costo di molte vite umane. La miseria in cui la popolazione era nuovamente caduta fomentò brigantaggio e rivolte. L'imperatore fu a sua volta assassinato.

Il figlio in giovane età venne prima messo sul trono e poi spodestato dal suo stesso tutore, un ex-amministratore imperiale che, col nome di *Gaozu*, fondò la dinastia dei *Tang* (618-907).

Un figlio di *Gaozu* riordinò la situazione interna sedando le rivolte, uccise i suoi due fratelli discordi e intriganti, fece abdicare il padre in suo favore e diventò

Taizong, imperatore. Egli è considerato il vero fondatore della dinastia che con la prosperità e la pace fece vivere alla Cina il suo periodo più illuminato e potente: arti, leggi e armi poterono convivere in armonia e la rinomanza della civiltà cinese si sparse ulteriormente ben oltre confine.

A *Taizong* fu attribuito, dai Turchi orientali vinti, il titolo di *Gran Khan*; l'impero cinese si era esteso alla maggior parte dell'Asia centrale e direttamente ebbe contatti con l'impero romano, gli Arabi e i Tibetani. Dominò anche nei territori dei mari del sud, Malacca, Java, Sumatra, Borneo e riunificò la Corea.

Per 22 anni fu sul trono l'imperatrice *Wu*, vedova dell'imperatore, il cui regno fu benefico e innovatore; ciò che la fece cadere in disgrazia fu la sua tendenza a favorire la delazione, mettendo a morte chi vi si opponesse.

Le riforme dei *Tang*, proseguendo l'opera dei *Sui*, si indirizzarono anzitutto al sistema militare che si basava sulla coscrizione limitata ad individui scelti, mentre il grosso dell'esercito era rappresentato dagli stessi contadini addestrati che in tempo di pace ritornavano ai loro campi.

L'agricoltura forniva le imposte allo stato: la terra era ripartita in una certa misura per ogni uomo nelle famiglie degli agricoltori e in ragione della metà nei nuclei operai e commercianti. Tutti dovevano imposte in grano e contributi in seta grezza o tessuta e un certo numero di giorni di servizio gratuito, proporzionale alla terra, riscattabile in seta.

Il sistema degli Esami per l'attribuzione delle cariche, perfezionato dai *Tang*, durerà fino al 1911, alla Rivoluzione cinese. Teoricamente la concezione era perfetta: esami di tre gradi diversi dovevano suddividere il valore e l'importanza dei funzionari; gli incarichi non avrebbero dovuto essere ereditati come in passato e, benché i figli degli alti funzionari riuscissero ugualmente ad avere privilegi nell'ottenimento di una carica, si verificava anche che giovani di umile condizione, preparati e intelligenti, potessero accedere alla carriera amministrativa.

L'insegnamento si diffuse con la creazione di molte scuole (ve ne era una in ogni villaggio); l'Università fu riorganizzata e arrivò ad avere 5000 studenti; la considerazione dei Letterati crebbe enormemente, di pari passo con l'amore per ogni forma di arte: la dinastia *Tang* rappresenta per la Cina l'età d'oro della sua cultura.

Questo è anche il periodo in cui si inizia a tutti gli effetti a stampare, con 400 anni di anticipo sull'Europa, tramite blocchi mobili incisi, anche se già durante le dinastie del Sud (420-589) le impressioni avvenivano con l'applicazione di inchiostro o polvere nera su carta assorbente. Ciò naturalmente incrementò la diffusione dei Classici che furono nuovamente commentati e divennero materia d'esame. Le tavole dei punti di agopuntura vennero stampate in cinque colori.

Nel 762 il primo medico di corte *Wang Bing* scrisse "Commentario critico del *Su-wen*" di grande valore; alla sua opera si riferiscono anche attuali traduzioni, quella di *Chamfrault* ad esempio. Un altro agopuntore compilò un nuovo testo sulla palpazione dei polsi e *Sun Simiao*, cui si riconosce il merito di aver scoperto punti ad azione sintomatica immediata, nelle "Ricette da 1000 pezzi d'oro" diede prescrizioni dietetiche, indicazioni medicamentose varie e indicazioni per la scelta e l'uso dei

punti *Ah-Shi*. Vennero inoltre repertati nuovi punti fuori meridiano che permisero un ampliamento delle applicazioni terapeutiche.

Le fabbriche di porcellana, i cui manufatti erano sempre più raffinati e perfezionati, si contavano in vari centri, con produzione anche di pezzi unici, riservati come offerte di tributo ai principi. Sono di quest'epoca le porcellane blu e un po' più tardive quelle "sangue di bue".

Il commercio fiorì particolarmente verso ovest, dove seta e tè venivano scambiati con cavalli e pelli, e verso sud, dove il materiale di scambio era rappresentato da metalli vari e broccati contro incenso e pietre preziose.

Fu soprattutto florido il primo periodo *Tang*, di quasi due secoli; poi anche questo potere si logorò ed iniziò il suo declino che durò per più di un secolo.

L'indebolimento delle zone di frontiera al cui comando civile e militare erano assegnati governatori spesso di origine barbara, associato ad un contemporaneo lassismo di corte, generarono rivolte, massacri, intrighi e riportarono la divisione (la terza) nel periodo che precedette i *Song*, nel 900, detto delle **5 Dinastie al nord e dei 10 Reami al Sud**.

I ***Song del Nord*** dominarono dal 960 al 1127, anno in cui ebbero il potere, fino al 1279, i ***Song del Sud***.

In 16 anni i *Song del Nord*, con l'imperatore *Taizu*, riunirono l'impero. Il ritorno della pace e della prosperità segnò naturalmente una ripresa e una continuazione delle attività artistiche e letterarie e degli studi. Il favore che l'agopuntura godeva presso gli imperatori di quest'epoca promosse ricerche di testi antichi che vennero riediti e, secondo alcuni, falsificati per ricavarne compensi.

Venne aperta a Corte una scuola di agopuntura e si decise la fusione in bronzo di un manichino, a grandezza d'uomo, sul quale i punti erano rappresentati da piccoli fori con profondità diversa, secondo l'indicazione della puntura.

Wang Wei yi scrisse il "Classico dell'uomo di bronzo", con la descrizione di 657 punti; questo testo, scolpito su tavole di pietra, fu esposto in un tempio della capitale.

L'imperatore ebbe una copia dell'uomo di bronzo alta 40 cm. per ogni suo palazzo. *Tong-ren*, questo è il nome cinese della statua di bronzo, divenne presto un imparziale giudice della preparazione e capacità di studenti e medici.

Infatti, otturati i forelli con cera e fasciata l'intera sagoma, gli esami si svolgevano su di essa per ricercare i punti. Per un certo tempo il giudizio inappellabile di *Tong-ren* decretò l'ammissione o meno alla medicina o la punizione, a suon di bastonate, del medico incapace. Pare che in seguito, al medico che non guariva il paziente, fosse solo non corrisposto l'onorario.

Tutto ciò, anche se a noi può sembrare solo aneddotica, sta a significare quale severità vi fosse negli studi e come l'agopuntura, specie attraverso la palpazione dei polsi, riuscisse a conservare la salute e l'equilibrio energetico. Quest'aspetto profilattico era valorizzato dall'esame dei polsi alla scadenza del cambio di stagione o alla minima perturbazione dello stato di benessere.

Intorno al 1100 era in auge in Cina la vivisezione, ma non sugli animali bensì sull'uomo. A farne le spese erano i condannati a morte che il governatore, per amore della scienza, consegnava ai medici perché su di essi, vivi, venissero verificati gli

effetti della puntura di vari punti, le variazioni dei polsi, le reazioni all'asportazione di organi, ecc. Il vivisettore era attorniato da allievi e disegnatori che annotavano e disegnavano. Esiste ancora una raccolta intitolata "Disegni per conservare la verità".

Secondo alcuni, ad eseguire la vivisezione non era il medico ma il boia e la tortura si svolgeva previo un cortesissimo cerimoniale, fatto di inchini e di dichiarazioni di modestia da parte dell'esecutore, ricambiate da analoghe e da ringraziamenti del condannato. Il medico non si sporcava le mani; si limitava ad osservare, annotare e disegnare.

Troviamo nella storia di questo periodo, siamo ancora sotto i *Song*, per la prima volta un accenno alla pediatria codificata: fu pubblicato infatti un libro sulle malattie dei bambini, ora perduto, e un altro concernente i massaggi dei meridiani per i bambini, opera riprodotta successivamente in altri testi.

Resta ancora celebre, di quest'epoca, un agopuntore chiamato *Bo-ren* (pare sia stato addirittura il più illustre medico cinese in assoluto). Fra l'altro la sua notorietà è legata al fatto di curare soprattutto utilizzando i punti di un solo meridiano, quello del Triplice Riscaldatore, il quale per i Cinesi presiede un pò a tutte le funzioni organiche. Inoltre *Bo-ren* è ricordato per aver introdotto il concetto dei 14 meridiani, aggiungendo ai 12 meridiani principali anche due meridiani curiosi, *Ren-mai* e *Du-mai*, dotati di punti propri.

E' di quest'epoca la prima inoculazione del vaiolo. Tutti i progressi scientifici insieme alle codificazioni precedenti, furono raccolti in grandi trattati fra i quali è rimasto famoso quello dei "Saggi dello stagno del sogno", una vera enciclopedia della scienza in 30 capitoli. Sono noti anche di questo periodo i progressi in campo matematico e specialmente algebrico.

Tornando alle vicende dinastiche, vediamo che mentre gli incarichi civili erano stati ben suddivisi, l'imperatore *Taizu* concentrò quelli militari particolarmente intorno alla capitale, lasciando sguarnita la periferia. Ricominciarono le pressioni dei barbari che si succedettero, con l'alternanza di vittorie e sconfitte, anche durante i regni dei successivi imperatori, finché si arrivò ad una progressiva ritirata cinese a sud e alla sempre maggiore facilità di concessioni, in forma di monete d'argento, pezze di seta e libbre di tè, in sede di trattative di pace con i barbari.

Infine a nord si instaurò una dinastia barbara, i *Jin*, antenati dei *Manciù*, il cui consolidamento si effettuò mano a mano che la civilizzazione cinese agiva nel loro contesto.

La sinizzazione, oltre che con la conquista delle varie città o capitali ricche di tesori, avveniva tramite i prigionieri che per anni dovevano servire i barbari. In tempo di pace, e proprio con l'intento di mantenerla, a illuminare e istruire i principi barbari circa usi e costumi, erano le varie principesse cinesi che venivano loro destinate come spose o concubine (questa usanza era stata sempre praticata anche in passato).

Questi stessi intervalli di pace furono anche quelli che permisero alla poesia e alla pittura di questo periodo di qualificarsi come le più raffinate, e quelli in cui nuove invenzioni vennero alla ribalta.

Risalgono infatti ai *Song* la sostituzione delle monete con i biglietti di carta (che in un primo tempo portarono all'inflazione) e l'introduzione del credito statale a detrimento di quello dei mercanti; l'adozione della bussola su ogni imbarcazione e l'uso della polvere da sparo.

Song e *Jin*, occupati com'erano a darsi battaglia, non riuscirono a rendersi conto che alle loro spalle una grande potenza stava preparandosi. La loro debolezza e la loro incapacità a ristabilire un governo solido, saranno i fattori favorevoli dell'invasione mongola.

Nel nord infatti, dopo aver unificato tutte le tribù mongole, *Gengis Khan*, il cui vero nome era *Temujin*, diverrà nel 1206 Gran Khan e poi, col nome di *Taizu*, imperatore fondatore della dinastia che comincerà a dominare la Cina a partire dal 1277. Nello stesso anno della morte di *Gengis Khan*, i mongoli entrarono a Pechino, la capitale dei *Jin*. La vastità dell'impero mongolo era tale che fu diviso fra i suoi 4 figli.

Sarà suo nipote *Qubilai*, dopo varie lotte per la successione, a spodestare i *Song* e dominare la Cina col nome di *Shizong* della dinastia ***Yuan*** (= origine). La conquista dei Mongoli si estese con *Qubilai*, divenuto Gran Khan anche dell'Asia orientale.



Solo con lui si operò una sinizzazione a corte; per il resto gli *Yuan* preferirono che il loro popolo conservasse le sue abitudini e non seppero mai amalgamarsi ai Cinesi, né governarli in maniera civile; anzi misero in atto una politica di assoluto razzismo nei loro confronti. La corte fu frequentata da europei, mussulmani, tibetani, russi, armeni, ai quali furono

dati anche incarichi amministrativi.

I mongoli vollero mantenere un ordinamento amministrativo simile a quello dei *Song*, col territorio diviso in 11 regioni alle quali l'imperatore comunicava la Virtù del Cielo con le sue visite, ma in realtà essi non conoscevano l'arte di governare.

Conoscevano solo la guerra e durante la loro dominazione non vi fu mai pace. I guerrieri mongoli alla fine si esaurirono nelle interminabili battaglie e gli ausiliari, reclutati tra le popolazioni sottomesse, non davano certo il meglio di sé. I tesori dello stato vennero sperperati e la cultura non fece alcun progresso.

Nonostante questo, si conoscono alcune opere di agopuntura che risalgono a questi anni e che si rifanno a studi precedenti: "Sviluppo sui 14 meridiani" e "Tavole della scelta dei meridiani secondo l'Orchidea d'oro" in cui sono analizzati origini e tragitti dei 14 Meridiani.

Nel 1275, durante l'impero di *Qubilai*, arrivò in Cina Marco Polo che vi rimase per 20 anni, avendovi anche l'incarico di ambasciatore. Il primo contatto con la religione cristiana avvenne nel 1294, per opera di un francescano che venne nominato dal papa arcivescovo di Pechino e che tradusse in cinese la Bibbia e costruì una

chiesa. Gli Arabi arricchirono le conoscenze cinesi in campo astronomico e nelle tecniche di fusione di pesanti armamenti.

A loro volta i Cinesi fecero conoscere all'occidente le loro invenzioni: dalla polvere da sparo, alla bussola, alle monete di carta, alle tecniche di stampa e soprattutto fecero intravedere la portata del loro pensiero e della loro cultura.

Attraverso il commercio marittimo, che fu dei più floridi, i Cinesi, superate le isole della Malesia e le Indie, arrivarono con le loro magnifiche giunche, veri palazzi galleggianti, fino al mar Rosso e alle coste orientali dell'Africa.

La fine dei Mongoli è da imputarsi esclusivamente alla loro incapacità politica. Da ciò derivarono le rivolte a focolaio che cominciarono ad accendersi in ogni direzione, appoggiate fortemente dai misteriosi fedeli di due società segrete quella del Loto Bianco, buddista, e quella dei Turbanti Rossi di *Han Shantong*.

Un uomo del popolo, già pastore, orfano e infine monaco, venne aggregato ai Turbanti Rossi, dei quali si rivelerà capo coraggioso e abile, tanto da riuscire in 12 anni ad assoggettare il sud e ad arrivare nel nord nel 1368, dove, tolta Pechino ai Mongoli, si proclamerà imperatore della nuova dinastia, quella dei *Ming*, col nome di *Taizu*.

Il nuovo potere si mostrò inizialmente luminoso come prometteva il suo nome: dopo la definitiva disfatta dei Mongoli le riforme operarono una restaurazione nazionale che fece rivivere alla Cina i tempi d'oro dei *Tang*, per circa un secolo e mezzo. I più alti incarichi amministrativi vennero affidati agli eunuchi che presero il sopravvento sui confuciani i quali fondarono famose Accademie; vi si svolsero studi di fonetica, filologia, geografia, botanica, medicina.

Si pensò a raccogliere il sapere antico con la stesura di imponenti opere mediche. La farmacologia, basata sull'uso di rimedi dei 3 regni, animale, vegetale e minerale, fu compendiata nel "Trattato delle piante", che richiese 26 anni di lavoro al celebre erborista *Li Shizhen*. Lo "Studio sugli 8 meridiani curiosi" è una raccolta di commentari sui tragitti, i punti e le vie di comunicazione fra meridiani principali e meridiani curiosi, sulle loro funzioni e i loro sintomi.

Lo stesso autore, *Li Shizhen*, scrisse un "Trattato dei polsi della riva del lago" in cui si chiarificano i concetti già stabiliti da *Wang Shu He* nel IV secolo.

Intorno al 1600 *Yang Jin-xian* compilò le "Grandi regole dell'agopuntura" (*Zhenjiudacheng*) che raccoglie nozioni del *Neijing* e del *Nanjing* e che rappresenta la base dell'opera di *Soulié de Morant*.

Sono ancora di questo periodo il "Grande trattato di agopuntura e moxa" e "Introduzione alla medicina". In questi testi, a cui spesso si riferisce *Soulié de Morant*, si parla tra l'altro dei punti chiave o di comando dei meridiani curiosi e dei punti *Roé* o di riunione.

Furono nuovamente commentati e illustrati i grandi classici e si fecero studi su malattie epidemiche, infettive, infantili, il parto e i polsi.

Sempre intorno al 1600 un gesuita italiano, *Matteo Ricci*, iniziò con altri confratelli l'opera missionaria in Cina. Vi rimarrà per 30 anni, entrando pienamente nello spirito cinese non solo imparando la lingua, ma traducendo i classici e venendo

considerato alla pari dei Letterati. Di questi vestirà addirittura l'abito per favorire la penetrazione dell'ambiente ed avvicinare con più facilità popolazione e funzionari. L'imperatore lo favorì, gli assegnò un appannaggio e una casa, avendone in cambio informazioni geografiche, la spiegazione del funzionamento dell'orologio e di altre invenzioni europee. Ricci lasciò ai Cinesi le sue opere (principi di Euclide, Cartografia geografia, Catechismo per i cinesi colti, Trattato sull'amicizia), ebbe il nome cinese di *Li Madou* e morì in Cina. Con lui l'Occidente iniziò a scoprire veramente i Cinesi. (A Parigi nel 1971 i Gesuiti hanno fondato l'istituto Ricci, centro di studi cinesi).

Nel periodo di ascesa i *Ming* conquistarono anche il sud-ovest (Birmania, Nepal) e sud-est; si scontrarono, alleati della Corea, con i Giapponesi e neutralizzarono gli ultimi deboli attacchi mongoli.

Poi la successione di imperatori incapaci, anche se talvolta sussidiati da validi consiglieri, cominciò a scalfire lo smalto dell'impero. Piraterie nei mari orientali, incuria negli affari di stato, le inevitabili e conseguenti sommosse e il banditismo, resero vani i tentativi di ridare onore e potere alla dinastia.

L'ultimo imperatore si suicidò e cedette il passo ai *Manciù*, quei discendenti dei *Jin* che spodestarono i *Song*. La loro dinastia si chiamò **Qing** e dominò dal 1644 al 1911, prima brillantemente e poi annegando anche essa nell'incapacità e nelle aggressioni.

Probabilmente, alla fine del 1911-il Cielo si rifiutò di fare altri tentativi per affidare la sua Virtù ad un altro imperatore: il 1° gennaio 1912 si instaurò la Repubblica.

Si registrò una certa stasi nell'incremento degli studi di agopuntura, quando i dirigenti della pubblica sanità della **Repubblica cinese** sembrarono preferire i metodi di cura occidentali. Vi fu un tentativo di adeguamento ai progressi moderni che peraltro erano molto costosi e non ben graditi alla popolazione.

La medicina tradizionale rimase sempre viva e l'avvento nel 1948 della **Repubblica Popolare Cinese** lo testimonia con la ripresa di ricerche sugli antichi canoni.

Merita ricordare, anche sommariamente, la diffusione dell'agopuntura in altri paesi orientali e occidentali.

Innanzitutto in Giappone, dove vi fu un primo approccio con l'agopuntura nel 443, quando l'imperatore del tempo invitò a corte dei medici della Corea che aveva una civiltà cinese. Ma l'introduzione vera dell'agopuntura in Giappone si ebbe dopo che un gruppo di medici soggiornò per ragioni di studio alla corte dei *Tang*. I giapponesi, pur continuando a frequentare i maestri cinesi fino al XVIII secolo, adattarono il metodo alle esigenze della loro razza e del loro clima e, pur venuti a conoscenza della medicina europea, continuarono nelle loro Facoltà ad insegnare agopuntura. Anche del Giappone si ricordano illustri agopuntori, veri maestri.

Per quanto riguarda l'introduzione dell'agopuntura nei continenti europeo e africano, si pensa che questa possa essere avvenuta prima durante la dominazione mongola; ma fu soprattutto l'interesse e lo studio dei Gesuiti a introdurla in Europa.

Questo primo contatto non ebbe però, dopo i primi entusiasmi, gran seguito forse perché non correttamente valutata e interpretata, non essendo medici i traduttori, ciò non disgiunto dalla difficoltà, per la mentalità occidentale, di accogliere una metodica terapeutica formulata in base ad una visione cosmologica quale è quella cinese.

Il successivo rilancio si deve a *Soulié de Morant*, nel 1930: anch'egli non era medico, ma diplomatico in Cina e appassionato sinologo. Tornato in Francia vi introdusse le sue traduzioni di opere mediche cinesi e fondò una scuola.

Ebbe credito e seguito, e l'agopuntura in questo modo si affermò in Francia per merito anche di illustri medici quali *Ferreyrolles*, *Niboyet*, *Chamfrault* e *Nguyen Van Nghi*.

In Italia il primo grande agopuntore fu *Vinaj*, al quale va aggiunto *Quaglia-Senta*.

Nel 1968 il dott. *Lanza* è stato il promotore della Società Italiana di Agopuntura (SIA) con la partecipazione di circa 40 membri fondatori, fra i quali *Cantoni*, *Dujany* e *Garavaglia*. A tutt'oggi gli iscritti alla SIA sono circa 500.

La SIA è pertanto un'associazione che vanta oltre trent'anni di storia, e raggruppa medici agopuntori o semplicemente interessati alla Medicina Tradizionale Cinese nelle sue varie discipline applicative, compresi gli allievi delle Scuole di agopuntura. Tra le iniziative culturali e scientifiche promosse dalla SIA si ricordano:

- Pubblicazione di una rivista quadrimestrale (*Rivista Italiana di Agopuntura-Giornale Italiano di Medicina Cinese*), che vanta centinaia di articoli originali riguardanti l'agopuntura, il massaggio, la fitoterapia, la dietetica, le tecniche corporee, le ricerche sinologiche classiche e moderne.
- Pubblicazione quadrimestrale di un supplemento alla rivista nella forma di bollettino informativo (SIA-*Inform*) su seminari, corsi, congressi e altri eventi di interesse nazionale e internazionale, nonché articoli scientifici che non trovano posto sulla rivista.
- Edizione di un dischetto sui punti di agopuntura (*Hua Tuo*) con nome, localizzazione e specifiche indicazioni cliniche sulla scorta delle più recenti vedute della medicina cinese.
- Un congresso nazionale, perlopiù monotematico, ma con comunicazioni libere, tavole rotonde, sessioni poster.
- Almeno tre seminari all'anno di aggiornamento e formazione continua in medicina cinese.
- Collaborazione culturale e scientifica con associazioni straniere e internazionali (quali, ad esempio, l'Association Francaise d'Acupuncture, la World Medical Acupuncture Association e la World Federation of Acupuncture Societies).
- Organizzazione e patrocinio di iniziative di confronto e dibattito con gli esponenti della Medicina Convenzionale, al fine di garantire un reciproco scambio e una sempre più ampia sinergia in campo medico.
- Studi multicentrici su varie patologie, tra i quali ricordiamo uno studio agopunturistico e fitoterapico sui disturbi della menopausa, e uno studio agopunturistico sull'emicrania.

- Edizione di un Libro Bianco sull'agopuntura, concernente i dati acquisiti, le ricerche sviluppate, i rapporti costo-beneficio e quant'altro possa favorire la comprensione, da parte delle Istituzioni, della nostra disciplina.
- Realizzazione di siti Internet per facilitare la circolazione di informazioni e contatti tra i soci e con gli utenti, con la possibilità di avere informazioni di carattere scientifico, ma anche indicazioni sugli iscritti operanti nelle diverse città italiane, oltre a un forum di discussione e una casella di posta elettronica per contattare direttamente i membri del Consiglio Direttivo. I due siti più importanti, con ampi link a diversi altri siti nazionali e internazionali di settore (tra i quali quello della FISA-Federazione Italiana delle Società di Agopuntura di cui la SIA fa parte come Società Fondatrice) sono i seguenti: www.sia.home-page.org e www.agopuntura.org.

Bibliografia

- 1) *Soulié de Morant G: L'Acupuncture Chinoise. Maloine ed., 1955*
- 2) *Faubert AM: Initiation a l'acupuncture traditionnelle. Belfond, 1974*
- 3) *Institut de Medecine traditionnelle chinoise de Shanghai : Traité de acupuncture. Masson, 1978*
- 4) *Needham J: Scienza e civiltà in Cina. Einaudi ed.*
- 5) *Granet M: Il pensiero cinese. Adelphi, Milano, 1971*
- 6) *SIA-Società Italiana Agopuntura: Libro bianco sull'agopuntura. CEA, Milano, 2000*
- 7) *FISA-Federazione Italiana delle Società di Agopuntura: Agopuntura. CEA, Milano, 2000*



INTERPRETAZIONE DEL PENSIERO CINESE

MEDICINA ORIENTALE E MEDICINA OCCIDENTALE

La Medicina Tradizionale Cinese, di cui fanno parte integrante l'agopuntura ma anche la fitoterapia, la dietetica e le varie ginnastiche orientali (*Taiji Quan*, *Qi Kung* etc), scaturisce da una visione globale della vita che origina da una approfondita conoscenza delle leggi naturali che ci circondano, avendo come presupposto che il nostro Universo e tutti gli esseri in esso viventi derivino dallo stesso schema di base e seguano le medesime regole.

La logica quantistica della fisica occidentale, secondo la quale esistiamo in un universo relativo nel quale non c'è un mondo oggettivo separabile dal soggetto che osserva, riecheggia in questa medicina. La medicina cinese, infatti, trascende l'illusione della separazione appartenendo ogni cosa alla realtà di un campo unificato, uno schema integrato di legami inseparabili in una catena circolare, perciò le risposte agli interrogativi sono storie di relazioni e interazioni e non di misurazioni di cose statiche.

Ciò che si muove nel mondo circostante si muove anche dentro di noi: oggetto e soggetto sono due aspetti di un unico mondo fenomenico. Gli antichi cinesi ritenevano che il microcosmo Uomo e il macrocosmo ambiente, Terra o Universo, fossero sostenuti dalle stesse forze primordiali che l'avevano originato e che "tutto fosse tenuto insieme dallo stesso filo"; perciò il mondo è Uno nella sostanza e nella struttura ed i giochi di forze che sottendono la realtà sono identici in qualunque campo di conoscenza. La sola realtà costante è il *qi* (soffio, energia vitale) nelle sue trasformazioni. Condensato è vita, diluito è potenziale indefinito ed è la forza che anima il mondo; potremmo definirlo respiro vitale dell'universo, analogo al *prana* nell'induismo, al *pneuma* dei greci o al *ruah* degli ebrei.

Le manifestazioni o gli esseri viventi non sono altro che questa sostanza in una forma particolare e quando questi esseri o manifestazioni scompaiono il *qi* si libera e si perpetua in altre forme. In realtà questa medicina ha per oggetto il movimento della

vita nell'universo, dove la vita è condensazione dei soffi, la morte la loro dissoluzione, ma non la fine ...

Fino al Rinascimento la filosofia occidentale aveva anch'essa una visione unificata dell'universo: l'uomo si vedeva come parte integrante del mondo visibile e invisibile, essendo collegato al cielo tramite dio e alla terra tramite la natura. Era però la provvidenza divina che proteggeva l'uomo dalla natura. Tuttavia con lo scisma tra sacro e profano, le forze oscure e misteriose della terra sono state contrapposte a quelle illuminate, soprannaturali del cielo e la natura, diventata matrigna, fu l'avversaria da dominare. L'uomo, separato, posto "fuori", divenne il luogo dove il bene e il male, lo spirito ed il corpo lottavano l'uno contro l'altro e la morte, invece che passaggio inevitabile nel ciclo dell'esistenza, divenne antagonista della vita.

In Occidente la filosofia della scienza si basa sulla premessa che l'unica realtà è insita nella struttura tangibile della materia, fissa ed immutabile, e che quindi può essere misurata, quantificata ed analizzata. Ogni cosa, anche il corpo umano, è come una macchina che può essere suddivisa e ridotta nella sue parti costitutive. Questo è quanto sosteneva il matematico Descartes, che avviò la rivoluzione scientifica nel XVII secolo e che, con l'introduzione del ragionamento analitico riduttivo, fondò la base della filosofia della scienza moderna. Inoltre egli separò mente e corpo sostenendo: "Non c'è nulla nel concetto di corpo che appartenga alla mente e nulla in quello di mente che appartenga al corpo".

Questa interpretazione della natura portò allo studio del cadavere ed alle leggi fisiche meccaniche concepite da Newton con il metodo causa-effetto come unico modo di conoscere la realtà.

Nel 1800 Pasteur localizzò l'origine della malattia al di fuori del corpo, sotto forma di germi. Nella ricerca di una causa specifica esterna furono totalmente ignorati la complessità ed il contesto che influenzavano la vulnerabilità di quell'individuo a quella data malattia. L'impatto di questa dimenticanza diventerà sempre più evidente in seguito con il proliferare delle malattie degenerative ad eziologia sconosciuta. Tuttavia Claude Bernard, illustre medico francese della fine del XIX secolo, sosteneva già allora che il "*milieu intérieur*" - il terreno- fosse il fattore determinante per quanto riguardava la salute e la malattia.

In medicina moderna si assiste alla moltiplicazione degli esperti - gli specialisti - per settori corporei sempre più limitati e l'intero non viene più percepito come entità significativa.

In quest'ottica meccanicistica si può aggiustare solo quello che si rompe e la scienza presume di sapere di noi più di quanto possiamo sapere o capire di noi stessi. Gli eventi malattia diventano casuali e perdono la loro intrinseca relazione reciproca, il corpo perde la propria intelligenza e la mente il suo potere di comprendere, così la mente viene separata dal corpo, la malattia dalla persona che ce l'ha, il germe patogeno dal processo di malattia nel suo insieme, le parti l'una dall'altra, i sintomi dall'origine della malattia ed i pazienti dalla loro responsabilità e dal potere su di sé.

In medicina cinese la salute è la capacità dell'organismo di rispondere in modo appropriato ad un'ampia varietà di attacchi, sia interni che esterni, in modo da mantenere inalterata l'omeostasi. La malattia rappresenta quindi un'incapacità di

adattarsi alla sfida, sia essa un germe, una sostanza o un'emozione ed a seconda del tipo di "debolezza" dei soffi, presente in quel momento, si manifesterà in quell'individuo in modo peculiare. Perciò, se si riorganizza lo schema di disarmonia in uno schema di relazioni armoniche, la causa originale sparirà perché le condizioni nelle quali si era radicata cessano di esistere. La medicina cinese cura principalmente le condizioni, cercando di ripristinare le capacità di recupero e la forza del corpo, mentre quella occidentale cura le cause.

La medicina orientale e quella occidentale non sono incompatibili pur nelle loro diverse filosofie. Se facciamo passare la luce solare attraverso un prisma compaiono i vari colori, il colore blu è diverso da quello rosso come caratteristiche di lunghezza d'onda e di qualità, ma non è meno vero o meno reale del rosso. Ogni medicina può essere paragonata ad un colore: fa vedere solo un aspetto della realtà che nella sua complessità è multiforme ed inconoscibile. In alcune malattie è preferibile usare la medicina occidentale perché dà risultati migliori di quella orientale, in altri casi è vero il contrario. Spesso, nei casi più gravi si possono abbinare entrambe ottenendo una migliore qualità di vita. La medicina orientale, tuttavia, mettendoci in collegamento col Cosmo ci fa sentire parte integrante di un Tutto in continua trasformazione dove nulla scompare totalmente e non ci lascia, quindi, soli e terrorizzati nel pianeta sconosciuto ed apparentemente insensato della malattia, ricordandoci come dice *Chuang-tzu* che "la grande sapienza tutto abbraccia, la piccola sapienza distingue".

DAO - YIN e YANG

La scrittura cinese non utilizza l'alfabeto ma caratteri detti ideogrammi, che originariamente erano immagini schematizzate, dapprima incise su ossa o bambù poi dipinte su seta o carta. Il vantaggio di questa scrittura è quello di mantenere una stretta connessione visiva con il suo significato, oltre quello di essere compreso dai differenti popoli che lo pronunciavano in modo diverso. In occidente un linguaggio analogo viene usato a livello meteorologico, direzionale o sulle guide alberghiere, perché risulta facilmente comprensibile da tutti.



L'ideogramma di *Dao* o *Tao* rappresenta una persona che corre lungo un sentiero, essendo formato a sinistra da segni che indicano il movimento e una gamba e a destra da una faccia con un ciuffo di capelli ed è stato tradotto come Via, Strada, Percorso.

Ma il *Dao* in realtà è indefinibile; infatti il "Tao senza nome" trascende il mondo fenomenico.

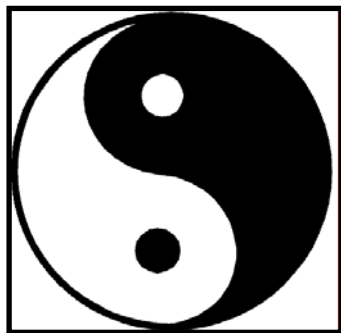
Citando dal “*Tao Te Ching* o Libro della Via e della Virtù” attribuito a *Lao Tzu*, il Vecchio Maestro-Bambino del VI sec. a.C.:

“Lo guardi e non lo vedi
è detto invisibile
lo ascolti e non lo senti
è detto inudibile
lo sfiori e non lo afferri
è detto imprendibile
tre qualità inspiegabili
riunite formano l’Unità

.....

E’ detto
forma
di ciò che non ha presenza
immagine
di ciò che non ha figura
Suoi sono nomi oscuri
e impenetrabili
vagli incontro
e non ne vedi il volto
seguito
e non ne vedi il dorso
Seguire la Via antica
per condurre la vita presente
e conoscere l’origine primordiale
è detto
svolgere il filo della via”.

Se il *Dao* è inconoscibile, come risulta evidente da quanto sopra, quello che



possiamo conoscere è invece il **Tai ji** che non è altro che il riflesso del *Dao* nella realtà che ci circonda, così come indirettamente possiamo imparare a conoscere una persona dalle sue azioni. Il *Tai ji* ha come simbolo un cerchio che viene diviso in due da una linea che non è retta bensì curva; i due settori hanno colori diversi ed in ogni settore vi è un piccolo cerchio col colore del settore opposto. Sono l’emblema dello **yin** e dello **yang** che non possono mai essere assoluti o divisi nettamente, altrimenti non vi è vita ma morte.

Ogni manifestazione dell’universo è caratterizzata dall’esistenza di questi due aspetti opposti e complementari che si alternano ciclicamente e che insieme danno luogo alla totalità.

Nel cerchio il tempo è circolare e non lineare, quindi abbiamo sempre un inizio, una risalita, un acme, una decrescita e un ritorno. Ciò significa che ogni cosa ha un suo ritmo e questo è vero per tutto, sia che si tratti di vita biologica, di civiltà, di leggi di mercato etc.

L'ideogramma di *yin* e di *yang* è esplicativo in tal senso, in quanto vi è l'immagine di una montagna che nello *yin* ha il versante oscurato dalle nuvole, quindi in ombra ed evoca l'idea di tempo freddo, coperto e dal punto di vista spaziale di ciò che è interno, e nello *yang* è invece soleggiata, calda, esterna ed esposta. Questo mostra la relatività di queste due definizioni perché nel trascorrere del tempo l'uno si trasforma nell'altro; così durante la giornata, in rapporto alla crescita del sole, il versante illuminato di una montagna si oscura e il lato buio si illumina. La chiave della relazione tra *yin* e *yang* viene chiamata "*hsiang sheng*" o inseparabilità o sorgere reciproco: quando uno si rafforza l'altro si indebolisce e quando si arriva all'acme si inverte la tendenza. Perciò lo *yin* e lo *yang* sono forze opposte e complementari ma non antagoniste e, pur con polarità opposte, non sono mai in conflitto perché la scomparsa di uno dei due porterebbe alla scomparsa dell'intero sistema così come la corrente elettrica si crea solo



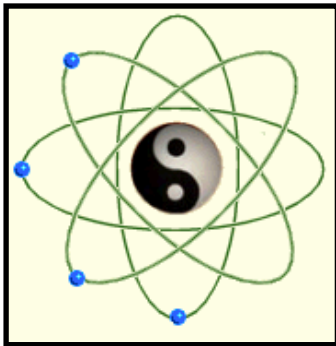
se esistono due polarità, polo negativo e polo positivo. Tuttavia *yin* e *yang* non possono essere assoluti, ma sono sempre relativi: una sedia è *yin* rispetto ad un tavolo ma la stessa sedia diventa *yang* rispetto al pavimento, sempre tenendo come parametro l'altezza, perciò lo *yin/yang* sfugge ad una categorizzazione rigida ma dipende interamente dal rapporto tra le due entità che prendiamo in considerazione. La Realtà che viviamo e che ci attornia è complessa e cambia di continuo, perciò se prendiamo in considerazione il giorno e la notte, l'uno *yang* l'altra *yin*, sappiamo che esistono dei passaggi intermedi: l'alba è *yang* nello *yin*, in quanto l'oscurità che potremmo definire lo *yin* nello *yin* si riduce e lo *yang* come calore e luce compare, oppure il crepuscolo *yin* nello *yang* quando dallo *yang* dello *yang* del mezzogiorno abbiamo progressivamente una riduzione delle forze *yang* di calore e illuminazione e l'ombra ricompare. Nella cultura occidentale invece non vi è flessibilità il bene è in guerra con il male, la vita con la morte, il positivo con il negativo mentre è la relatività e il ritmo del sistema che caratterizzano la vita.

Quello che possiamo fare è applicare il "*te*" che è stato tradotta come Virtù non intesa in senso etico ma col significato di seguire e rispettare la Via che è presente in natura in quanto nel microcosmo Uomo agiscono le stesse forze e le stesse regole presenti nell'Universo.

TAOISMO E FISICA MODERNA

L'astrofisica ci insegna che il Sole e le stelle, anche le più lontane, sono composte dagli stessi atomi e molecole che sono presenti sulla Terra. Lo abbiamo appreso con la spettrometria confrontando i colori della luce che ci provengono dalle stelle con quelli di sostanze portate all'incandescenza in laboratorio. Quando un atomo entra in collisione con un altro assorbe energia; successivamente lo stesso atomo libera quell'energia che aveva acquistato sotto forma di luce (fotone). I colori della luce irraggiati nel corso di questo processo sono diversi per ogni elemento chimico e lo caratterizzano in modo unico. L'intero universo è composto dagli stessi novantadue elementi naturali che esistono sulla Terra, ognuno dei quali è composto da elettroni e di un nucleo formato da protoni e neutroni, che a loro volta sono costituiti da quark su e quark giù. Inoltre sapendo che la luce si propaga ad una velocità ben precisa, quella che ci perviene dalle stelle lontane ci fornisce la prova sperimentale che le leggi della natura non sono cambiate nel corso di miliardi di anni.

D'altra parte, fino a metà dell'800, si riteneva che le sostanze chimiche organiche fossero fundamentalmente diverse da quelle inorganiche, ora abbiamo imparato che sono solo combinazioni diverse degli stessi atomi e che obbediscono alle stesse leggi. Anche calore e suono sembravano due cose diverse, ma oggi sappiamo che sono dovuti entrambi al moto molecolare. Così come le diverse forme di energia - l'energia cinetica del moto, l'energia gravitazionale, il calore generato dall'attrito, l'energia chimica, la massa etc... - venivano considerate distinte, oggi sappiamo invece che tutte possono essere convertite l'una nell'altra e che per qualsiasi sistema isolato l'energia totale rimane immutata.



Nel XX secolo Albert Einstein unificò i nostri concetti di tempo e spazio, di massa e di energia, e formulò la famosa equazione ($E = \text{massa} \times \text{quadrato della velocità della luce}$), che indicò come qualunque oggetto in particolari condizioni si possa trasformare in energia. La bomba atomica, purtroppo, ha già dimostrato come sia possibile trasformare la materia in energia e non c'è motivo di dubitare che anche il contrario sia possibile. E' quindi evidente che tutto è energia a diversi livelli di manifestazione. Secondo la teoria

del fisico francese Tocquet, l'evoluzione ciclica dell'universo seguirebbe questo schema: il mondo materiale si distrugge e si trasforma in radiazioni energetiche. Nei grandi spazi cosmici, l'energia a partire da sé stessa forma i diversi atomi i quali raggruppandosi formeranno molecole che riunite formeranno ammassi di gas; questi, dapprima amorfi, daranno origine alle nebulose e saranno il punto di partenza dei vari oggetti celesti e così via. Apparteniamo quindi ad un universo che possiede nell'energia interna dei suoi costituenti il mezzo per rinascere continuamente a se stesso, secondo un ritmo alternato la cui durata va oltre la nostra capacità di comprensione.

Il “*Tao Te Ching*” così si esprime in proposito:

“Lo Spirito della Valle
Vive Eterno
Ha nome Femmina misteriosa.
Nella Femmina Misteriosa
Vi è’ una Fessura
E ne escono Cielo e Terra.
E’ un Filo che da sempre
Da sé fila se stesso
Ed a se stesso attinge
Di continuo
E mai si esaurisce”

La Genesi, secondo la tradizione cinese, ci dice che all’inizio vi era il *caos*, da questa massa in ebollizione nacquero due forze, l’una *yang*, l’altra *yin*. L’azione combinata di queste due manifestazioni dell’energia fece nascere un uomo, *Pan Gu*. La crescita di *Pan Gu* fu rapida e separò la terra dal cielo. Rapidamente assunse proporzioni gigantesche e si confuse con l’universo stesso che creava; dalla sua testa nacquero le montagne, le nuvole dal suo respiro, il tuono dalla sua voce, dai suoi capelli scaturirono i fiumi, dalle sue ossa e dai denti scaturirono i metalli, dal suo sudore la pioggia. Comparvero, quindi, i cinque antenati, quello giallo che regnava sulla terra, quello rosso sul fuoco, quello nero sulle acque, quello verde sulle foreste, quello bianco sui metalli. Perciò secondo la mitologia cinese lo *yin* e lo *yang* hanno un’origine comune che è il *caos* mentre i cinque elementi/movimenti che sono la manifestazione della vita sulla terra compaiono in una fase successiva.

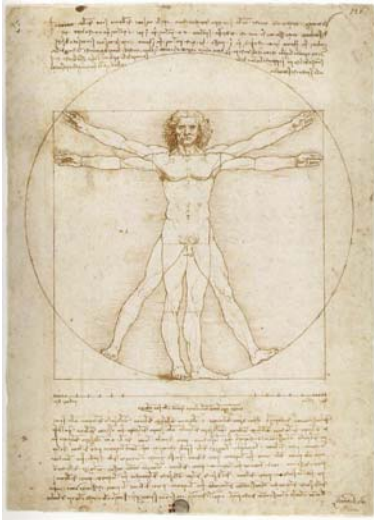
I Cinque Elementi/Movimenti uniscono lo spazio (punti cardinali) con il tempo (giorno, stagioni) e per risonanza, che è un fenomeno noto alla fisica, tutto ciò che esiste può essere identificato con uno di queste cinque fasi, le quali si susseguono in un ordine preciso e seguono leggi fisiologiche e patologiche. Alla base di questi movimenti d’energia vi è comunque il rapporto fra le due entità che definiamo *yin* o *yang* in funzione della loro qualità. Quando l’energia si condensa viene definita *yin* quando è più rarefatta viene definita *yang*. Questi due termini sono opposti, complementari e correlativi per cui quando si definisce uno dei due termini automaticamente si definisce anche l’altro: ad esempio la luce ed il buio, l’alto ed il basso, etc...; perciò ogni movimento di energia è il risultato del rapporto fra queste due entità.

La Tradizione orientale ha quindi come presupposto l’analogia: qualunque cosa formata dallo stesso movimento energetico *yin/yang* entra in risonanza con tutte le altre che hanno la stessa struttura di base e ciò è presente nelle corrispondenze relative ad ogni elemento/movimento.

Inoltre l’universo o macrocosmo e l’uomo microcosmo sorgono dalla stessa origine. Seguendo questa tappa della genesi l’uno si trasforma nell’altro.

BIBLIOGRAFIA

- 1) I. Robinet " *Il Demiurgo Taoista* " -*Quaderni di Agopuntura Tradizionale - Anno XII - 1992 - I/II Trim. Ed. So Wen.*
- 2) J. Schatz, C. Larre, E. Rochat de la Vallè - " *Agopuntura* " ed. Giunti.
- 3) J. Beinfield, E. Korngold " *Tra Cielo e Terra* " Ed. Il Castello.
- 4) Deng Ming Dao " *La Via del Saggio* " Ed. Guanda.
- 5) J.C. Cooper " *Yin e Yang* " - Ed. Ubaldini
- 6) A. Watts " *Il Tao - La Via dell'Acqua che Scorre* " Ed. Ubaldini
- 7) B. Tagliaferri " *Il Taoismo* " Ed. Newton
- 8) C. Moiraghi " *Colloqui con Lao Tzu - Tao Te Ching e mondo moderno* " Ed. Armenia
- 9) F. Capra " *Il Tao della Fisica* " Ed. Adelphi
- 10) E. Kane " *Il Giardino delle Particelle* " Ed. Longanesi
- 11) F. Tomassini " *Chuang tzu* " Ed. Tea



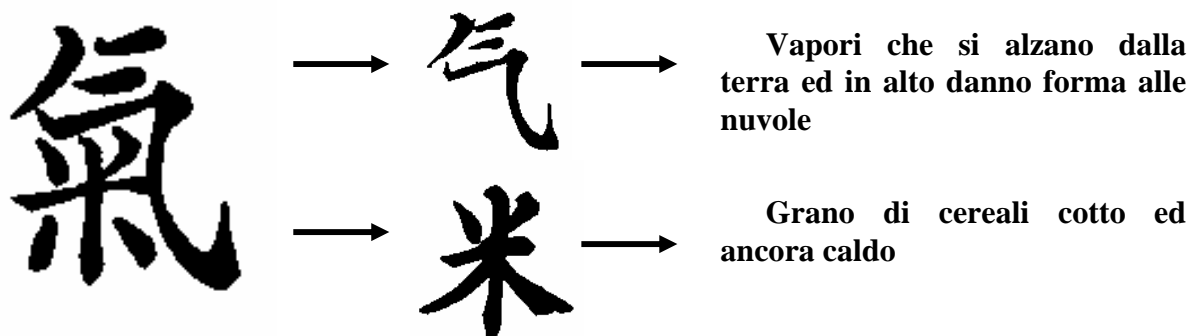
LE ENERGIE DELL'UOMO

SOFFIO VITALE E SUE MANIFESTAZIONI

Tutto nell'universo è *qi*, energia in costante fluire ed in armonica trasformazione. L'universo, nei suoi infiniti aspetti, è il frutto della dispersione/rarefazione continua del *qi*, che prelude alla sua riunione/aggregazione. Dice *Lie Zi* nel 300 a.C.: “Gli elementi più puri e leggeri tendono verso l'alto e danno luogo al cielo; i più pesanti e grezzi tendono verso il basso e danno luogo alla terra...”, dove cielo e terra simboleggiano i due strati estremi di rarefazione e condensazione del *qi*.

“Ogni nascita è una condensazione, ogni morte è una dispersione. La nascita non è un guadagno, la morte non è una perdita. Quando si condensa, il *qi* diventa un essere vivente, quando si disperde, fornisce il substrato alle mutazioni” (*Zhang Zai*).

Quando il *qi* si condensa acquista quindi una forma fisica e si struttura in *xing*, materia condensata, quando *xing* si disperde, dà luogo a *qi*. *Qi* è quindi fondamento dell'universo, ma è anche il substrato dell'essere umano, luogo di unione del cielo e della terra.



Ideogramma di Qi

La vita dell'uomo, come quella di ogni essere vivente, è sostenuta dall'energia, dal soffio vitale che circola nell'organismo. Essa si manifesta con il concepimento, è alimentata dal nutrimento, è purificata e rinnovata dal metabolismo viscerale, viene tesaurizzata negli organi che poi la ripartiscono a seconda dei bisogni.

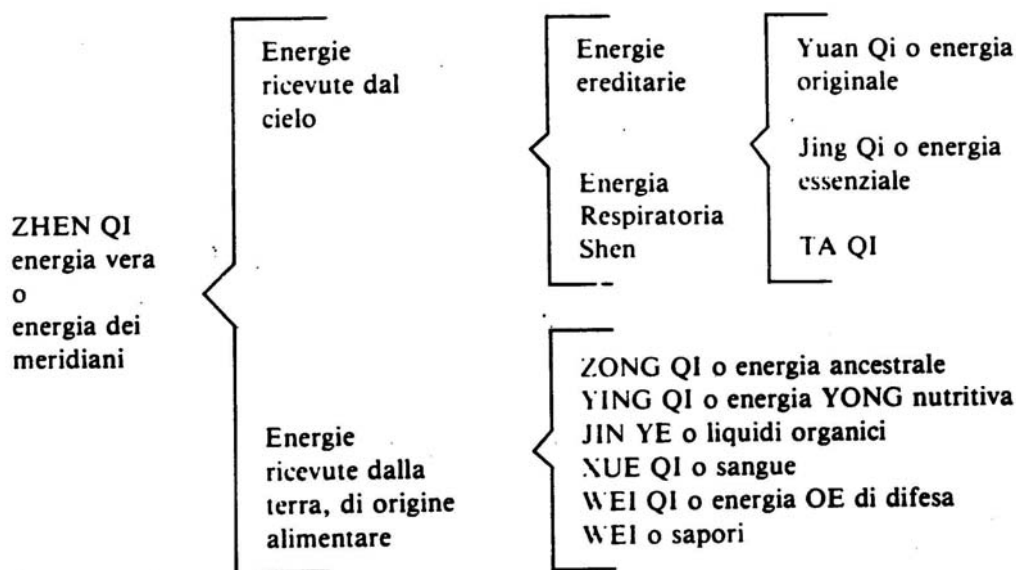
Tale energia scorre in tutto il corpo soprattutto attraverso la via dei meridiani ed è detta zhen qi o energia vera dei meridiani. Essa è composta dalla somma dei vari apporti energetici di origine ereditaria, respiratoria e alimentare.

Dice il *Su Wen*^(a) al cap. 6°: “L'energia circola senza sosta nei meridiani *yin* e *yang*; l'energia è immateriale, il corpo materiale: l'insieme dei due forma l'uomo”.

L'uomo, come è noto, è posto tra il cielo e la terra ed esprime energeticamente il coagularsi ed il trasformarsi di energie celesti e terrestri: le prime sono l'ereditaria e la respiratoria, la seconda, l'energia di provenienza alimentare.

Dice il *Ling Shu* al cap: 10°: “Vi sono due tipi di energia del corpo: quella creata alla nascita dal cielo, e l'energia dello stomaco....”.

Pertanto il *qi*, benché unico, assumerà denominazioni diverse in base alla sua funzione e alla sua localizzazione. Presentiamo ora uno schema delle energie dell'uomo che ricalca fondamentalmente quello esposto dal trattato di agopuntura *Zhen juixi*, edito dall'Istituto di medicina tradizionale di Shanghai il quale si basa quasi esclusivamente su testi antichi.



***E*NERGIE EREDITARIE**

Secondo buona parte dei testi antichi, tra le energie ereditarie, si deve annoverare l'energia essenziale o seminale, detta *Jing qi* dal dott. Schatz.

(a) Trad. di Chamfrault

Il termine **jing** viene normalmente riferito a tre aspetti principali:

- il *jing* del cielo anteriore
- il *jing* del cielo posteriore
- il *jing* dei reni

Questa energia, che in parte ha origine nel cielo anteriore, quindi innata, viene trasmessa dai genitori al momento del concepimento; sotto tale aspetto essa modella la forma dell'individuo, cioè la sua costituzione fisica, strutturandone i cinque organi e i sei visceri. *Jing qi* è il risultato dell'unione delle energie contenute nell'ovulo materno e nello spermatozoo paterno. Nutre l'embrione durante la vita intrauterina ed è sostenuta dall'energia del rene materno. Essa costituisce il nostro patrimonio genetico e determina ciò che siamo e ciò che saremo, sia su un piano fisico che su un piano mentale. *Jing qi* ha sede nei reni e rappresenta il fattore principale dell'attività umana, è il "quantum" energetico dell'individuo, che cala poco a poco delineando il fenomeno fisiologico della vecchiaia. Non può essere quindi reintegrato ma solo preservato mediante una vita equilibrata, e va sostenuto attraverso una corretta alimentazione ed esercizi di conduzione dell'energia quali il *qi gong*.

Il *jing* del cielo posteriore, energia che viene quotidianamente prodotta e reintegrata, deriva invece essenzialmente dall'energia estratta dagli alimenti (milza e stomaco) e dall'energia estratta dall'aria (polmone) e sostiene, a sua volta, il *jing* del cielo anteriore.

Esso va tesaurizzato negli organi costituendone, sotto forma di essenza energetica, la potenzialità vitale.

Il *jing* dei reni partecipa invece contemporaneamente della natura del cielo anteriore e di quello posteriore, essendo formato in parte da un "quantum" energetico innato ed, in parte, da uno acquisito. Il *jing* di rene è, in un certo senso la sostanza più preziosa dell'organismo in quanto, essendo manifestazione e radice dello *yin* di rene, costituisce il substrato materiale per la produzione del *qi* del rene sotto l'azione dello *yang* di rene.

Nei bambini il *jing* dei reni presiede alla crescita, allo sviluppo osseo, alla dentizione, allo sviluppo intellettuale. Nell'età matura presiede alla riproduttività, intesa sia come fertilità che come capacità di sostenere la gravidanza. Nella terza età il suo impoverimento provoca il decadimento di queste funzioni. Il *jing* del rene, infine, produce i midolli (midollo osseo, midollo spinale e cervello). Da esso infatti dipendono sia la funzione ematopoietica, che le funzioni nervose e mentali.

Yuan qi, energia originale o principale è anch'essa una energia innata del cielo anteriore, cioè preesistente al concepimento dell'individuo, e viene trasmessa al momento del concepimento dai genitori. Secondo un'espressione cinese dei testi classici essa corrisponde nell'essere vivente al soffio vitale, primordiale, lo stesso che ha dato origine al cielo ed alla terra.

Dice il *Su Wen* al cap. 66°: "Nell'immensità dello spazio esiste un'energia essenziale, primitiva, che dà vita a tutti gli elementi integrandovisi...". Essa risiede in uno spazio compreso tra i due reni, detto **ming men**, porta della vita.

Yuan qi è strettamente connessa a *jing* ed ai reni, ed è la base di tutte le energie dell'organismo e, in un certo qual modo, ne rappresenta l'aspetto dinamico: la scintilla che innesca ogni metabolismo. Essa infatti fornisce l'impulso all'attività funzionale di tutti gli organi ed innesca tutti i processi dinamici di conversione da una forma di *qi* ad un'altra.

Zong qi, chiamata anche da vari autori energia ancestrale o essenziale, è una energia in parte ereditaria ed in parte acquisita, e si manifesta al concepimento. Durante la vita fetale viene fornita dalla madre; dopo la crescita invece essa scaturisce dall'unione tra l'essenza energetica alimentare e l'energia respiratoria.

Infatti, dal nutrimento arrivato allo stomaco si libera subito un'energia sottile, che risale al riscaldatore superiore, ove si unisce all'energia respiratoria, e passando per polmoni, determina l'avvio degli atti respiratori e della circolazione sanguigna, dei quali mantiene successivamente il ritmo.

Zong qi è la forma animatrice e propulsoria di tutti i movimenti energetici: grazie ad essa, energia e sangue circolano per tutto il corpo. Essa è la capacità di conservare e utilizzare la vitalità di un individuo: ogni manifestazione fisiologica dei meridiani è interamente sotto la sua dipendenza.

L'energia ancestrale *zong qi* si accumula nel torace, dove in parte è messa in riserva per essere utilizzata secondo i bisogni dell'organismo. A questo proposito possiamo leggere nel *Su Wen*: “Il grande *Luò* dello stomaco si manifesta sotto il seno sinistro, è l'energia ancestrale”. Dal torace essa scende in basso all'addome per poi arrivare ai piedi. Il dott. Schatz, basandosi sul significato dell'ideogramma *zong qi* che significa tempio degli antenati, afferma che tale energia deve essere inclusa tra le energie ereditarie, in quanto è l'energia che proviene più direttamente dagli antenati e che trasmette caratteristiche genetiche strettamente legate alla stirpe, al clan.

***E*NERGIE ACQUISITE**

Ying qi, o energia nutritiva ***yong***, viene anch'essa estratta come energia pura dagli alimenti a livello del riscaldatore medio, per opera di stomaco e milza. Dal riscaldatore medio la *ying qi*, nella sua componente più pura, sale al riscaldatore superiore dove, in parte passa direttamente nel meridiano del polmone e in parte, unendosi ai liquidi organici e all'energia respiratoria, si trasforma in sangue. La funzione fisiologica di questa energia è quella di nutrire tutto il corpo circolando nei meridiani insieme al sangue.

Dice il *Su Wen* al cap. 43°: “*Ying qi* è l'energia pura degli alimenti essa circola nei meridiani, armonizza i cinque organi e i sei visceri”. La circolazione dell'energia nutritiva *ying* ha un senso ben preciso tramandatoci dal *Ling Shu* al capitolo 16°: essa inizia al riscaldatore medio (stomaco e milza) dove è prodotta, risale ai polmoni, da questi passa nel meridiano del polmone e poi di seguito a quelli di grosso intestino,

stomaco, milza, cuore, intestino tenue, vescica, rene, maestro del cuore, triplice riscaldatore, vescica biliare, fegato e ancora al meridiano del polmone.

Questa circolazione dell'energia *yìng* nei 12 meridiani principali è detta Grande Circolazione energetica; essa si compie 50 volte in 24 ore come è detto nel *Ling Shu* al cap. 5°. Tale circuito energetico è completato dalla Piccola Circolazione energetica.

Quest'altro sistema circolatorio inizia ai polmoni, di qui l'energia passa al meridiano curioso di vaso concezione o *ren mai* salendo così al collo, alla gola, alle narici; di qui essa va al meridiano curioso *du mai* e con questo alla sommità del capo per scendere poi lungo la colonna vertebrale fino al coccige ed ai genitali, dove si ricollega con *ren mai* e risale lungo l'addome fino al petto, gettandosi infine nel meridiano del polmone.

Con il termine di *jìn ye* si intende, in medicina cinese, la totalità dei liquidi, a sottolineare la loro origine comune e l'interdipendenza delle varie forme. Esistono due tipi di liquidi corporei: i *jìn* e i *ye*. I *jìn* sono limpidi, acquosi, circolano tra pelle e muscoli, sospinti da *wei qi* e governati dal polmone, e si manifestano come sudore, lacrime, saliva, muco. Umidificano, raffreddano, nutrono, forniscono al sangue la parte liquida. Gli *ye* sono torbidi, pesanti, densi, circolano all'interno, sospinti da *ying qi*. Come *ying qi* hanno un'azione trofica (cervello, midollo) e lubrificante (articolazioni, orifizi).

Tutti i liquidi organici derivano dall'alimentazione: lo stomaco riceve i liquidi di provenienza alimentare, opera una prima separazione, inviando la quota più pura alla milza, quella più impura al piccolo intestino. La milza, ricevuti i liquidi dallo stomaco, li purifica ed invia la quota più pura al polmone, una parte invece la distribuisce ai cinque organi; successivamente questi li trasformano secondo quanto è detto al cap. 23 del *Su Wen*: "Il cuore in sudore, i polmoni in muco nasale, il fegato in lacrime, la milza in saliva, i reni in urina".

A livello del riscaldatore superiore i *jìn ye* prendono diverse destinazioni: alcuni si legano alla energia nutritiva *ying qi*, all'energia respiratoria e si trasformano in sangue; altri prendono la via dei meridiani e, seguendone la circolazione energetica, si distribuiscono a tutto l'organismo, altri ancora sono sospinti dai movimenti polmonari sia verso la superficie (muscoli e pelle), sia in basso alla vescica che in parte li elimina, in parte li passa al rene che li tesaurizza per liberarli al momento del bisogno.

Xue qi, il sangue, è un aspetto dell'energia che ha due origini: una acquisita (dal cielo posteriore) e una innata (dal cielo anteriore). La milza e lo stomaco sono la principale sorgente del sangue, in quanto estraggono dagli alimenti la componente energetica più pura (*gu qi*) inviandola al polmone e al cuore. Il polmone integra *gu qi* con *tian qi* (energia respiratoria) dalla cui unione con i liquidi organici a livello del cuore si forma il sangue. Il rene, che fornisce l'innato, attraverso il suo *jìng* genera i midolli (spinale, cervello e osseo), i quali contribuiscono alla produzione del sangue.

Il sangue (così costituito) va sia al cuore, da dove inizia la circolazione sanguigna vera e propria, sia al sistema dei meridiani principali *jìng mài* e a quello dei meridiani

secondari *luò* o *luò mài*, distribuendosi così a tutto l'organismo; dice il *Ling Shu*^(a): “I meridiani fanno circolare il sangue e l'energia per nutrire lo *yin* e lo *yang*, i muscoli, i tendini, le ossa, e mantenere la scioltezza delle articolazioni”.

È importante sottolineare che in medicina tradizionale cinese frequentemente, con il termine di sangue, si esprime l'aspetto energetico *yin*, cioè materiale del corpo, in opposizione dialettica a quello energetico *yang*, non manifesto. Inoltre sotto il termine di sangue spesso si deve intendere non solo il sangue vero e proprio, ma ogni altra forma di liquido del corpo: sperma, sudore, lacrime, liquido intestinale ecc. e talora anche gli organi e i visceri.

Il sangue, quindi, è una forma di *qi* molto densa e materiale che circola, indissolubilmente commista al *qi* medesimo (che lo dinamizza) in tutto l'organismo; esso nutre, irroro, umidifica, lubrifica e radica il mentale (*shen*).

Wei, i sapori sono in medicina cinese un'energia molto importante: dice il Su Wen al cap. 3°: “Sono i cinque sapori che alimentano l'energia *yin*”.

Essi vengono estratti dagli alimenti nel riscaldatore medio sotto l'azione combinata di stomaco e milza. La milza successivamente li distribuisce agli organi a cui convengono come è specificato al 3° e al 10° cap. del Su Wen:

al cuore conviene l'amaro

al polmone il piccante

al fegato l'agro

alla milza il dolce

al rene il salato.

I sapori rappresentano la parte energetica più essenziale degli alimenti, più potente dell'energia nutritiva *yong*. Tale essenza di natura *yin*, tesaurizzata negli organi, contribuisce a mantenere la forma e quindi la buona funzionalità.

Wei qi, energia difensiva, è anch'essa espressione dell'energia pura degli alimenti estratta però a livello del riscaldatore inferiore (vedi *Ling Shu* cap. 18°). Infatti dal riscaldatore medio giunge a quello inferiore la frazione impura dell'energia alimentare non utilizzata in precedenza, che qui viene trasformata, sotto l'azione dell'intestino tenue, di rene e fegato, in *wei qi* e scarti; questi ultimi sono eliminati dal grosso intestino e dalla vescica. L'energia *wei* passa dal riscaldatore inferiore a quello superiore e viene portata all'esterno dai meridiani di polmone, intestino tenue e triplice riscaldatore [*Ling Shu* cap. 10°].

Wei qi è un'energia principalmente di difesa, di natura *yang*, è qualificata come feroce, rapida, di grande mobilità; essa è presente ovunque nell'organismo poiché circola non solo nei meridiani, ma anche al di fuori di questi. Dice il *Su Wen* al cap. 53°: “...essa circola nell'epidermide, nella carne, nei tessuti, nelle membrane, nel petto, nell'addome”. Questa energia ha una circolazione particolare: infatti percorre nelle 24 ore di giorno il circuito nello *yang* e di notte per 25 volte il circuito nello *yin*.

(a) Trad. di Chamfrault

Tale circolazione è ben descritta nel cap. 76 del *Ling Shu*^(a). All'alba *wei qi* inizia a circolare dagli occhi penetrando in parte nei meridiani principali e percorre successivamente i tre strati *yang*: *tài yang* (SI e BL), *shao yàng* (TE e GB) e *yang ming* (LI e ST); si espande così al viso, al capo, al tronco e poi ai muscoli ed alla pelle, raggiungendo la estremità degli arti.

Di notte essa si concentra nello *yin* passando dal malleolo interno al meridiano del rene ed all'organo rene, poi al cuore, ai polmoni, al fegato, alla milza e nuovamente ai reni, da cui al mattino risale agli occhi per riapparire nello *yang*.

Tale circolazione nictemerale interessa naturalmente anche i visceri accoppiati agli organi. L'energia *wei* ha anche un'altra circolazione, anch'essa descritta al cap. 76 del *Ling Shu*, che si compie nei meridiani *du mai* e *chong mai* in 30 giorni.

Wei qi si concentra al 16 GV o *feng fu*, discende lungo il rachide e, a partire dalla 1^a vertebra dorsale, percorre una vertebra al giorno fino al punto 1 GV ove arriva in 21^a giornata; di qui passando per 1 CV va al *chong mai* con cui risale in 9 giorni, lungo la faccia ventrale del corpo, nuovamente al 16 GV. Durante tale percorso *wei qi* penetra direttamente nel cervello e nel midollo spinale.

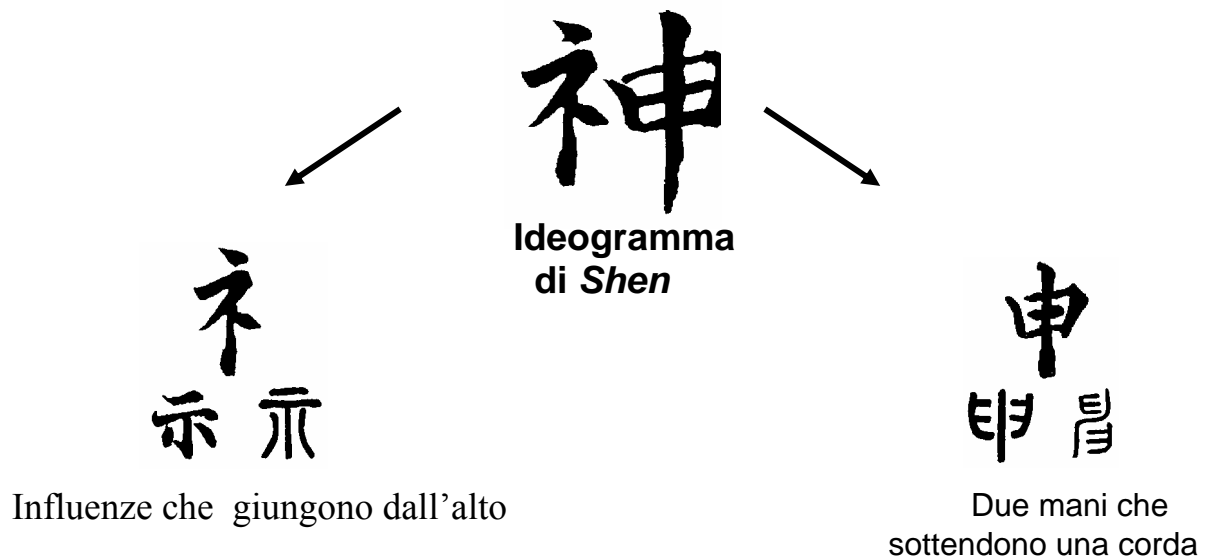
Quindi, riassumendo, l'energia *wei* tramite i suoi circuiti energetici circola in tutto l'organismo: in superficie nella cute e sottocute, nei meridiani secondari di ogni tipo, ma in particolare nei tendino-muscolari e nei distinti, ma anche nei muscoli, nei meridiani principali, nelle ossa, negli organi e nei visceri, anche curiosi.

Molteplici e tutte importanti sono le funzioni di *wei qi*:

- in primis, essa difende l'organismo a tutti i livelli dalle energie perverse, in particolare le esterne, con le quali viene a lottare
- nutre e riscalda i muscoli e la pelle, regolandone la lubrificazione ed il tono
- regola la temperatura del corpo, controllando la secrezione del sudore; comanda infatti l'apertura e la chiusura dei pori della pelle; in tale senso si sottolinea come la febbre sia l'espressione della lotta tra energia *wei* ed energia perversa
- presiede all'equilibrio idrico dell'organismo, in quanto è strettamente collegata all'eliminazione degli scarti liquidi attraverso l'urina e sudore
- regola la chiusura e l'apertura degli occhi, cioè il ritmo sonno/veglia (vedi *Ling Shu* cap. 71). Infatti alla sera ritirandosi nello *yin* fa calare le palpebre inducendo il sonno; al mattino il suo passaggio nello *yang*, provoca il risveglio aprendo gli occhi.

(a) Trad. di Chamfrault

SHEN



Nella medicina tradizionale cinese non vi è una netta separazione tra corpo e psiche, come avviene nella nostra cultura occidentale; sarà quindi più conveniente, per l'attività psichica, abbandonare il termine energia mentale (usato da A.A. ad es N. Van Nghi) troppo limitativo, per adottare quello cinese di *shen*, che esprime lo psichismo come attività mentale connaturata con gli organi.

I complessi organo/visceri e gli *shen* sono espressioni a livelli diversi della stessa energia: pesante, materiale nei primi, sottile, non manifesta negli altri.

Lo *shen* dell'uomo è composto da vari *shen*, detti anche Entità Viscerali o Anime Vegetative, che hanno una doppia natura, celeste e terrestre. La prima è innata o del cielo anteriore, ed è legata all'energia originale *yuan*, la seconda è acquisita o del cielo posteriore, in quanto alimentata dell'energia vera o *zhen qi* ed arricchita, modificata, personalizzata dall'ambiente in cui l'individuo vive. Dice il *Ling Shu*^(a) al cap. 54: “Quando l'energia ed il sangue si formano, *ying qi* e *wei qi* cominciano a circolare, i cinque organi sono costituiti, la mente alloggia nel cuore: è la vita”.

Lo *shen* umano è la sintesi, come già è stato annunciato, delle attività dei 5 *shen*:

<i>Hun</i> o <i>Roun</i>	che risiede nel fegato	(legno)
<i>Shen</i>	" " nel cuore	(fuoco)
<i>Yi</i> o <i>I</i>	" " nella milza	(terra)
<i>Po</i> o <i>Pro</i>	" " nei polmoni	(metallo)
<i>Zhi</i> o <i>Tche</i>	" " nei reni	(acqua)

(a) Trad. di Chamfrault

Lo *shen* del cuore ha dignità superiore perché espressione riflessa nell'uomo della primitiva intelligenza creatrice o *shen* celeste o grande *shen*.

Esso è l'intelligenza globale che si attua attraverso la sintesi coordinata delle cinque attività mentali e la capacità di giudizio.

Presso l'individuo le entità viscerali appaiono l'una dopo l'altra man mano che l'embrione prende forma e che lo psichismo si costituisce.

Poiché la vita viene dal cielo, dallo *yang*, la prima entità ad apparire sarà quella che corrisponde al Fuoco, cioè lo *shen*, seguito dallo *hun*, dal *po*, dallo *yi*, e dallo *zhi*.

Vedremo ora in tale ordine le entità viscerali con le loro caratteristiche.

Shen: Alloggia nel cuore - è la I entità a comparire nell'embrione.

Psicologicamente corrisponde all'affettività (amore-odio), alla emotività, alla gioia, inoltre come intelligenza globale, alla sintesi e al coordinamento delle idee inviate dall'attività degli altri *shen*.

Quando vi è pienezza di tale movimento vi può essere iper-eccitamento, riso sfrenato; se vi è vuoto l'individuo è abbattuto, si lamenta ed è in preda a timidezza o a panico.

Hun: Alloggia nel fegato - è la II entità ad apparire nell'embrione.

Psicologicamente rappresenta l'immaginazione, la creatività, l'entusiasmo, l'estroversione, i sogni. In condizioni di pienezza si potrà avere eccesso immaginativo, irascibilità e collera, aggressività, disturbi, sonnambulismo.

In condizioni di vuoto dello *hun* vi potranno essere povertà o carenza immaginativa, incoordinazione di idee, mancanza di coraggio, angoscia.

Po: Alloggia nei polmoni - è la III entità a formarsi nell'embrione.

Psicologicamente corrisponde ai riflessi ed alla sensitività più elementari, nel senso degli automatismi innati: ad es. dell'istinto di conservazione.

La pienezza del movimento *po* comporta ossessioni rivolte al futuro, tristezza, pianto, egotismo, avarizia; in vuoto potremo avere vulnerabilità, disinteresse alla vita, perdita dell'istinto di conservazione.

Yi: Alloggia nella milza - è la IV entità a formarsi nell'embrione.

Psicologicamente è la riflessione, l'ideazione, la memoria e la capacità di avere desideri. La pienezza dell'anima *yi* può indurre a ossessioni verso il passato, idee fisse, gelosia, insonnia agitata. Il vuoto dello *yi* comporta perdita di memoria, disgusto per la vita, ansietà.

Zhi: Alloggia nei reni - è la V ed ultima entità a comparire nell'embrione.

Psicologicamente questo movimento è espresso dalla volontà, dalla tenacia, dalla decisione e dal coraggio. Per la sua sede nei reni lo *zhi* governa anche la sessualità sotto il profilo psichico. Se vi è pienezza vi potrà essere invece abulia, indecisione, angoscia con paure viscerali, spesso impotenza.

Gli *shen* nel loro stretto legame con gli organi sono sottoposti alla teoria dello *yin* e dello *yang*: si ha che *hun* è il 1° movimento, perché è il passaggio dallo *yin* allo *yang* - corrisponde all'esteriorizzazione - lo *shen* è il movimento dello *yang* nello

yang, è la coordinazione, la circolazione - il *po* è il passaggio dallo *yang* allo *yin*, è l'interiorizzazione - lo *zhi* è il movimento dello *yin* nello *yin*, è la conservazione, la realizzazione. Lo *yi* è il centro e rappresenta la capacità di trasformazione.

In quanto sottoposta alla legge dei 5 elementi ciascuna entità viscerale è fisiologicamente inserita nel ciclo *sheng* di generazione e in quello *ke* di dominazione e in patologia potrà esprimersi con l'iperdominazione o il disprezzo.

Ad es.: le ossessioni verso il passato di uno *shen yi* (Terra) in pienezza saranno mitigate dalla collera (Legno) e potranno generare pianto (Metallo) e indurre angoscia (Acqua).

Concludiamo ora questo sintetico saggio sulle direttive principali dell'energetica cinese ribadendo alcuni concetti fondamentali, non solo dal punto di vista teorico, ma soprattutto da quello pratico, in quanto indispensabili alla comprensione e poi all'esercizio della medicina agopunturistica tradizionale.

Il *qi*, il soffio, l'energia nel senso più lato è l'espressione dell'attività “del Principio” o “Grande Uno” che attraverso l'immanenza polarizza *yin/yang*; regolata dal *Dao*, crea ogni entità dell'universo. “Madre misteriosa di tutti gli esseri.... radice del cielo e della terra” così è definito il Principio da *Lao Tze* al capitolo VI del I libro del *Dao De Jing* (trad. Wieger).

Il binomio *yin/yang* di forze complementari ed opposte ed il *Dao*, via o modalità suprema che ne regola il dinamismo circolare-ritmico alternante, sono rappresentati nel *Tai ji*. In tale simbolo, con chiarezza e rara essenzialità formale, viene indicato il corso ineluttabile delle mutazioni creatrici del cosmo.

Il *Dao* nell'universalità è la chiave del misterioso intrecciarsi dello *yang* e dello *yin*, del cielo e della terra secondo leggi precise di rapporti armonici; esiste un concetto di *Dao* del cielo, di *Dao* della terra, di *Dao* dell'uomo, ognuno dei quali si compenetra negli altri a formare una unità indivisibile: il *Dao* Supremo.

Nella simbologia del *Tai ji* è inoltre il concetto che *yang* ed *yin* non siano puro *yang* e puro *yin*, ma ognuno contenga un nucleo di polarità opposta.

Viene in tal maniera espressa la norma “cardine”, di qualsiasi fenomeno dell'universo: nello *yang* è sempre contenuto dello *yin* e nello *yin* vi è sempre dello *yang*.

La proporzionalità di *yin* e di *yang* in ogni singolo fenomeno consente di poterlo categorizzare in una gradualità; ed in rapporto a tale gradualità esso viene associato attraverso rapporti analogici ad altri fenomeni del creato.

Prendiamo per meglio chiarificare, alcuni esempi tra i più noti possibili.

Ad esempio: allo *yang* nello *yang* si possono associare il sud, l'estate, il mezzogiorno; nell'uomo la cute, il sottocute, i capillari energetici, i meridiani secondari *jing jing* o tendino-muscolari, i *jing biè* o meridiani distinti, i *luò mài* o meridiani *luò*, i *qi mai* o meridiani curiosi e l'energia difensiva *wèi qi*.

Allo *yin* nello *yang* l'ovest, l'autunno, il crepuscolo, allo *yang* nello *yin* l'est, la primavera, l'alba; nell'uomo al primo le ossa, al secondo i muscoli, ad entrambi i *jing mài* o meridiani e l'energia nutritiva *yìng qi*.

Infine allo *yin* nello *yin* massimo si possono collegare il nord, l'inverno, la mezzanotte e nell'uomo i visceri e gli organi e l'energia del sangue o *xue qi*.

Nel *Tai ji*, inoltre è simbolicamente indicato come vi sia un continuo movimento dello *yang* verso lo *yin* e viceversa dello *yin* verso lo *yang*, espressione della continua trasformazione di una polarità nell'altra. Ora è proprio tale movimento o trasformazione nella produzione del *qi* o soffio vitale che plasma e permea ogni entità dell'universo.

Quindi se il *qi*, l'energia, ha origine dal movimento, dalla trasformazione dei due principi opposti e complementari *yin yang*, nella sua essenza è sempre la stessa, qualsiasi sia la manifestazione del creato: nel cielo, nella terra, nell'uomo, nel macro e nel microcosmo.

Tale concetto dell'unicità essenziale dell'energia può essere di difficile comprensione a chi si avvicina al pensiero cinese antico attraverso lo studio dell'agopuntura tradizionale in quanto le sue basi sono nella metodologia analogica.

A ciò si aggiunga che frequentemente le stesse forme di energia vengono indicate con nomi diversi dai vari studiosi, spesso anche traduttori dei testi antichi.

Inoltre i testi antichi a seconda dell'epoca di compilazione possono: denominare differenzialmente le stesse energie; attribuire loro variazioni nelle origini, funzioni, circuiti circolari; mettere in rilievo una forma di energia rispetto alle altre o escluderne una del tutto.

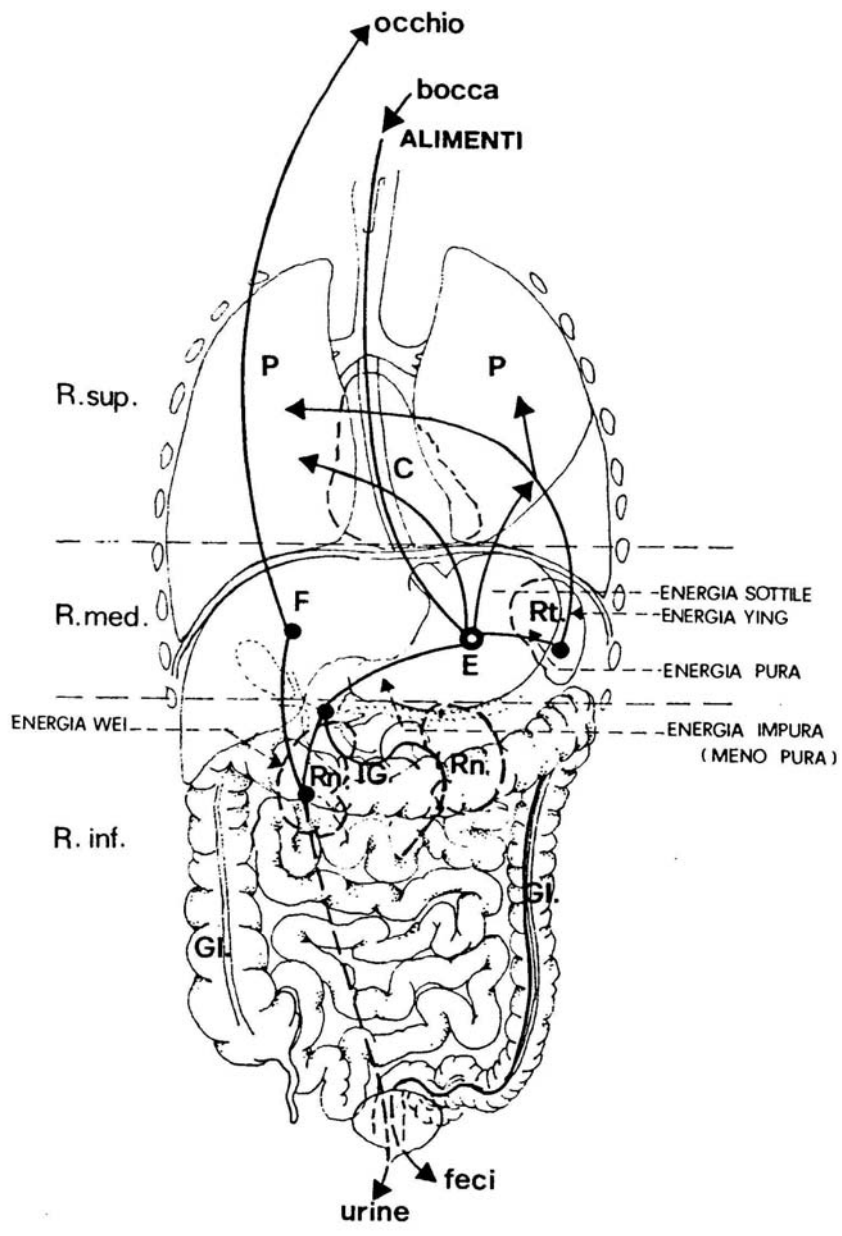
Questo avviene in particolare per quanto concerne i *qi* dell'uomo e fra questi soprattutto per quelli ancestrali, con il risultato di trovarci di fronte a molteplici classificazioni o schematizzazioni delle energie con differenza solo apparentemente spiccate, in realtà mai sostanziali.

Ad esempio: *zong qi* o energia ancestrale, dal Dott. Schatz è posta tra le energie ancestrali quale trasmittitrice delle caratteristiche genetiche tipiche del clan di appartenenza, mentre il testo dell'Istituto di medicina cinese basandosi su traduzioni de *Su-Wen* e del *Ling Shu*, considera tale energia come acquisita in quanto dovuta all'unione dell'essenza energetica alimentare e respiratoria.

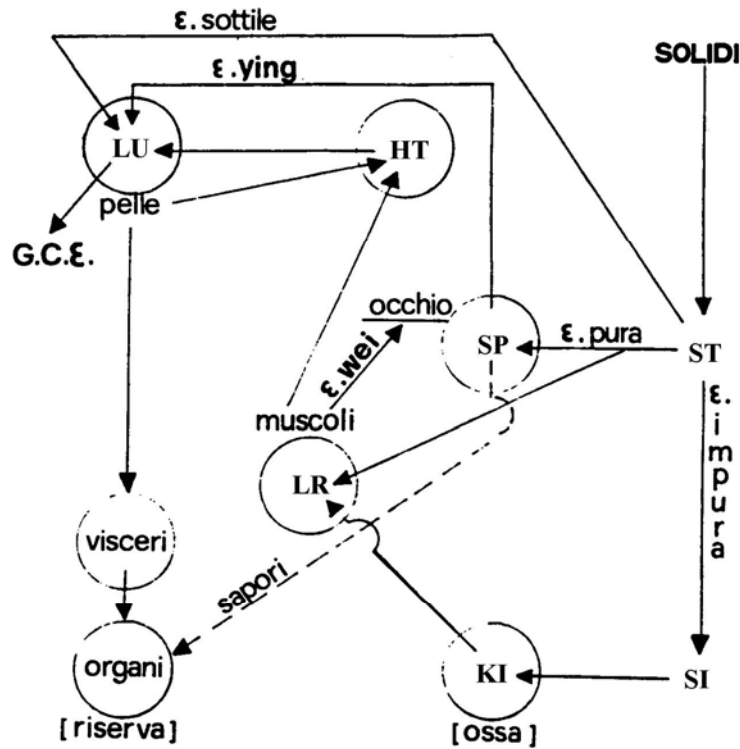
Dal Dott. Faubert la *zong qi*, inoltre, è detta energia essenziale e non energia ancestrale. *Jing qi* o energia essenziale nominata tra le energie ancestrali da N. Van Nghi e dal Dott. Schatz, non viene nominata né dal Dott. Andre Faubert, né dal testo di Shanghai praticamente costruito, come è già stato detto, solo su citazioni di testi antichi.

BIBLIOGRAFIA

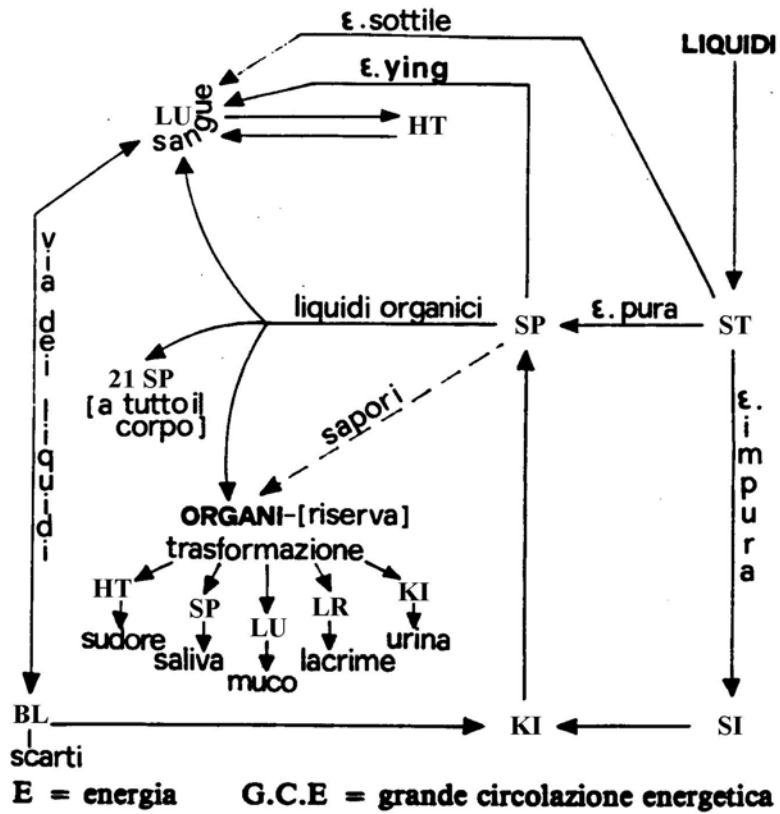
- 1) Chamfrault, "Traité de médecine chinoise", Tome II, Editions Coquemard, Angoulême, 1973.
- 2) J. Choain, "La • Voie rationnelle- de la médecine chinoise", Editions S.L.E.L., 1957.
- 3) Husson, "Huang Di Nei Jing Su Wen", Association Scientifique des Médecins Acupuncteurs de France.
- 4) George Soulie De Morant, "L'acupuncture chinoise", Maloine éditeur, 1972.
- 5) Marcel Granet, "Il pensiero cinese", Adelphi Edizioni, Milano, 1971.
- 6) Léon Wieger, "Les pères du système taoïste", Ed. "Les belles lettres", Paris, 1950.
- 7) Jean Grenier, "L'esprit du Tao", Flammarion éditeur, 1973.
- 8) Henri Maspero, "Le taoïsme et les religions chinoises", Editions Gallimard, 1971.
- 9) André M. Faubert, "Traité didactique d'Acupuncture Traditionel-le", Guy Tredaniel éditeur, 1977.
- 10) C. Lane, "Les chinoises", Editions Lidis, Paris, 1981.
- 11) Nguyen Van Nghi, "Pathogénie et pathologie Energetiques en médecine chinoise", Ecole Technique Don Bosco, Marseille, 1975.
- 12) Jean Schatz, Claude Lane, Elisabeth Rochat de la Vallée, "Le séminaires de recole européenne d'acupuncture", premier cycle "Les energies du corps", Edition So Wen, Milano.
- 13) Jean Schatz, Claude Lane, Elisabeth Rochat de la Vallée, "Aper-cus de médecine chinoise traditionnelle", Maisonneuve



TRASFORMAZIONE DEGLI ALIMENTI SOLIDI



TRASFORMAZIONE DEGLI ALIMENTI LIQUIDI





LE SEI ENERGIE E LE CINQUE ATTIVITÀ

“La grande Bibbia dice: un saggio deve conoscere i tre grandi principi, quello del cielo, quello della terra e quello dell'uomo”
(*Su-wen*, ^(a) Cap. 69, pag. 265)

“Tra il cielo e la terra si trova l'uomo.
In conseguenza, l'energia dell'uomo è influenzata da questa combinazione di energie del cielo e della terra.
Accade lo stesso per tutti gli esseri viventi di questo mondo”
(*Su-wen*, Cap. 68, pag. 263)

Nello stato di salute e di malattia l'uomo interagisce con il macrocosmo influenzandolo e venendone influenzato a sua volta; in particolare la conoscenza dell'evoluzione dei fattori climatici permette di individuare i fattori scatenanti delle malattie stagionali e di prevederne le caratteristiche.

Nel capitolo 70 del *Su-wen* è esemplificato il modo in cui l'uomo è influenzato dal clima e dal suolo:

- 1) nei paesi freddi, l'individuo si adatta al clima rigido, mantenendo ben chiusi i pori della sua pelle ed impedendo che l'energia *yang* venga dispersa; mentre nei paesi caldi, i pori della pelle si aprono, consentono che l'energia *yang* venga dispersa insieme al sudore;
- 2) per quanto riguarda la longevità, generalmente nelle regioni alte, dove il clima è freddo, la durata della vita è più lunga, perché l'energia *yang* si disperde meno facilmente;
- 3) la riproduzione stessa, nelle varie specie animali, è influenzata dalla interazione delle energie del cielo e della terra.

(a) Trad. Chamfrault.

La malattia deriva da un cattivo adattamento degli organismi viventi all'ambiente che li circonda:

“La malattia dell'uomo proviene dallo squilibrio delle energie delle cinque attività.
La malattia si aggrava se l'energia del cielo è sfavorevole”.

Le energie del cielo sono sei, quelle della terra sono cinque.¹

Ecco quali sono le cosiddette sei energie e cinque attività:

“Il freddo, il caldo, la secchezza, l'umidità, il vento (*fong*) ed il fuoco sono lo *yin* e lo *yang* celesti simbolizzati dai tre *yin* e dai tre *yang*”

(*Su-wen*, Cap. 66, pag. 248)

<i>Juè-yin</i>	rappresenta il vento.
<i>Shao-yin</i>	" il caldo (o fuoco imperiale).
<i>Tài-yin</i>	" l'umidità.
<i>Shao-yang</i>	" il fuoco ministro.
<i>Yàng-ming</i>	" la secchezza.
<i>Tài-yàng</i>	" il freddo.

Le energie della terra, ossia le cinque attività sono: il Legno, il Fuoco, la Terra, il Metallo e l'Acqua. (Fig. 1 e 2).

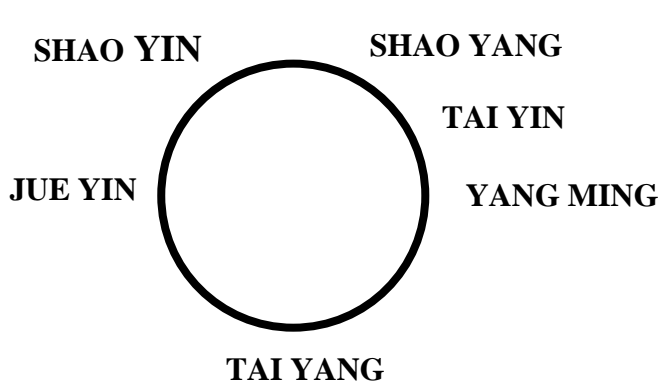


FIG. 1

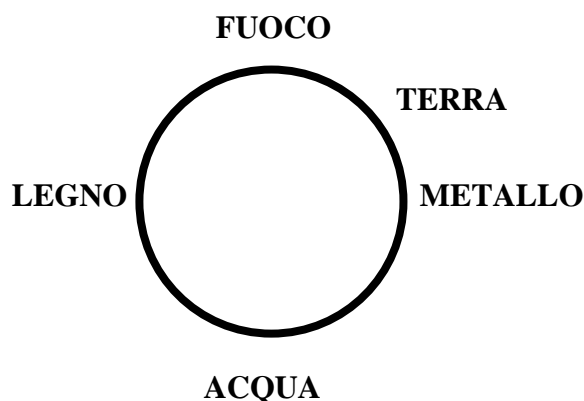


FIG. 2

¹ I cinesi si servono di simboli numerici per indicare lo spazio e il tempo. Si ricorre ad un sistema di classificazione per cinque (ciclo decimale) quando si intende parlare dello spazio e di tutto quanto concerne la terra. I numeri di questo ciclo sono raggruppati in cinque binomi di cui quattro segnano le punte di una croce, mentre il quinto ne segna il centro. I simboli del ciclo decimale si chiamano i dieci tronchi (*kan*)

Si ricorre a un sistema di classificazione per sei (ciclo duodecimale) quando si vuole parlare di eventi temporali e di tutto ciò che riguarda il cielo. Questi numeri sono disposti graficamente lungo la circonferenza di un cerchio e si chiamano i dodici rami (*tche*). Ma tra spazio e tempo, cielo e terra la connessione è strettissima: l'interdipendenza dei due cicli è attestata dal fatto che i numeri del sistema di classificazione per cinque sono chiamati tronchi celesti e quelli del sistema di classificazione per sei, rami terrestri.

Le energie celesti sono sostanze astratte, quelle della terra sono sostanze fisiche concrete. Dalla interazione delle energie del cielo e della terra deriva la formazione del mondo vivente ed il succedersi ciclico dei fenomeni della nascita, della crescita, della trasformazione, dell'invecchiamento e della morte degli esseri.¹

Esaminiamo come avvengono i movimenti delle energie del cielo e della terra.

Le energie *yin* e *yang* del cielo sono sempre in movimento; ognuna di esse, una dopo l'altra, è dominante per la durata di un anno, in un ciclo che dura sei anni (le energie celesti sono infatti, sei).

Nel 1° e nel 7° anno	domina	<i>shao-yin</i> ,
nel 2° e nell'8° anno	"	<i>tài-yin</i> ,
nel 3° e nel 9° anno	"	<i>shao-yàng</i> ,
nel 4° e nel 10° anno	"	<i>yàng-ming</i> ,
nel 5° e nel 11° anno	"	<i>tài-yàng</i> ,
nel 6° e nel 12° anno	"	<i>juè-yin</i> .

Le energie *yin* e *yang* della terra, invece sono sempre calme; anch'esse dominano, una dopo l'altra, per la durata di un anno, in un ciclo di cinque anni.

Il 1° ed il 6° anno è comandato	dal regno	della Terra,
il 2° ed il 7° "	"	del Metallo,
il 3° e l'8° "	"	dell'Acqua,
il 4° ed il 9° "	"	del Legno,
il 5° ed il 10° "	"	del Fuoco.

Un ciclo terrestre dura 30 anni. Un ciclo celeste dura 60 anni.

L'anno è diviso in 24 periodi energetici, ognuno della durata di 15 giorni. Poiché il ciclo celeste, come si è detto, è caratterizzato dalla cifra 6 e quello terrestre dalla cifra 5, ne deriva che non vi è corrispondenza perfetta tra lo *yin* e lo *yang* del cielo e quello della terra; infatti, poiché sulla terra il Fuoco imperiale è solo nominale, l'energia *yin* e *yang* del cielo ricadono sul fuoco ministro, anziché cadere sul fuoco imperiale.

“*Yin* e *yang* del cielo discendono verso la terra, *yin* e *yang* della terra salgono verso il cielo, così facendo essi si mescolano, si combinano, si disgiungono”.

(*Su-wen*, ^(a) Cap. 66 pag. 248)

Nel 68° capitolo del *Su-wen* è descritto come le cinque attività della terra si combinano con le sei energie del cielo nel corso di un anno.

¹ La concezione occidentale del tempo (un procedere lineare ed irreversibile verso l'infinito) differisce da quella cinese; in questo secondo caso si pensa al tempo come ad una evoluzione ciclica: è un eterno ricominciare; pertanto, è rappresentato da un cerchio e non da una retta. La vita e la morte sono in continua trasformazione l'uno nell'altra

(a) Trad. Chamfrault.

L'energia del calore (*shao-yin*) si combina con quella del Fuoco imperiale a partire dall'equinozio di primavera, per un periodo di 60 giorni.

L'energia del fuoco (*shao-yang*) si combina con il Fuoco ministro in estate, cioè 60 giorni dopo l'equinozio di primavera.

L'energia dell'umidità (*tai-yin*) si combina con quella della Terra durante i 60 giorni che precedono l'equinozio di autunno.

L'energia della secchezza (*yang-ming*) si combina con quella del Metallo nei 60 giorni che seguono l'equinozio di autunno.

L'energia del freddo (*tai-yang*) si combina con quella dell'Acqua nei 60 giorni successivi.

L'energia del vento (*jue-yin*) si combina con quella del Legno nei 60 giorni che precedono l'equinozio di primavera.

L'accordo perfetto tra le energie del cielo e della terra si verifica quando rispondono allo stesso movimento; cioè quando il regno della Terra si incontra con *tài-yin*, il regno del Fuoco con *shao-yàng* o *shao-yin*, il regno del Metallo con *yàng-ming*, il regno del Legno con *jue-yin*, il regno dell'Acqua con *tai-yang*.

In queste condizioni le stagioni esprimono il loro carattere e tutte le cose prosperano. I fenomeni che si verificano in natura, quando le energie delle cinque attività sono in equilibrio, sono le seguenti:

- a primavera, durante il regno del Legno, il vento soffia piacevolmente e nasce la nuova vegetazione;
- in estate, durante il regno del Fuoco, fa caldo e le piante crescono;
- alla fine dell'estate, durante il regno della Terra, fa caldo ed è umido ed i frutti giungono a maturazione;
- in autunno, durante il regno del Metallo, è secco e fresco e la vegetazione perde le foglie;
- in inverno, durante il regno dell'Acqua, fa freddo e le piante deperiscono.

Questi climi di base sono influenzati dall'energia celeste dominante nell'anno in corso; se, per esempio, questo è dominato da *tài-yin*, tutta l'annata è piovosa; se, invece è dominata da *shao-yang* tutta l'annata sarà calda e così via....

Inoltre può accadere che l'energia delle cinque attività sia in pienezza o in vuoto.

Così, ad esempio, le conseguenze della mancanza di energia delle cinque attività sono:

1) **Mancanza di energia Legno:**

secchezza a primavera che diviene nociva perché il Metallo trionfa sul Legno. Durante l'estate, il Fuoco vince l'aggressione del Metallo, per cui fa caldo e le calamità si producono soprattutto all'est.

2) **Mancanza di energia Fuoco:**

estate fredda che diviene nociva perché l'Acqua domina il Fuoco. La Terra vince l'aggressione dell'Acqua, piove tutto l'anno, le calamità si producono soprattutto a sud.

3) **Mancanza di energia Terra:**

compaiono tempeste a fine estate perché il Legno domina la Terra. Il Metallo vince l'aggressione del Legno e fa molto secco in autunno. Le calamità si producono al centro.

4) **Mancanza di energia Metallo:**

l'autunno è caldo perché il Fuoco trionfa sul Metallo. L'Acqua vince l'aggressione del Fuoco, l'inverno è freddo e cade abbondantemente la neve. Le calamità si verificano all'ovest.

5) **Mancanza d'energia Acqua:**

l'inverno è piovoso, perché la Terra domina l'Acqua. Il Legno vince l'aggressione della Terra, la tempesta provoca disastri a primavera. Le calamità si producono soprattutto a nord.

Possiamo constatare che il ruolo delle cinque attività è soprattutto quello di mantenere l'equilibrio delle energie; infatti, se una è troppo potente interviene un'altra a ridurla e se, invece, una è troppo debole, arriva un'altra a rinforzarla secondo, rispettivamente, il ciclo di dominazione e quello di ribellione.

“Quando noi diciamo che vi è un difetto o un eccesso di energia, ciò vuol dire che l'energia della terra è in disaccordo con l'energia del cielo e che la prima dispiega la sua attività troppo presto o troppo tardi durante un periodo determinato, ciò ha per conseguenza di sviluppare una influenza nefasta sull'uomo”

(*Su-wen*, ^(a) Cap. 69, pag. 265)

Pertanto, l'eccesso o la mancanza delle cinque attività della terra può essere più o meno grave, a seconda che si verifichino in presenza di una energia celeste che si accordi o meno. L'energia celeste si accorda in un rapporto favorevole se corrisponde ad un movimento (elemento) che nutre quello dell'energia della terra; e invece, sarà sfavorevole se corrisponde ad un movimento (elemento) che domina quello dell'energia della terra.

Inoltre può accadere che le energie delle cinque attività siano in equilibrio e che le energie celesti vengano a sproposito.

Così se le energie celesti di *shào-yang* e di *shào-yin* si manifestano in un momento non adatto sono nocive per il metallo.

Se l'energia di	<i>tài-yin</i>	viene a sproposito, è nefasta	per l'Acqua;
se	"	"	"
se	"	"	"
se	"	"	"
	<i>yàng-ming</i>		per il Legno;
	<i>tài-yàng</i>		per il Fuoco;
	<i>juè-yin</i>		per la Terra.

(a) Trad. Chamfrault.

Per quanto concerne le energie dei sei *yin* e *yang* celesti, le perturbazioni che esse possono produrre, se sono in eccesso o in difetto o se mal si accordano con le cinque attività, possono essere previste, se si conoscono le caratteristiche proprie di ciascuna energia:

- 1) la sua virtù specifica;
 - 2) l'attività che gli è propria;
 - 3) il suo potere;
 - 4) le sue caratteristiche fenomenologiche;
 - 5) le turbe che può in genere presentare;
 - 6) le calamità che può provocare
- (Vedi tabella).

Condizioni di normalità:

quando l'energia celeste di *juè-yin* si fa sentire, il vento soffia piacevolmente;

"	"	"	<i>shao-yin</i>	"	è tiepido;
"	"	"	<i>tai-yin</i>	"	piove;
"	"	"	<i>shao-yang</i>	"	fa caldo;
"	"	"	<i>yang-ming</i>	"	fa fresco;
"	"	"	<i>tai-yang</i>	"	fa freddo.

Le perturbazioni di queste sei energie sono:

la tempesta, il freddo, le piogge abbondanti, il caldo eccessivo, la siccità, la neve e la grandine.

Se le energie dei sei *yin* e *yang* del cielo sono in eccesso, le reazioni sono intense e pertanto, le malattie gravi; se esse sono in difetto, le reazioni saranno deboli e lente ed in conseguenza le malattie tenderanno a cronicizzare.

Se l'energia della Terra reagisce, si udirà il rumore del tuono e le inondazioni devasteranno il paese.

Se l'energia del Metallo reagisce, le piante si disseccano.

Se l'energia dell'Acqua reagisce, il cielo è sempre molto cupo e fa molto freddo.

Se l'energia del Legno reagisce, la tempesta imperversa.

Se l'energia del Fuoco reagisce, fa molto caldo.

CARATTERISTICHE DI CIASCUNA ENERGIA

	FIGLIO	VIRTU' SPECIFICA	ATTIVITA'	POTERE	CARATTERISTICHE FENOMENOLOGICHE	TURBE	CALAMITA'
Vento (est)	Legno	Pace	Fecondazione	Creare lo sviluppo	Venti	Collera e tempeste	Devastazioni
Caldo (sud)	Fuoco	Luce	Prosperità	Luminosità	Creazione del calore	Disseccamenti	Incendi
Umidità (centro)	Terra	Umidificazione	Maturità	Addolcimento	Umidità	Acquazzoni	Inondazioni
Secchezza (ovest)	Metallo	Dignità	Costrizione	Ardore	Secchezza	Disseccamento	Carestia
Freddo (nord)	Acqua	Freddo Dolce	Calma	Severità	Freddo	Freddo glaciale	Gelate (glaciazioni)

BIBLIOGRAFIA

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>14) "Huang Di Nei Jing Su Wen", a cura di A. Chamfrault, Editions Coquemard, Angouleme, 1964.</p> <p>15) A.M. Faubert, "Traité didactique d'acupuncture traditionnelle", Guy Tredaniel Editeur, Paris, 1977.</p> | <p>16) N. Van Nghi, "Pathogénie et pathologie énergétique en médecine chinoise", Imprimerie Don Bosco, Marseille, 1977.</p> <p>17) Chamfrault, "De l'astronomie a la médecine chinoise", Imprimerie de la Charente, Angouleme, 1969.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



LA TEORIA DEI CINQUE ELEMENTI

Sono due le fonti classiche a cui i sinologi fanno riferimento per chiarire le origini di questa teoria cardine del pensiero tradizionale cinese:

- 1) L'*Hong Fan* (La grande regola), che è un capitolo dello *Shuijing* (Libro della storia o Classico dei documenti): esso è diviso in nove sezioni che racchiudono l'insieme delle conoscenze necessarie a un sovrano saggio per ben governare; un unico modello interpretativo serve a spiegare i movimenti dell'universo e degli affari umani. L'*Hong Fan*, dice la tradizione, fu portato in dono da una tartaruga uscita dal fiume *Lo* a *Yu* il Grande: la tartaruga infatti, animale molto longevo, è un microcosmo modellato sul macrocosmo; la sua corazza, infatti, è quadrata in basso come la terra, e rotonda in alto come il cielo. Il *Ming Tang*, la casa della luce e del calendario, è a sua volta l'immagine del mondo, avendo una base quadrata ed essendo ricoperta da un tetto di paglia rotondo: il quadrato simboleggia la terra e lo spazio, mentre il cerchio simboleggia il cielo e il tempo.
- 2) *Lo Yue Ling* (Trattato sul calendario), che fa parte del *Lai Ji* (Libro dei riti). La datazione dei due classici è molto controversa, venendo attribuita da alcuni sinologi all'VIII, da altri al III secolo a.C. E' comunque presumibile, prescindendo dai rimaneggiamenti posteriori, che risalgano agli albori della lingua scritta (V – IV secolo a.C.)

I 5 Elementi sono chiamati *Wu Xing*, dove *wu* significa 5, e *xing* agire, camminare: viene pertanto espressa l'idea dell'azione e del movimento, per cui, anche se nell'uso corrente prevale la traduzione di *wu xing* con 5 Elementi, sarebbe meglio ricorrere a termini come 5 Agenti o 5 Movimenti, per sgombrare il campo dall'idea che i *wu xing* siano sostanze materiali prive di ogni dinamismo.

I 5 elementi vanno intesi come categorie generali sotto cui si raggruppano le manifestazioni della realtà in un preciso ordine spaziale e temporale, non rigido e fisso ma in continua opposizione e trasformazione, al fine di costruire un modello della struttura dell'universo.

La relazione con lo spazio è stabilita mediante i punti cardinali, la relazione con il tempo mediante le stagioni (Fig. 1B e 2A).

Elementi	hong fan	yue ling
acqua	1	6
fuoco	2	7
legno	3	8
metallo	4	9
terra	5	5

Figura 1a

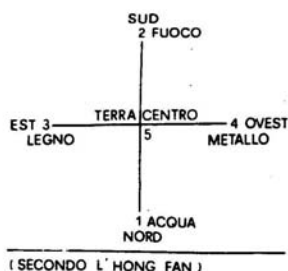


Figura 1b

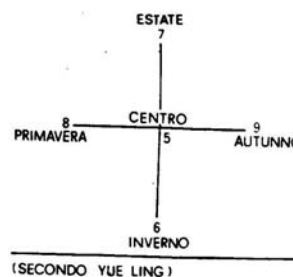


Figura 2a

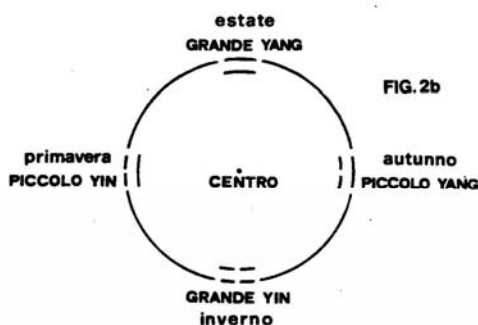


Figura 2b

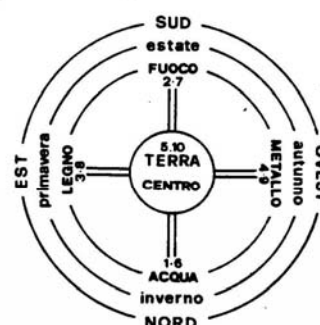


Figura 2c

Le modalità dell'evoluzione e della trasformazione dei 5 elementi, in quanto movimenti di energia, sono regolate dal binomio *yin/yang*. Ecco come si esprime l'*Hong Fan*: "Innanzitutto i 5 elementi: il primo l'Acqua, il secondo il Fuoco, il terzo Legno, il quarto il Metallo, il quinto è la Terra. Le proprietà dell'Acqua sono di infiltrarsi e di scendere, quelle del Fuoco di bruciare e di tendere verso l'alto, quelle del Legno di piegarsi e di raddrizzarsi, quelle del Metallo di essere duttile e di lasciarsi forgiare, quelle della Terra di ricevere le sementi e di dare i raccolti"

L'*Hong Fan* e lo *Yue Ling* attribuiscono ad ogni elemento un numero di significato simbolico che serve a fissarne la collocazione spaziale e temporale (Fig. 1a).

Così scrive il Granet: "Lo *Hong Fan* e lo *Yue Ling*, che assegnano agli elementi, l'uno il primo e l'altro il secondo (il numero forte) dei numeri di una coppia congrua, considerano apparentemente le corrispondenze numeriche da punti di vista differenti, ma che si completano: ambedue si ispirano a un sistema generale di classificazione di cui numerosi miti attestano l'antichità e il prestigio". Le cifre 1 e 6 (=1+5), attribuiti all'Acqua, rispettivamente dall'*Hong Fan* e dallo *Yue Ling*, hanno simbolicamente lo stesso significato, perché sono entrambi congrui al 5. Altrettanto vale per il Fuoco (2 e 2+5=7), per il Legno (3 e 3+5=8), per il Metallo (4 e 4+5=9), e per la Terra (5 e 5+5=10).

L'Acqua che tende a scendere è situata in basso: è di natura *yin* e corrisponde al freddo, al nord, all'inverno e alla mezzanotte. Il Fuoco che tende a salire è di natura *yang*, è situato in alto e corrisponde al calore, al sud, all'estate e al mezzogiorno. L'Acqua e il Fuoco simboleggiano la totale opposizione dello *yang* e dello *yin* nei loro valori estremi (grande *yang*, grande *yin*, Fig. 2B). Il Legno rappresenta l'est, la primavera, l'alba e lo stato energetico del piccolo *yin* (*yang* in crescita, *yin* in diminuzione). Il Metallo si situa a ovest e rappresenta l'autunno e lo stato energetico del piccolo *yin* (*yin* in crescita, *yang* in diminuzione). Sull'asse orizzontale che unisce il Legno al Metallo, *yin* e *yang* sono in proporzioni equivalenti (Fig. 2C). Infine, la Terra è l'elemento che contiene tutti gli altri elementi (le radici degli alberi, il fuoco dei vulcani, i minerali, l'acqua sorgiva...) e si colloca al centro, in quanto referenza generale, per avere rapporti diretti con tutti gli altri elementi. Va sottolineato che anche i 4 stati dell'energia (nascita, crescita, equilibrio e vuoto energetico), definiti dai rapporti intercorrenti tra *yin* e *yang*, vanno riferiti all'energia neutra del centro.

DAL COSMO ALLA MATERIA VIVENTE

Ma come si giunge alla costruzione del cerchio dei 5 elementi?

A questo proposito, è bene ricordare che la concezione occidentale dell'essere vivente è fondamentalmente quella di un agglomerato di materia dotata di una serie di funzioni organiche, ossia di varie forme di energia (l'energia elettrica del tessuto nervoso, l'energia chimica di svariati sistemi cellulari, l'energia meccanica dei muscoli, etc..). Per la medicina orientale, invece, materia ed energia non si presentano divise, ma sono un'unica realtà dinamica soggetta a continue variazioni.

L'energia pura, al suo più alto grado di espressione, come ci insegna anche la fisica, è movimento, fluttuazione, dinamismo, e in ultima analisi si configura come calore, che rende possibile la vita solo se si fonde col suo opposto, che non è l'assenza di *energia*, bensì l'assenza di *dinamismo*, di movimento, in quanto rappresenta il massimo di potenzialità in completa assenza di manifestazione: è quella che noi occidentali chiamiamo riduttivamente materia, e che i cinesi indicano più compiutamente come energia *yin* (al suo massimo grado), che si contrappone dialetticamente all'energia *yang*, espressione invece della manifestazione dinamica.

La vita è possibile solo nel settore intermedio della natura, quello in cui lo *yang* del cielo (calore del sole) si fonde con lo *yin* della terra (materia fredda di sostegno e base dell'alimentazione). Il calore del cielo, del sole, rappresenta il massimo *yang*, e da solo non consente la vita (sarebbe possibile vivere sulla superficie di una stella?); così come nella terra, nel massimo *yin*, la vita non sarebbe possibile (ci può essere vita sulla superficie di un pianeta lontanissimo dalla sua stella?). Ebbene: solo dove lo *yin* e lo *yang* si fondono in equilibrio dinamico, come avviene sulla superficie del nostro pianeta, la vita è possibile.

Il calore, ossia il massimo *yang*, è l'energia primordiale che comprende tutte le altre energie: è espansione, è vibrazione (e nella nostra fisica ciò significa anche

luce). E' il sole, e nella sua massima espressione (alle ore 12 del giorno del solstizio d'estate) il sole è esattamente sopra le nostre teste, in alto nel cielo, e pertanto il massimo *yang*, ossia il calore, il sud, è in alto, nel cerchio dei 5 movimenti, mentre il suo contrario, ossia il freddo della materia che ci sostiene, lo *yin* massimo, è sotto i nostri piedi, e quindi viene iscritto nella parte più bassa del cerchio.

L'energia non è però statica, fissa, ma è animata da un movimento continuo, movimento che è sempre la manifestazione di una potenzialità che la precede, così come un albero è la manifestazione di una potenzialità ultraconcentrata (il seme), che per manifestarsi deve però passare attraverso uno stadio intermedio, in cui lo *yin* si trasforma in *yang* progressivamente (l'arbusto giovane che cresce), e dopo essersi manifestata perde progressivamente energia *yang* (l'albero che invecchia e si secca) per tornare infine allo stato di materia inerte, ossia allo *yin* (l'albero che muore), non senza però avere donato alla terra il seme di un nuovo albero che nascerà, creando così un ciclo vitale dinamico che si autoperpetua.

Esempi analoghi possono essere fatti per la vita dell'uomo, per le stagioni, per le varie parti della giornata, etc.: la potenzialità e la manifestazione sono sempre espressione dello *yin* e dello *yang* che si susseguono, perché "lo *yang* segue lo *yin* e lo *yin* segue lo *yang*". La presenza di *yin* e di *yang*, di potenza e manifestazione, è scomponibile all'infinito: consideriamo ad esempio i movimenti del cuore, che è un organo che appartiene alla loggia del Fuoco, ossia al massimo *yang*: eppure, anch'esso presenta una fase *yin*, la diastole, accanto a una fase *yang*, la sistole. Ma anche la sistole, che è *yang*, presenta una fase *yin*, la sistole isometrica, in cui il ventricolo si contrae a valvole chiuse, accanto a una fase *yang*, la sistole isotonica vera e propria, in cui il sangue viene espulso attivamente. E ancora, se consideriamo la sistole isometrica, che è *yin*, troviamo una fase *yin* (la latenza elettromeccanica) e una fase *yang* (la deformazione ventricolare). Questo, come d'altro canto mille altri esempi possibili, insegna che non esiste lo *yang* assoluto, così come non esiste lo *yin* assoluto. Questo concetto è ben rappresentato dal ben noto simbolo del *Tao*, costituito dai due embrioni embricati, nel quale si vede che anche nel momento del massimo *yang* e del massimo *yin* esiste sempre un seme (rappresentato dall'occhio dell'embrione) del segno opposto.

Se ora noi uniamo il massimo *yang* e il massimo *yin* (linea sud-nord), otteniamo il cosiddetto "asse degli stati", ossia l'asse dell'equilibrio tra massimo e minimo; tracciando un asse perpendicolare al primo, o "asse dei mutamenti" (o "delle variazioni"), otteniamo l'asse est-ovest dell'equilibrio, dove *yin* e *yang* sono armonizzati, nel senso che l'uno sta penetrando nell'altro, e le due forze si equivalgono. Dal punto di vista cosmologico, l'asse degli stati corrisponde ai solstizi, mentre l'asse delle variazioni corrisponde agli equinozi.

Questa configurazione, che è ben radicata nell'esperienza di tutti come la figura rappresentativa dei punti cardinali, è valida anche a livello astronomico, dove la linea sud-nord è il perno attorno al quale girano tutte le stelle fisse, che fanno perno intorno alla Stella Polare, e rappresentano i corpi celesti immutabili, ossia sempre presenti per l'osservatore terrestre; le altre costellazioni, invece, ossia quelle che a seconda delle

stagioni si portano sopra o sotto l'orizzonte, sono mutevoli, e con la loro variabilità rendono conto di una ciclicità anche a livello cosmico. La terra, e con essa l'uomo, è immersa in questa realtà, e risente delle sue variazioni cicliche, perché l'energia che le anima è sempre la stessa, ossia l'energia dell'alternanza tra lo *yin* e lo *yang* che si fondono e si inseguono a tutti i livelli. Questo sistema dinamico unitario organizza e struttura anche gli organismi viventi, sia dal punto di vista topografico che funzionale. L'esempio più calzante della perfetta fusione dello *yin* e dello *yang* da cui nasce e diviene possibile la vita è insito nell'unità vivente elementare, ossia la cellula: qui troviamo uno *yang* massimo, ossia un fuoco, che brucia dentro a uno *yin* massimo, ossia un'acqua. Abbiamo, alla base della vita, una "combustione sommersa": la vita, in altre parole, è possibile perché esiste, nel mitocondrio, la combinazione tra i substrati e l'ossigeno che sta alla base della fosforilazione ossidativa, capace di creare energia per la vita della cellula (e cosa è una combinazione con l'ossigeno se non una combustione, ossia un fuoco?); il tutto è immerso in una soluzione semiliquida rappresentata dal citoplasma : ecco quindi la mirabile fusione del fuoco con l'acqua che rende possibile la base stessa della vita, nell'esempio in questione rappresentata dalla produzione di energia sotto forma di fosfati grazie alla respirazione cellulare.

***I*IL RUOLO DELLA TERRA**

Ora che l'organismo vivente è stato assimilato a una realtà dotata di una struttura fissa e immutabile (l'asse degli stati, paragonabile al patrimonio genetico individuale) e di una struttura variabile (l'asse delle mutazioni, paragonabile al fenotipo che interagisce con l'ambiente) resta da risolvere il problema del rifornimento energetico, perché i processi di inseguimento reciproco tra lo *yin* e lo *yang* portano a un consumo continuo e inesorabile dell'energia. Inoltre, così come è stato prospettato, il nostro sistema vivente sembra destinato ad assorbire l'energia necessaria per vivere soltanto mediante la respirazione, come nell'esempio della cellula.

Se però consideriamo i due assi, ossia l'asse degli stati e quello delle variazioni, notiamo che al centro, dove i due assi si intersecano, esiste il perfetto equilibrio tra lo *yin* e lo *yang*: questa è la Terra, il centro di tutto, la neutralità. Essa è indispensabile per creare il movimento dell'uomo, per far muovere le altre energie, ossia per renderle utilizzabili. L'uomo, in altre parole, non può vivere cibandosi direttamente del calore del sole, ma deve utilizzarlo in via indiretta, dopo che la terra ha assorbito, metabolizzato, individualizzato e poi restituito il calore stesso.

La terra-centro è pertanto uno specchio che riverbera, rilancia l'energia del cielo, il calore del sole, assumendo il ruolo di trasformatore dell'energia: il sole è quindi energia pura, ma per consentire la vita occorre che la terra riceva questa energia, la trasformi (per esempio dando origine a una pianta), e la renda disponibile al consumo dell'uomo, che si ciba di questa pianta che in origine era energia del cosmo che è stata modificata e riverberata dall'azione mediatrice della terra-centro. Ecco che

allora, a causa del calore di rilancio (Fig. 3), nel settore del Fuoco si assiste a uno sdoppiamento in fuoco originario (o “imperiale”) e in fuoco di riverbero (o “ministro”), che rappresenta quel calore-ministeriale, quel messo dell'imperatore che trasporta l'energia dal centro in tutte le province dell'impero.

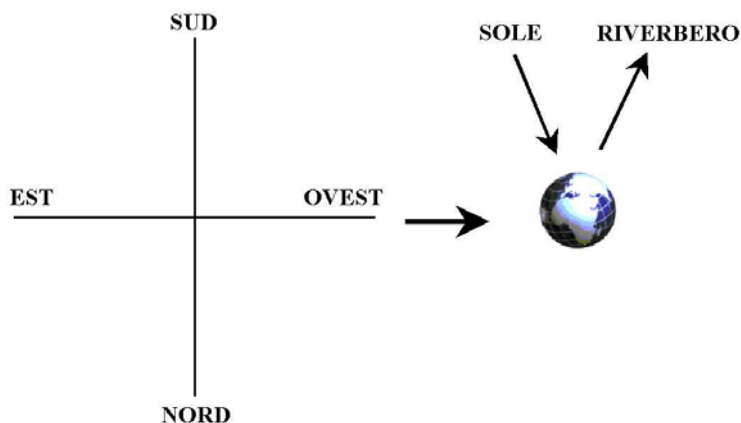


Fig. 3

L'asse del riverbero rappresenta pertanto l'asse del movimento, che è alla base dell'evoluzione e dello sviluppo, e che ha dato origine, nella visione orientale dell'organismo vivente, al concetto di “calore ministeriale” o *San Jiao*. I due assi precedenti strutturavano l'uomo solo come organizzazione topografica statica, priva di movimento e di vitalità, mentre l'asse del riverbero consente il passaggio dell'energia cosmica (calore del sole) nel microcosmo individuale (cibo utilizzabile), dando così origine alla vita realizzata, non più potenziale. Questo spiega perché la loggia della terra, nel cerchio dei 5 movimenti, esprime la trasformazione, la metabolizzazione e la redistribuzione delle energie (anche mentali). Ma essa esprime anche quella parte di movimento, di dinamismo, che è insito in ciascuno degli altri movimenti: è la stagione di passaggio, la quinta stagione, il volano d'inerzia che fa passare da una stagione all'altra. Si tratta di quella lieve ma indispensabile “sfasatura” che rende possibile la fluttuazione del nostro microclima interno, così come la sfasatura dell'eclittica celeste e terrestre rende possibile l'alternarsi delle stagioni (se non esistesse l'inclinazione della terra sul suo asse, infatti, la semplice rotazione planetaria intorno al sole non basterebbe a garantire l'alternarsi delle stagioni (Fig. 4).

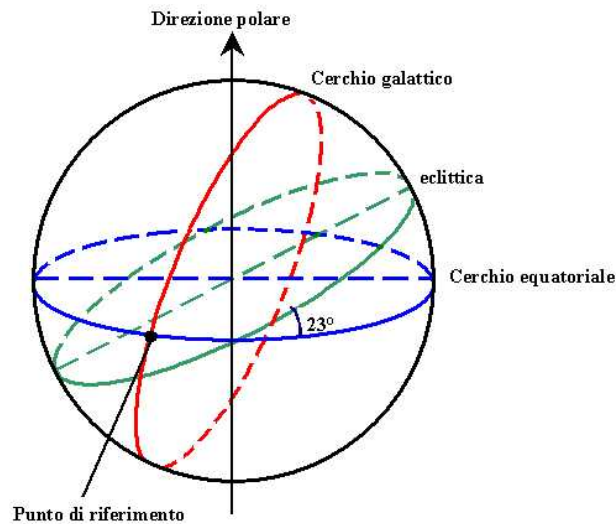


Fig. 4

Per tale motivo la loggia della Terra è stata spostata a sud-ovest, ossia all'estremo dell'asse che segna il punto di mezzo (centro) del ciclo circadiano di scorrimento dell'energia (che ha origine alle 3 di notte, quindi sta a metà tra la mezzanotte-nord, e l'alba-est): ovviamente, non è stata posta a nord-est in quanto si è già detto che la terra è anche un “riverbero” del fuoco, e per tale motivo deve seguirlo, non precederlo. Ma la terra col suo asse “centrale” sta anche al centro del ciclo circannuale dell'energia, che ha sempre origine nel punto di mezzo tra nord ed est in quanto nel calendario cinese l'anno ha origine a metà tra il solstizio d'inverno (nord) e l'equinozio di primavera (est); a ulteriore chiarimento, si precisa che il “centro” di un ciclo cronologico si trova ovviamente nel punto diametralmente opposto al suo inizio (Fig. 5). In tal modo, introducendo la terra-centro tra i 4 movimenti-base della circonferenza, è stata ottenuta l'integrazione tra struttura vivente materiale, che aveva un aspetto tridimensionale, con la sua ciclicità temporale, che la porta ad esprimere perfettamente la natura quadri-dimensionale della materia vivente: in altre parole, noi non viviamo solo perché abbiamo un corpo e delle funzioni organiche ma anche, e soprattutto, perché ci spostiamo nel tempo.

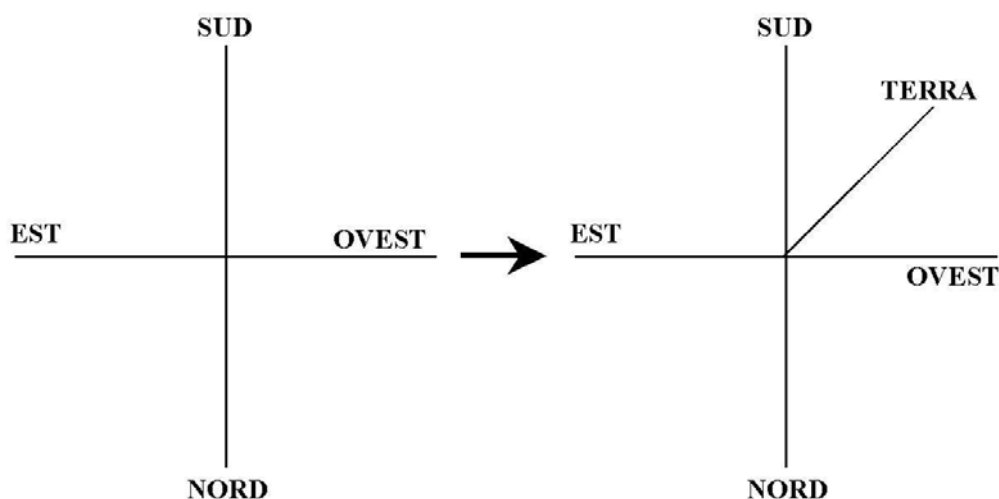
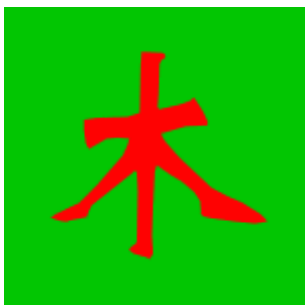


Fig. 5

A questo punto sono opportune alcune considerazioni: considerando il cerchio dei 5 movimenti, va detto che ognuno di essi rappresenta una realtà globale, non solo un organo o una funzione: così, a titolo di esempio, la primavera e il Legno non rappresentano soltanto il fegato e la cistifellea, ma tutta la realtà dello *yang* crescente e uscente dallo *yin*, ossia l'est, l'impulso vitale che sorge dalla potenzialità, ma anche l'occhio, la collera, la vitalità, le allergie, etc. Ogni movimento, cioè, rappresenta tutta intera la realtà di un determinato settore morfo-funzionale, psichico, fisiologico e patologico, ma anche climatico, cosmico, relazionale, biologico, e via dicendo.

Un'altra considerazione merita l'osservazione di come fossero solide le basi scientifiche di questa teoria anche dal punto di vista della fisica, in particolare la fisica delle radiazioni elettromagnetiche: il fuoco è di colore rosso perché è il colore più caldo nello spettro delle lunghezze d'onda dei colori; il verde è un colore equilibrato, perché è uno *yin* (blu) che "si scalda" (giallo-rossiccio), ossia esprime l'entrata dello *yang* nello *yin*; il bianco dell'autunno-ovest rappresenta l'introiezione, la raccolta, e dal punto di vista spettroscopico è proprio il bianco che contiene tutti i colori, che li raccoglie (si pensi alla ruota con gli spicchi colorati che viene fatta girare velocemente); il giallo indica invece la terra-centro, e nello spettro rappresenta il centro esatto dei colori visibili; infine il nero-violetto, il massimo dello *yin*, è il colore che si lascia penetrare passivamente e completamente dalla luce, ed è all'estremo opposto rispetto al rosso. In Cina l'imperatore, il cui comportamento doveva rispondere in tutto e per tutto alle leggi cosmiche, si vestiva di verde per andare a visitare le sue provincie dell'est in primavera, metteva il paramento rosso per visitare il meridione d'estate, rivestiva il giallo imperiale per ritornare alla fine dell'estate nella capitale (il centro dell'impero), ripartiva in autunno per visitare le regioni dell'ovest vestito di bianco, e terminava il giro in inverno, nelle provincie del nord, vestito di nero.

LEGNO



Il Legno deve essere inteso come il vegetale vivo, non come legno secco da ardere. A livello del legno si ha un equilibrio *yin-yang*, ma si tratta di un equilibrio dinamicamente attivo, perché lo *yang* è nascente e crescente, proprio come nel regno vegetale: una pianta è apparentemente immobile, ad esprimere l'equilibrio tra materia ed energia, eppure profondamente e continuamente attiva sul piano metabolico, biochimico, etc.

Il Legno, in quanto rappresentativo dell'est, della nascita, di tutto ciò che inizia, rappresenta anche il risveglio, l'uscita, la proiezione verso l'esterno.

Psicologicamente è collegato al pre-conscio, ossia a quella struttura psicologica che spinge continuamente i ricordi a varcare la soglia della coscienza; come pure è l'energia del sentimento di tipo *yang*, l'impulso, il coraggio, il mettersi in moto per realizzare qualcosa, mentre se degenera è un impulso *yang* immaturo, nascente, proiettato verso l'esterno, quindi la collera, l'aggressività.

L'organo è il fegato, (e il viscere la vescica biliare) in quanto, come il vegetale, è lo *yang* in azione profonda e apparentemente immobile, ma ricco di energia chimica, tanto che la zona del fegato è la più calda del corpo.

Il tessuto sarà quello che sviluppa e rende possibile il dinamismo, l'inizio del movimento, cioè il tendine e il muscolo (inteso più come placca neuromotrice che come ventre muscolare, che appartiene invece alla loggia della terra).

L'organo sensoriale sarà l'occhio, perché è l'occhio che percepisce il passaggio dal buio (*yin*) alla luce (*yang*), ed è il simbolo del risveglio; inoltre l'occhio è l'organo sensoriale che più di tutti ci proietta fuori, mettendoci in contatto con oggetti anche lontanissimi, come le stelle. E' quindi conseguenza immediata che la secrezione del Legno sarà dunque la lacrima.

L'energia collegata al Legno sarà il vento, perché è l'energia più dinamica, più attiva, e ancora una volta si ripropone il concetto dell'equilibrio *yin-yang*: il vento è apparentemente immobile, perché non si vede in quanto tale (è aria trasparente), ma è altamente *yang*, perché tutto muove, tutto sposta.

Il sapore è l'agro-acido, l'asprigno, ossia il sapore di ciò che non è ancora giunto a piena maturazione, come la frutta acerba.

Il colore sarà ovviamente il verde, quello della vegetazione viva.

FUOCO



Il Fuoco porta luce e calore, quindi anche nell'uomo sarà segno di luce (intelletto) e di calore (trasporto del calore nell'organismo, mediante le ramificazioni vascolari). Anche dal punto di vista biologico, pertanto, vediamo che ancora una volta i fuochi sono in realtà due: un Fuoco imperiale, rappresentato dal calore-luce, e un Fuoco ministeriale, rappresentato dal calore-tepore, più orientato verso la realtà biologica.

A livello di coscienza è allora lo stato di veglia attiva, la luce della piena coscienza, ed è il sentimento maturo, pieno, radiante, ossia la gioia, che può degenerare nell'ilarità eccessiva, come pure nell'attivismo frenetico, nell'ansia e nell'insonnia.

L'organo è il cuore, che tutte le medicine e le filosofie considerano il centro pensante dell'uomo, e che ha la funzione di assicurare la circolazione continua del calore legato al sangue. In realtà, tutto il tessuto nervoso, e quindi anche il cervello, appartiene alla loggia dell'Acqua; il cuore rappresenta però il punto di contatto con gli eventi psichici (e fisici) che interagiscono col sistema vivente, sia a livello di piena coscienza (si pensi a una tachicardia da stress), sia a livello organico (si pensi a una tachicardia da sforzo): il cuore rappresenta quindi il punto di impatto tra la nostra mente e l'esterno.

Il tessuto appartenente alla loggia del Fuoco sarà dunque, per analogia, l'endotelio vascolare.

Il viscere sarà quello più dinamico dal punto di vista peristaltico, quindi l'intestino tenue, nel quale vi è il transito e l'assorbimento degli alimenti esterni.

Il senso sarà quello che ci consente di metterci in relazione con l'esterno, ossia il tatto. Dal punto di vista più *yang*, invece, non si deve dimenticare la funzione della lingua (intesa però come movimento della stessa, ossia l'espressione verbale, vero e proprio "tatto psichico" che ci pone in relazione con gli altri); la lingua intesa come senso del gusto appartiene invece alla loggia della Terra.

La secrezione è quella più radiante, quella cioè collegata all'emanazione del calore, ossia il sudore, ed è interessante notare che le sedi dove il sudore si manifesta maggiormente sono proprio quelle dove la MTC riconosce le localizzazioni più rappresentative del cuore: le ascelle (dove il meridiano principale del cuore inizia il suo percorso esterno), lo sterno (sede dei punti di allarme del cuore), il palmo delle mani (sede del *xin bao*), la zona lombare (sede del fuoco originario, o *ming men*), e la testa in generale, ma più specificamente la fronte, che è una zona molto *yang*.

Il sapore sarà quello del bruciato, ossia l'amaro, e il colore quello del fuoco, ossia il rosso.

TERRA



Per elemento Terra si intende il suolo, presente dappertutto, che fa da impalcatura a tutto ciò che esiste in natura, è il vero tessuto connettivo del mondo esterno. E' un elemento centrale a cui possono fare riferimento tutti gli altri elementi: è humus fecondo per il legno, è l'elemento che riceve luce e calore dal sole-fuoco, è il depositario del metallo, è il recipiente dell'acqua: è, in una parola, il centro di riferimento ubiquitario, il quinto elemento.

A livello mentale, il centro può essere definito come il serbatoio mentale che permette ogni funzione psichica conscia e inconscia: è la "strutturazione mentale", la metabolizzazione delle idee, l'impalcatura logica del pensiero, la sintassi della mente. Questa centralità si configura come tendenza alla riflessione, alla concentrazione, e trova la sua degenerazione nell'eccessiva metabolizzazione, o rimuginamento, delle idee (ossessioni, chiodi fissi, fino a spunti paranoidi).

Dal punto di vista anatomico-fisiologico, è più che spiegata la relazione col tessuto connettivo, che è il tessuto di sostegno, il centro di sostegno dell'organismo, che pertanto comprende anche i muscoli, ma questa volta intesi come "carne muscolare", non come movimento (come avveniva per la loggia del Legno). Il connettivo è il centro perché è ubiquitario, così come è ubiquitario è il tessuto linfatico, tanto è vero che la milza ha anche importanti funzioni nei confronti dei meccanismi di difesa basati sull'azione di tutto il sistema reticolo-endoteliale e della coagulazione del sangue.

L'organo è la milza-pancreas, che ha funzioni "centrali" di ripartizione dei principi alimentari, non soltanto dal punto di vista meramente digestivo, ma anche assimilativo, distributivo, secretivo, e di collegamento. Il viscere è lo stomaco, in cui effettivamente il pancreas sbocca (ricordiamo che i cinesi non distinguono tra stomaco e duodeno). A parte questo aspetto anatomico, lo stomaco ha un ruolo fondamentale in quanto è il centro della produzione dei diversi tipi di energia, di cui è espressione il Triplice Riscaldatore (*san jiao*), che ha sede appunto nello stomaco.

L'organo di senso è quello collegato al primo impatto col cibo, quindi la lingua, e più in generale tutta la cavità orale e le labbra, quindi il senso sarà quello del gusto..

La secrezione, per analogia, è la saliva, che consente l'inizio delle attività di digestione e quindi di "interiorizzazione" del cibo.

Il sapore è quello degli elementi base della nutrizione, ossia il dolce-insipido dei cereali, così come il colore sarà quello della terra e dei cereali (il giallo-ocra).

L'energia è quella della terra, ossia l'umidità che consente tutti i processi chimici dell'organismo vivente.

METALLO



Questo elemento è fortemente connesso con l'equilibrio, ossia con l'omeostasi, con l'equivalenza di *yin* e di *yang*, ma in senso statico e decrescente, non più in senso dinamico e crescente come avveniva nel legno. Non è propriamente un elemento "vivente" come il legno, ma è pieno di forza *yang* decrescente che va materializzandosi verso lo *yin*, che ne fa la base di ogni azione forte e decisa (cioè intrinsecamente *yang*) verso l'ambito materiale e fisico (intrinsecamente *yin*), come

l'utensile metallico che recide il legno, come l'emoglobina che col suo ione metallico (il ferro) fa passare uno *yang* (l'ossigeno) in uno *yin* (sangue); ciò vale, come detto in precedenza, anche per la potente funzione di connessione interno-esterno nei processi di mantenimento dell'omeostasi (azione termoregolatrice del polmone e della pelle), azione sull'equilibrio acido-base, etc). Anche fisicamente il metallo è il conduttore ideale di qualsiasi tipo di energia (e infatti il polmone è chiamato "maestro" dell'energia); globalmente esso rappresenta il "piccolo *yang*", lo *yang* che si nasconde, ossia lo *yin* crescente.

Mentalmente è il periodo in cui le forze della coscienza vogliono il riposo, o (il che è lo stesso) quando le forze *yin* del sonno prendono il sopravvento. E' il momento in cui lo *yang* del sole si tuffa nell'orizzonte, ossia il crepuscolo, il momento della meditazione pensosa. E', sostanzialmente, l'interiorizzazione, che corrisponde in campo emozionale a quel sentimento "crepuscolare", dalle tinte impressionistiche, che è stato definito come tristezza, ma da intendere come tale solo se degenera; in condizioni normali si tratta di una specie di languore melanconico profondamente armonizzante, una sorta di equilibrio melodico dell'anima, che consente di apprezzare appieno le manifestazioni più "artistiche" della natura.

L'organo è il polmone, per la sua funzione ritmica e costante che permette uno scambio continuo interno-esterno tramite la ricezione dello *yang* celeste e l'eliminazione delle scorie interne (anidride carbonica).

Il viscere sarà quello più implicato nel rapporto interno-esterno, dotato di movimenti ritmici, di carattere *yang* ma più attenuato rispetto all'intestino tenue, cioè il colon, che ha la funzione sia di eliminare lo *yin* ormai materializzato (le feci), sia di assorbire lo *yin* inteso come acqua. La funzione espulsiva è una funzione materializzatrice, che procede dallo *yang* (dinamismo post-cecale) verso lo *yin* (stasi semisolida rettale), quindi a carattere *yang* discendente-decrescente.

Il tessuto è la pelle, come tessuto di frontiera esterno-interno, dotato di funzioni omeostatiche sulla temperatura cutanea e sul mantenimento di diverse caratteristiche, tra cui il giusto grado di secchezza o umidità dei tessuti che sono a contatto con l'ambiente esterno.

Per analogia, l'organo di senso è il naso, il senso l'olfatto, e la secrezione il muco nasale e bronchiale (se degenera patologicamente, l'espettorato).

Il colore sarà il bianco, che come già detto è quello che ingloba, “raccolge” tutti gli altri colori, mentre il sapore è, in opposizione all’agro-acido del fegato-legno, l’alcalino, il frizzante, il piccante.

Infine, l’energia è la secchezza, necessaria affinché il polmone e il colon svolgano correttamente le loro funzioni.

ACQUA



E’ il grande *yin*, il massimo della passività, della ricettività, dell’informalità passiva, come il liquido che assume la forma del recipiente che lo contiene. E’ l’assenza dello *yang*, quindi è l’energia fredda e, nello stesso tempo, è il polo d’inizio della vita, perché al suo massimo lo *yin* si trasforma in *yang*, e quindi dal massimo della “inattività” sorge la vitalità. Il suo motto è: “Ne varietur”, quindi il mantenimento delle caratteristiche individuali è qui espresso al massimo, tanto che l’acqua rappresenta tra l’altro anche il DNA, il nucleo cellulare, la trasmissione dei caratteri genetici.

E’ l’inverno, il buio, il nord, dove nulla si vede e tutto è possibile: è la quintessenza della potenzialità, è la scacchiera all’inizio del gioco, è l’universo prima del big-bang.

Sul piano psichico è l’assenza di contenuti coscienti, l’oblio pieno, il sonno profondo senza sogni, e sul piano psicanalitico corrisponde all’inconscio. Sul piano emozionale è il sentimento più individualizzante, più solidificante, più tenace, cioè la volontà, e se degenera patologicamente diventa la sensazione opposta, la più *yin*, più paralizzante, più cupamente irrazionale, ossia la paura, il terrore, la fobia.

L’organo che presiede alle funzioni sui liquidi organici e sugli elettroliti è il rene, inteso come rene-*yin*; il rene-*yang* rappresenta invece la radice termoproduttrice dell’organismo. Dalla loro unione (combustione sommersa) nasce la vita. Al rene è connessa anche la funzione di trasmissione dell’energia ereditaria tramite la funzione sessuale: il rene è infatti legato all’apparato genitale a livello endocrino (basti pensare che corteccia surrenale e gonadi secernono gli stessi ormoni).

Non va però dimenticato che il massimo *yin* indica anche la piena concentrazione della materia (acqua intesa come ghiaccio), per cui il tessuto correlato alla loggia dell’acqua sarà quello più passivo, più condensato e più ricco di sali minerali inerti, cioè l’osso, la cui struttura dipende dall’equilibrio ionico regolato dal rene (si pensi alle conseguenze sul metabolismo dell’osso a seguito delle alterazioni elettrolitiche durante l’insufficienza renale). Un altro importantissimo tessuto collegato al rene è il tessuto nervoso, in quanto gli antichi cinesi consideravano l’osso e il suo contenuto come un tutt’uno: pertanto, sia il tessuto nervoso che gli altri “midolli” afferiscono al rene, sia che si tratti di midollo emopoietico (che comunque produce una matrice “individuale” e “invariabile”, ossia il gruppo sanguigno), sia di midollo grasso, sia di

midollo spinale. Sul piano anatomico-fisiologico, il collegamento tra rene e tessuto nervoso centrale potrebbe essere anche spiegato con i rapporti tra talamo-ipotalamo-ipofisi e assi endocrini.

Il viscere è ovviamente quello in rapporto con la gestione dell'acqua, ossia la vescica.

Il senso sarà quello dell'udito, perché il suono è apprezzabile soltanto in presenza di materia (come le molecole d'aria che vibrano), e l'organo sarà quindi l'orecchio, anche perché esso rappresenta una proiezione somatotopica del rene e, più in generale, dell'intero organismo.

Il colore sarà quello che tutto assorbe passivamente, cioè il nero, e il sapore sarà quello della nostra acqua ancestrale, ossia il salato.

LE LEGGI DEI CINQUE ELEMENTI

Ogni elemento genera il seguente, lo nutre e lo accudisce come una madre fa col figlio, e ben difficilmente si ha una vera lotta tra i due: questo è il ciclo *Sheng*, di generazione, che ben di rado prevede aspetti patologici (Fig.6)

Ma esiste anche il ciclo *Ke*, di sottomissione o dominazione, che può avere risvolti fisiologici o pesantemente patologici. Il ciclo *Ke* governa i rapporti tra “nonno” e “nipote”, ossia tra due movimenti non contigui: esso ha funzioni fisiologiche di inibizione, per evitare gli eccessi, ma in condizioni patologiche può dar luogo a sofferenze anche gravi all'uno o all'altro dei due “litiganti”. In condizioni fisiologiche, ad esempio, la terra sottomette l'acqua arginandola e assorbendola; l'Acqua sottomette il Fuoco impedendogli di divampare; il Fuoco sottomette il Metallo perché diventi malleabile; il Metallo sottomette il Legno potandolo e impedendogli di diventare ridondante, e così via (Fig. 7).

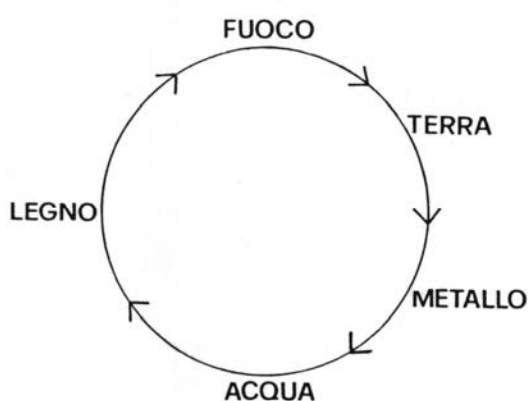


Fig. 6

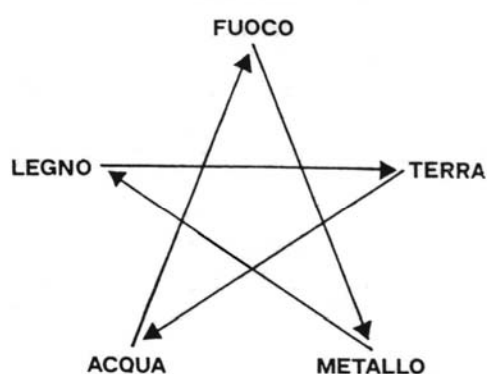


Fig. 7

Lo scadimento nella patologia è però sempre in agguato, ed allora ecco che l'Acqua spegne il Fuoco, il Fuoco fonde il Metallo, il Metallo taglia il Legno, etc

(legge di iper-dominazione fig. 8), oppure il nipote si ribella al nonno, e allora la Terra soffoca il Legno, il Fuoco fa evaporare l'Acqua, l'Acqua spazza via la Terra, e così via (legge di ribellione fig. 9).

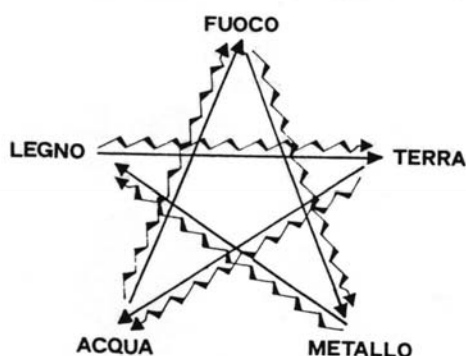


Fig. 8

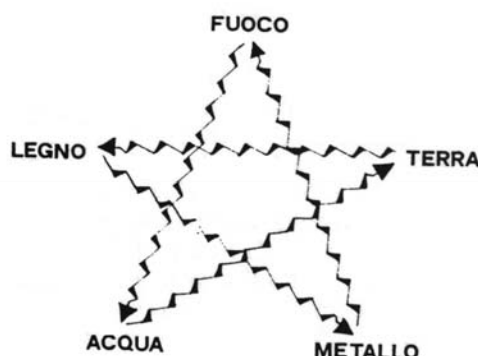


Fig. 9

I cinesi hanno ben presto capito che gli organi seguono, nella loro fisiologia, un ritmo strettamente dipendente dal ciclo delle stagioni. Il fegato, ad esempio, registra il suo massimo di attività in primavera e il suo minimo in autunno, così come il cuore ha il suo massimo in estate e il minimo in inverno, e così via. E' questo il risultato di un'immensa osservazione clinica, nel corso della quale i cinesi hanno osservato le variazioni dei ritmi biologici. E ripensando alla vita rurale del cinese antico, è oggi facile verificare la fondatezza di questo punto di vista e di comprenderlo. Presso il coltivatore, il massimo dell'attività fisica avviene d'estate: è normale che il suo cuore batta allora più velocemente, che la massa sanguigna sia mobilitata più rapidamente; e che, per contro, il minimo abbia luogo in inverno, periodo del riposo fisico: è opportuno che durante questo periodo di riposo si compia il rito sessuale, perché l'inverno è *yin*, consacrato alla donna, e da qui la maggiore attività del rene, preposto alla procreazione e alla trasmissione dell'energia ancestrale. D'altra parte, il rene è più attivo d'inverno perché la lotta contro il freddo richiede una più attiva produzione di ormoni surrenalici termoproduttori.

Che il fegato sia più attivo in primavera è facilmente spiegabile: non si tratta forse del grande regolatore che prepara l'anno biologico? I cinesi affermano che il fegato è "il generale che elabora i piani della campagna di guerra". In primavera l'uomo esce dall'inattività invernale e si prepara al lavoro nei campi: il suo fegato fabbrica e immagazzina il glucosio, essenziale combustibile dei muscoli. Anche le allergie, legate all'aggressività del Legno, sono più manifeste in primavera.

L'autunno, invece, è la stagione dell'equilibrio. Questo stare in bilico tra lo *yin* dell'inverno e lo *yang* dell'estate porta in scena *fei*, il polmone, che è l'organo degli scambi (volti a mantenere l'equilibrio omeostatico) tra l'esterno e l'interno (per noi occidentali, ciò si traduce nell'omeostasi acido-base ottenuta tramite i delicati rapporti reciproci tra polmone-madre e rene-figlio). Si sa bene come si respiri meglio dopo i grandi calori estivi, durante i quali ci si sente un po' oppressi. Inoltre l'autunno

corrisponde all'elemento Metallo, e gli scambi respiratori avvengono grazie al metallo (ferro) contenuto nell'emoglobina.

Quanto alla milza-pancreas, non si riscontra alcuna variazione in funzione delle stagioni e, vista questa permanente regolarità, la milza-pancreas è stata attribuita al centro, all'elemento Terra.

Se dunque tutti questi elementi devono essere legati tra loro da leggi di produzione e di inibizione, che rendono possibile l'armonia ritmica della vita, vi è però il rovescio della medaglia: e questo rovescio è rappresentato dall'eccesso di inibizione di un elemento sul nipote (sopraffazione, superinibizione, iperdominazione), oppure anche dalla rivolta (ribellione, retro-inibizione) del nipote nei confronti dell'organo-nonno dal quale dovrebbe essere inibito. Un esempio di quanto detto potrebbe essere il seguente: consideriamo il caso di una cardiopatia come lo scompenso cardiaco: noi avremo una super-inibizione da parte del cuore-nonno sul polmone-nipote, e questo porterà a sintomi polmonari, come tosse e dispnea, fino all'edema polmonare; ma avremo anche un effetto di retro-inibizione da parte del cuore-nipote sul rene-nonno, con oliguria, iperazotemia, fino all'insufficienza renale. Gli organi invece collegati al cuore con rapporto diretto (madre-figlio) subiranno danni minimi o, al più molto ritardati nel tempo: il fegato, ad esempio, nello scompenso cardiaco va incontro a un'epatomegalia, che però non rappresenta un evento grave, e alla cirrosi cardiaca si giunge solo dopo molto tempo. E come l'organo madre (fegato), anche l'organo figlio (milza-pancreas) non subisce danni apprezzabili nello scompenso cardiaco.

***F*LUZZUAZIONI E INTERAZIONI ENERGETICHE**

Le leggi che abbiamo visto governare i 5 movimenti vanno viste in modo molto dinamico, e spesso vanno considerate, nel ragionamento diagnostico, nelle loro relazioni con le stagioni. L'insufficienza energetica, ad esempio, che causa l'installarsi delle energie patogene in seno a un elemento, può essere fisiologica in un dato momento dell'anno. Infatti, quattro dei cinque elementi subiscono una variazione quantitativa di energia durante le stagioni, mentre la Terra rimane neutra e mantiene un potenziale medio pressoché invariato. Gli elementi cardinali periferici, invece, presentano il loro massimo di energia durante la stagione alla quale si riferiscono; sono al minimo energetico durante la stagione opposta, in crescita durante la stagione intermedia che segue il minimo, e in calo nella stagione intermedia che segue il massimo, secondo lo schema seguente (il segno + indica che l'energia è in crescita, il segno - che è in calo):

	PRIMAVERA	ESTATE	AUTUNNO	INVERNO
LEGNO	Max	-	Min	+
FUOCO	+	Max	-	Min
METALLO	Min	+	Max	-
ACQUA	-	Min	+	Max

Quando l'energia di un movimento si sveglia, ossia è in crescita, o si addormenta, ossia è in calo, essa ha un valore quantitativo medio: si carica di un certo dinamismo quando cresce e si scarica di dinamismo quando decresce; ciò vale anche per le energie patogene. Per esempio, un rene in deficit durante l'inverno non nutrirà a sufficienza il figlio-fegato che sta svegliandosi, e in primavera si potranno avere problemi legati alla loggia del Legno.

Un esempio interessante è dato dal reumatismo articolare acuto. Esso è causato da un attacco dell'umidità, che si installa nella loggia della Terra e la rende potenzialmente in grado di attaccare (secondo la legge *ke* di dominazione) il nipote-Acqua. Se quest'ultima loggia è sufficientemente forte, essa regge l'attacco e tutto si conclude con una tonsillite, ma se la loggia dell'Acqua è debole, viene invasa dall'energia patogena proveniente dalla nonna-Terra. Dire che la loggia dell'Acqua è forte significa dire che svolge bene la sua funzione, che produce calore ed energia in quantità adeguata, e questa funzione può essere parzialmente identificata nella funzione surrenalica, tanto è vero che la malattia reumatica viene trattata con il prodotto delle surrenali, ossia il cortisone. Se la loggia dell'Acqua viene invasa dall'umidità patogena, quindi, si avranno segni di interessamento di tale loggia, come i dolori articolari e ossei migranti (non viene ancora attaccato il rene come organo perché la malattia è ancora all'inizio, e prende gli strati energetici più esterni). Da qui, sempre secondo la legge *ke*, viene colpito il Fuoco, ed ecco le aritmie, i soffi valvolari della fase reumatica acuta. Poi viene attaccato il Metallo, per cui si hanno i segni cutanei della malattia (eritema marginato), e poi il Legno (mialgie); dal Legno si ripassa alla Terra e qui inizia il secondo giro nel cerchio dei 5 Movimenti, con un interessamento più profondo, più viscerale-organico, più "materiale": avremo (per la terra) i noduli sottocutanei, e quando l'energia torna a colpire la loggia dell'Acqua avremo la glomerulonefrite post-streptococcica, donde si ripassa al Fuoco (valvulopatia cronica), che porterà a colpire il Metallo (edema polmonare) e infine il fegato (cirrosi cardiaca) e, se il paziente sopravvive, splenomegalia da cirrosi (Terra). Il tutto aveva avuto origine da un'energia patogena (umidità che ha favorito l'installarsi dello streptococco) in presenza di una Terra (ossia, una reattività immunitaria) debole.

Quello che appare chiaro da questi esempi è che molte malattie hanno una doppia causa: una endogena, ossia la debolezza intrinseca di un settore energetico, e nel contempo una causa esogena, un'energia esterna che approfitta della situazione per penetrare. In Medicina Occidentale questi concetti non sono del tutto assenti (si parla

di terreno, predisposizione, habitus), ma manca completamente l'approfondimento teorico del concetto in rapporto alla realtà climatico-ambientale in cui l'uomo è immerso.

E' importante ricordare che la loggia rappresenta un insieme energetico, di cui l'organo in senso stretto non è che una componente anatomica. Se noi per esempio traduciamo *wei* con "stomaco", riduciamo tutto il concetto energetico di *wei* a un concetto anatomico, al più con qualche implicazione funzionale, mentre *wei* è anche digestione, rapporto con la milza-pancreas, nutrizione del sangue, dello spirito, e in quanto inserito nella loggia della Terra, ha relazione anche con fattori di tipo psichico, endocrino, metabolico, etc. Non parliamo poi del rene, che non è solo quel piccolo organo a forma di fagiolo, ma è tutta la funzione *chen*, quindi la termoprodotzione, l'equilibrio idro-elettrolitico, la potenzialità riproduttiva, l'individualità del genoma, etc. E ancora, *xin bao* è diventato, nelle traduzioni, il pericardio perché è stato tradotto con "involucro del cuore": in realtà *xin bao* rappresenta tutto l'insieme delle funzioni, delle strutture anatomiche, delle interazioni neurovegetative volte a proteggere e a far funzionare adeguatamente il cuore, per cui *xin bao* è anche il pericardio, nel senso che il pericardio ha effettivamente funzioni protettive, ma non è solo il pericardio, essendo anche vasomotricità coronarica, capacità di variare la frequenza e la pressione, inotropismo, e dal punto di vista strettamente anatomico, *xin bao* è, di fatto, il miocardio stesso.

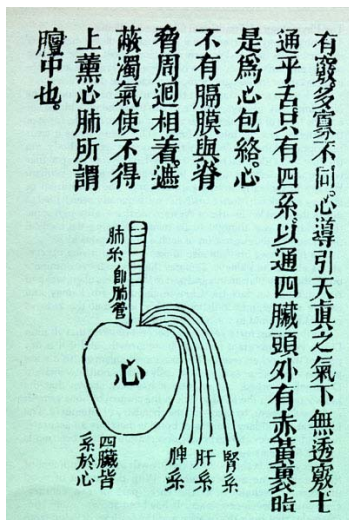
In conclusione: una realtà biologica non va guardata per quello che è, ma per quel che diventa; o ancora meglio: "una realtà biologica è la sua stessa trasformazione".

BIBLIOGRAFIA

- 1) Connelly MD: *Agopuntura tradizionale: La legge dei cinque elementi*. Ed. Oltre il Ponte, Milano, 1990
- 2) Faubert AM: *Traité didactique d'acupuncture traditionnelle*. Ed. Guy Tredaniel, Paris, 1977
- 3) Van Nghi N: *Medecine traditionnelle chinoise*. Ed. N.V.N., Marseille, 1984
- 4) Lavier J: *Storia, dottrina e pratica dell'agopuntura cinese*. Ed. Mediterranee, Roma, 1977
- 5) Huang Di *Neijing Su Wen*. a cura di A. Chamfrault. Ed. Cocquemard, Angouleme, 1964
- 6) C. Larre : *Les Chinois*. Ed. Lidis, Paris, 1981
- 7) Granet M : *Il pensiero cinese*. Ed. Adelphi, Milano, 1971

ELEMENTI	LEGNO	FUOCO	TERRA	METALLO	ACQUA
ENERGIE OSPITI	Jue yin	Shao yang Shao yin	Tai yin	Yang ming	Tai yang
ENERGIE INVITATE	Tai yin	Yang ming	Shao yang Shao yin	Tai yang	Jue yin
RAMI TERRESTRI	Si-hai	Yin shen Zi-wu	Chou-wei	Mae-you	Chen-xu
TRONCHI CELESTI	Jia-yi	Bing-ding	Wu-Si	Geng-xin	Ren-gui
PROPRIETA'	Torsione Curvatura Raddrizzamento	Fiammeggiamento Salita	Accogliere il seme e produrre i frutti	Malleabilità Cambiamenti	Umidificazione Discesa
PUNTO CARDINALE	Est	Sud	Centro Sud-Ovest	Ovest	Nord
STAGIONE	Primavera	Estate	5^ stagione	Autunno	Inverno
ORGANI	LR	PC - HT	SP	LU	KI
VISCERI	GB	TE - SI	ST	LI	BL
ORGANI DI SENSO	Vista	Tatto	Gusto	Odorato	Udito
MANIFESTAZIONI CUTANEE	Unghie	Tinta	Labbra	Peli	Capelli
DISTRETTO ANATOMICO	Muscoli	Vasi	Connettivo Reticolo endoteliale	Pelle Epiteli	Ossa Sist. Nervoso
COLORI	Verde	Rosso	Giallo	Bianco	Nero
CLIMA	Vento	Calore	Umidità	Secchezza	Freddo
SAPORI	Agro/acido	Amaro	Dolce	Piccante	Salato

ODORI	Rancido	Bruciato	Dolciastro	Acre	Putrido
SUONI	Jiao (Do)	Zhi (La)	Gong (Mi)	Shang (Re)	Yu (Sol)
ALIMENTI	Frumento Cane	Grano Montone	Miglio giallo Manzo	Riso Pollo	Fagioli neri Porco
AZIONE SULL'ENERGIA	Muove verso l'alto	Fa circolare verso le zone est. superiore	Distribuisce Sviluppa	Raccoglie	Conserva Mette in riserva Immobilizza
CONSEGUENZE FISIOLOGICHE	Esteriorizzazione	Espansione	Trasformazione	Interiorizzazione	Ripiegamento
EFFETTI CARATTERISTICI	Contrazione	Agitazione	Eruttazione	Tosse	Tremore
PERIODI DELLA VITA	Nascita	Crescita	Maturità	Declino	Morte
ESTRINSECAZIONE PSICOFISICA	Collera Grido	Riso, gioia loquacità	canto	Lamenti	Pianto
MODO DI COMPORTRASI	Audace	Legato alle convenienze	Si controlla bene	Cauto	Malizioso e furbo
VIRTU'	Bontà	Spirito rituale Gravità, serietà	Buona fede, onestà	Equità	Sapienza Saggezza
CARATTERE	Estroverso aggressivo	Espansivo	Riflessivo	Introverso	Volitivo Spontaneo
PECULIARITA' INTELLETTUALI	Immaginazione	Capacità di giudizio	Riflessione	Facilità a memorizzare	Intelligenza
SENTIMENTI NOCIVI	Malcontento, irritazione	Dolore, lutto Gioia eccessiva	Ossessione, timore rispettoso	Affanno, ansia, rimpianto, tristezza	Paura
CONSEGUENZE PATOLOGICHE	Sale troppo	Si disperde	Si annoda, avvolge	Si accumula	Non sale piu'
NUMERO	3; 8; 64	2; 7; 54	5; 10; 81	4; 9; 72	1; 6; 48



TRONCHI CELESTI E RAMI TERRESTRI

“L’uomo si trova compreso fra il cielo e la terra” dicono i testi classici.

Questo significa che deve essere situato nel tempo e nello spazio.

E’ possibile leggere nel cielo la sua collocazione nel tempo tramite l’osservazione del movimento circolare degli astri: il sole che appare e scompare nel cielo ci permette di contare i giorni, mentre la sua posizione ci permette di dividere il giorno in ore. Le ore della notte sono invece indicate dal movimento circolare dell’Orsa Maggiore intorno alla stella polare. La luna, infine, ruota attorno alla terra e le sue differenti fasi, che ricompaiono regolarmente ogni 29 giorni e mezzo, permettono una ulteriore divisione del tempo in mesi. Per l’osservatore che si trova sulla terra, tutti questi movimenti sono circolari, cosa che ha fatto per l’appunto del cerchio il simbolo del tempo.

Per quello che riguarda lo spazio, invece, questa è una nozione terrestre, essendo la terra il luogo dove si manifesta la creazione di ogni cosa. Questa creazione, tuttavia, può manifestarsi solo grazie alle emanazioni celesti ed i cinesi, infatti, ne parlano come di una “risposta agli ordini celesti”. Il quadrato è stato scelto per simbolizzare la terra che, inoltre, viene misurata calcolandone la superficie in unità di misura elevate al quadrato, sia nella Cina antica che attualmente in occidente.

Le nozioni di tempo e di spazio sono, nel pensiero cinese, continuamente fuse e, ogni istante, così come ogni dimensione, viene quindi ad essere definito da una nozione di tempo e da una di spazio.

Questi due fattori sono designati dai cinesi con i termini di Rami Terrestri, per tutto quanto fa riferimento alle energie e ai movimenti celesti, e Tronchi Celesti per tutto ciò che concerne le energie e i movimenti terrestri.

Lo studio di queste energie permette di calcolare il calendario, di prevedere i climi e quindi di prepararsi in modo adeguato ad affrontare le stagioni anomale. Permette inoltre di sapere il momento più opportuno per seminare o per raccogliere e quali siano le colture da impiegare. I medici, dal canto loro, grazie alla conoscenza dei

movimenti e dei soffi, possono pianificare degli interventi preventivi sui loro pazienti o, per esempio, scegliere il momento più adatto per eseguire un trattamento o ancora determinare l'evoluzione di una malattia.

TRONCHI CELESTI

I tronchi celesti (*Tian Gan*) nascono in cielo e si manifestano sulla terra e sono in rapporto con i 5 movimenti: legno, fuoco, terra, metallo, acqua, nei loro aspetti *yin* e *yang*. Ciascun tronco celeste è in rapporto con l'elemento che gli corrisponde. Questo, quindi, comporta la presenza di 10 caratteri diversi, ciascuno con un proprio nome particolare (vedi tabella 1).

N.	TRONCO CELESTE	ELEMENTO	SIMBOLO
1	Jia	Legno yang	Abete
2	Yi	Legno yin	Bambù
3	Bing	Fuoco yang	Fuoco
4	Ding	Fuoco yin	Luce
5	Wu	Terra yang	Raccolto
6	Ki	Terra yin	Tessitura
7	Geng	Metallo yang	Armi
8	Xin	Metallo yin	Calderone
9	Ren	Acqua yang	Onda
10	Gui	Acqua yin	Fiume

Lo scopo dei tronchi celesti è quello di indicare le divisioni spazio/tempo in associazione ai rami terrestri: gli anni, i giorni di ogni decade, le ore. Essi saranno inoltre messi in relazione con tutti gli attributi dei cinque movimenti ed in particolare, per quanto riguarda le loro applicazioni in medicina, con i cinque organi e i cinque punti *shu* antichi. Così, per esempio, i tronchi *jia* e *yi* saranno rispettivamente legati al movimento del Legno (*yang* e *yin*), al viscere vescica biliare e all'organo fegato ed inoltre ai punti *shu* dei meridiani *yang* e ai punti *ting* dei meridiani *yin*.

RAMI TERRESTRI

I rami terrestri (*Di Zhi*) sono la risposta della terra agli ordini impartiti dal cielo. Essi sono 12 e sono in rapporto alle sei energie celesti: *tai yang*, *shao yang*, *yang ming*, *tai yin*, *shao yin*, *jue yin* nei loro aspetti *yin* e *yang* (vedi tabella 2).

N.	RAMI TERRESTRI	SOFFIO QI	SIMBOLO
1	Zi	Shao yang	Topo
2	Chou	Jue yin	Bufalo
3	Yin	Tai yin	Tigre
4	Mao	Yang ming	Gatto
5	Chen	Yang ming	Drago
6	Si	Tai yin	Serpente
7	Wu	Shao yin	Cavallo
8	Wei	Tai yang	Pecora
9	Shen	Tai yang	Scimmia
10	Yu	Shao yin	Gallo
11	Xu	Jue yin	Cane
12	Hai	Shao yang	Maiale

Questi soffi del cielo agiscono sui 5 movimenti della terra per dar luogo a situazioni climatiche normali, dette energie ospiti.

Il *Jue yin* del cielo agisce sul movimento **Legno** e produce il **vento**.

Lo *Shao yin* del cielo agisce sul **Fuoco imperiale** e produce **calore**.

Lo *Shao yang* del cielo agisce sul **Fuoco ministro** e produce il **fuoco**.

Il *Tai yin* del cielo agisce sulla **Terra** e produce l'**umidità**.

Lo *Yang ming* del cielo agisce sul **Metallo** e produce la **secchezza**.

Il *Tai yang* del cielo agisce sull'**Acqua** e produce il **freddo**.

Nel capitolo IX del Su Wen, Huang Di afferma: “Si dice che le forme corporee siano il risultato dell’unione dei soffi che, attraverso una metamorfosi, divengono degli esseri a cui si può dare un nome.” In effetti l’uomo è il risultato della combinazione dei soffi celesti e terrestri i quali, in seguito, contribuiranno al mantenimento della sua vita durante tutta la sua esistenza.

Come si può notare, esistono tre soffi *yin* e tre soffi *yang* che si sdoppiano per dare origine ai dodici rami terrestri. Questi soffi celesti penetrano nell’uomo a livello delle estremità delle braccia e delle gambe. Nell’uomo, rappresentato tradizionalmente eretto con il volto rivolto al sole, le braccia protese verso il cielo e i piedi appoggiati alla terra, i soffi celesti entrano nel corpo, in modo preferenziale, a livello dei punti *shu* antichi: quelli *yin* percorrono gli arti inferiori e attraversano il corpo seguendo una direzione ascendente, i soffi *yang*, scendendo dall’arto superiore, lo percorrono dall’alto al basso.

Nel loro tragitto ascendente o discendente, questi rami penetrano fino alla parte interna dell’uomo, parte rappresentata dai suoi 5 organi e 6 visceri. Mediante queste correnti energetiche, l’universo viene così messo in relazione con la periferia dell’uomo e con i suoi organi interni.

D'altra parte l'uomo è nutrito dalla terra e da questa riceve un doppio apporto *yin* e *yang*: *yin* sono gli alimenti che penetrano nel riscaldatore medio, *yang* è l'aria dell'atmosfera che entra a livello del riscaldatore superiore.

La trasformazione di questi apporti terrestri a livello del triplice riscaldatore alimenta, oltre lo stomaco, i 5 organi.

Come visto in precedenza, i soffi terrestri sono 5, numero che corrisponde alla Terra, anch'essi con una prevalenza *yin* o *yang*, di conseguenza vi saranno 10 tronchi celesti: 5 *yin* e 5 *yang* con un movimento centrifugo che li porta in periferia fino alle estremità dei piedi e delle mani.

In questo duplice movimento dei soffi, centrifugo e centripeto, risiede l'origine dei meridiani, ed è per questi motivi che a questi flussi energetici viene attribuito, allo stesso tempo, il nome del soffio celeste e del movimento terrestre designato dall'organo corrispondente.

Perciò, così come avviene nell'universo, anche nell'uomo si producono dei movimenti ascendenti dei soffi terrestri o tronchi celesti, e discendenti dei soffi celesti o rami terrestri che, nei loro dinamismi, sostengono la vita.

Il cielo comanda, la terra agisce. L'uomo deve sopportare le conseguenze di questi scambi tra cielo e terra, scambi che avvengono secondo regole cicliche ben precise. e che permettono di determinare quali siano le normali corrispondenze tra le energie e le varie stagioni (ad esempio il freddo in inverno, il vento in primavera ecc.) che, in questo caso, vengono dette: movimenti ed energie ospiti.

Per quanto concerne invece una corrispondenza anomala tra i movimenti e le rispettive energie, "anormali" per le stagioni (ad esempio calore in inverno, freddo in primavera) queste vengono denominate: movimenti ed energie "invitate", e si comporteranno verso gli esseri umani come "energie perverse", ovvero come energie patogene.

Nella possibilità di calcolare le energie ospiti ed invitate risiedeva la capacità e l'abilità del bravo medico. Egli, infatti, conoscendo la costituzione del suo paziente e le modalità di presentazione e l'intensità delle energie del cielo e della terra, era in grado, ancor prima di curare, di prevenire la comparsa della malattia.



IL SISTEMA DEI MERIDIANI

GENERALITÀ ANATOMO-FISIOLOGICHE

Energia e sangue compenetrano e circolano nell'organismo essenzialmente tramite il sistema dei meridiani o *jing-luo*.

Col termine “meridiano” è stato tradotto quasi unanimemente in occidente l'ideogramma cinese *jing* costituito da un radicale che significa “trama longitudinale” e da una fonetica che, riconfermando questa immagine indica “telaio su cui si imposta l'ordito” oppure “corrente sotterranea”. *Jing* sarebbe dunque una struttura longitudinale, che in profondità compenetra un tessuto.

Il termine *jing* indica anche il libro sacro, il canone, in definitiva quindi ancora una struttura (il libro) che trasmette (l'insegnamento).

In ogni caso *jing* ha in sé l'idea di struttura portante che conforma la realtà. A specificare la referenza di questa struttura *jing* è spesso associato all'ideogramma *mai* (vaso che connette, vena sotterranea; che inoltre è composto dal radicale di carne per specificare che la connessione è a livello del corpo umano).

Luo è invece traducibile con collegamento, connessione.

Il sistema dei meridiani (*jing-luo*) è dunque l'insieme dei percorsi energetici ordinati secondo uno schema unitario organico.

Tali percorsi energetici possono essere distinti in due gruppi:

1) **JING MAI** costituiti a loro volta da:

Jing mai propriamente detti (o *Da jing mai*) o meridiani principali.

Sono in numero di 12 (pari e simmetrici) ognuno di essi, in profondità, è collegato con un organo o un viscere (comprese le funzioni Maître coeur e Triplice riscaldatore) di cui costituisce l'emanazione energetica. La loro caratteristica precipua

è di avere punti propri uniti da un tragitto longitudinale, in parte superficiale, e in parte profondo, che unisce l'interno e l'esterno, l'alto e il basso.

Jing bie o meridiani distinti (letteralmente “diversi”): anche questi in numero di 12 sono però sprovvisti di punti propri. Derivano infatti dai meridiani principali a livello delle grandi articolazioni con lo scopo precipuo di portare verso l'alto, in particolare alla testa l'energia dei meridiani *yin* e *yang*.

Qi mai o meridiani curiosi (o straordinari o meravigliosi o irregolari): sono 8. La loro caratteristica unificante è di derivare più o meno direttamente dal rene e di trasportare in tutto il corpo l'energia ancestrale.

Non esiste invece omogeneità tra loro nel decorso che può essere longitudinale o trasversale, pari o impari, mediano. Sono grossi vasi di collegamento tra i meridiani principali. Sono infatti sprovvisti di punti propri tranne *ren mai* (o *jen mo*, vaso concezione) ventrale e *du mai* (*tou mo*, vaso governatore) dorsale, che però a livello dei loro punti riuniscono rispettivamente tutti i meridiani *yin* e *yang*.

2) **LUO MAI**, vasi collaterali dei meridiani principali; di essi fanno parte:

Luo mai trasversali in numero di 12: sono un sistema di consolidamento e di equilibrio della circolazione dei meridiani principali a livello degli arti permettendo il passaggio degli eccessi energetici da un meridiano nel suo accoppiato di segno energetico opposto.

Luo mai longitudinali sono 15: oltre ai 12 che derivano dai meridiani principali, si aggiungono 2 *luo mai* che originano dai meridiani curiosi *du mai* e *ren mai* e infine il grande *luo mai* della milza. A quest'ultimo è funzionalmente associato un 16° *luo mai*, il grande *luo* dello stomaco di cui parleremo più avanti (vedi meridiani *luo*).

Sun luo, *Fu luo* e *Xue luo* sono ramificazioni di ordine sempre più piccolo dei *luo* longitudinali che hanno il compito di trasportare il sangue a tutto l'organismo. I *luo mai* hanno percorsi complessi durante i quali contraggono rapporti con organi e visceri

A parte vanno considerati i *Pi bu* (territori cutanei) e i *Jin Jin* o meridiani tendino-muscolari, che rappresentano la proiezione del tragitto dei meridiani principali a livello di superficie, di tendini e muscoli.

Per quanto riguarda i decorsi dei meridiani principali e secondari ricordiamo inoltre quanto si legge nel Ling Shu cap. X:

“I 12 meridiani principali circolano nascosti nella carne, essi sono profondi, non li si vede... tutti i vasi che emergono e che si possono vedere sono i *luo mai*”.

In un certo senso quindi i *luo mai* potrebbero essere assimilati ai vasi sanguigni e ai capillari.

Se vogliamo esaminare più dettagliatamente, andando dall'esterno verso l'interno, avremo:

- *Jin Jin* e territori cutanei che sono le strutture più superficiali: interessano infatti la superficie corporea, i muscoli ed i tendini. La loro superficialità rende comprensibile il fatto che essi sono i primi ad essere attaccati dagli agenti patogeni esterni mentre l'essere percorsi da energia *wei* (energia difensiva) ne giustifica il ruolo di difesa delle strutture più profonde.
- *Luo Mai* anch'essi superficiali, ma meno dei precedenti, contraggono anche rapporti con il profondo (organi e visceri).
- *Jing Bie* intermedi tra la superficie e la profondità raggiungono la cosiddetta "loggia energetica" dell'organo prima di portarsi alla testa (vedi meridiani distinti).
- *Jing Mai*, infine, i più profondi nel loro decorso, circolano nascosti nella carne.

Gli autori moderni, occidentali ma soprattutto cinesi, si sono posti il problema di determinare la natura istologica dei meridiani, dei punti e i loro equivalenti funzionali ma, almeno per ora, i risultati sono controversi e deludenti.

È stato comunque dimostrato che la stimolazione dei punti *jing (ting)* può dare luogo in certe persone a sensazioni particolari (caldo o freddo, formicolii, senso di scarica; più raramente a contratture tonico-cloniche o addirittura a emorragie sottocutanee) che descrivono un tragitto coincidente con quello che la tradizione attribuisce ai meridiani.

La vastità della casistica cinese e la serietà scientifica con cui le ricerche sono state condotte fanno escludere contaminazioni e fenomeni di suggestione e confermano l'esistenza quantomeno clinica dei meridiani. Il sistema dei meridiani non coincidendo con le strutture nervose o circolatorie o umorali in ogni caso utilizzerebbe, integrandole di volta in volta, queste strutture.

MERIDIANI PRINCIPALI o JING MAI

Come abbiamo già notato costituiscono il cardine del sistema dei meridiani.

Il loro tragitto è costituito dall'allineamento longitudinale di punti (*shu*), che accanto ad azioni particolari, presentano caratteri funzionali comuni. È a livello di questi punti che l'energia del meridiano emerge in superficie rendendo possibile il trattamento con gli aghi o le *moxa*. Il meridiano non è comunque un semplice artificio per organizzare mnemonicamente una successione di punti.

Leggiamo nel Su wen cap. V:

“Si dice che i saggi dell'antichità avevano stabilito una logica del corpo umano, classificato i visceri in magazzini (*Zang*) e ricettacoli (*Fu*), classificato un sistema di meridiani in 6 coppie (*He*) intercomunicanti e su ciascuna di esse dei buchi (*Xue* punti) di emissione dell'energia coi loro nomi e le loro sedi negli

avvallamenti (*Xi gu*) dipendenti dalle ossa. Hanno descritto le loro origini, i loro territori di ripartizione, il loro senso circolatorio e la loro obbedienza alle stagioni e allo *yin-yang*, le loro corrispondenze interno-esterno, il loro assoggettarsi al rapporto *biao-li*".

Ed al cap. LXII:

"Le vie di comunicazione dei 5 organi sono i meridiani nei quali circolano l'essenza del sangue e dell'energia. Solo nel caso in cui sangue ed energia siano perturbati le malattie appaiono".

I meridiani sono dunque le vie energetiche che compenetrando, collegando, nutrendo ogni struttura del corpo umano permettono il mantenimento della vita e della salute; la teoria dei meridiani si integra perfettamente con il resto della teoria tradizionale.

Ogni meridiano è l'espressione energetica di un organo (5 organi più la funzione Maître Coeur) o di un viscere (5 visceri più la funzione Triplice riscaldatore).

I meridiani collegati ai visceri percorrono, in linea di massima, il lato postero-esterno degli arti e sono meridiani *yang*; quelli collegati agli organi percorrono la faccia antero-interna degli arti e sono *yin*.

Nel loro tragitto possono interessare la mano, e allora saranno denominati *Shou* (*Cheou*), o il piede, e allora saranno denominati *Zu* (*Tsou*).

Grazie ai meridiani principali lo *yin* e lo *yang*, l'interno e l'esterno, l'alto ed il basso comunicano.

Ogni meridiano *yin* della mano esce da un organo e termina all'estremità di un dito, da dove un collaterale lo collega a un meridiano *yang* che iniziando pure da un dito della mano termina al viscere a lui accoppiato.

Ogni meridiano *yang* del piede esce da un viscere e si porta al piede dove si collega con un meridiano *yin* che inizia alle estremità delle dita per portarsi all'organo di cui è la espressione energetica.

In questo modo si ha una correlazione:

Yin-Yang: ogni meridiano si collega col meridiano di segno opposto.

Ad esempio il meridiano di Cuore sarà correlato a quello di Intestino tenue in quanto legati allo stesso movimento-elemento Fuoco.

A livello delle estremità degli arti si ha quindi uno scambio di polarità da *yin* a *yang* e viceversa: sono le cosiddette **radici**.

La testa in quanto *yang* dello *yang* è il luogo in cui un meridiano *yang* trapassa in un altro dello stesso segno; nella profondità del torace invece si verifica la confluenza da uno *yin* a un altro. Questi luoghi in cui la concentrazione energetica di un certo segno è massima sono definiti **nodi**.

Interno-esterno: ogni meridiano collega l'interno (viscere o organo) con l'esterno (superficie corporea).

Alto-basso: ogni meridiano collega le estremità con il tronco (per i meridiani *yin*) o la testa (per gli *yang*).

RADICI, TRONCHI, NODI, RAMOSCELLI

MERIDIANO	RADICE	TRONCO	NODO	RAMOSCELLO
S. TAI YIN	11 LU	9 LU	petto	ascella, dorso, 13 BL
S. YANG MING	1 LI	11 LI	naso	zigomo, 8 ST
Z. YANG MING	45 ST	45 ST	8 ST, mascellare sup.	faccia laterale del collo, 9 ST
Z. TAI YIN	1 SP	6 SP	12 CV	dorso 20 BL, regione sottolinguale
S. SHAO YIN	9 HT	7 PC	petto	dorso 15 BL, petto
S. TAI YANG	1 SI	6 SI	orecchio	2 BL
Z. TAI YANG	67 BL	59 BL	1 BL, occhio	1 BL
Z. SHAO YIN	1 KI	7 KI	23 CV	dorso 23 BL, vene sottolinguali, 23 CV
S. JUE YIN	9 PC	6 PC	petto	mammella, 1 PC
S. SHAO YANG	1 TE	2 TE	intorno occhio	angolo esterno occhio e dietro l'orecchio
Z. SHAO YANG	44 GB	43 GB	19 SI	19 SI, davanti all'orecchio
Z. JUE YIN	1 LR	4 LR	18 CV	dorso 18 BL

Ogni meridiano è identificato da un nome che indica, oltre alla sua localizzazione anatomica (mano o piede), la sua situazione spaziale insieme alla sua qualità energetica (*yin* o *yang*) ed al suo contenuto energetico.

Per i meridiani *yang* avremo:

Tai yang (Taè Yang) = *yang* supremo; è il meridiano più superficiale e si apre verso l'esterno. I suoi costituenti sono *Shou Tai yang* che parte dal 5° dito della mano; collegato al viscere Intestino tenue (Small Intestine-SI), a livello della testa si unisce allo *Zu Tai yang*, collegato al viscere Vescica (Bladder-BL), che dopo aver percorso tutta la parte posteriore del tronco e dell'arto inferiore, termina al 5° dito del piede.

Yang ming = *yang* luminoso; è il meridiano *yang* più interno in diretto contatto con gli strati interni *yin* verso cui si apre. È costituito da *Shou Yang Ming* a partenza dal 2° dito della mano e collegato al viscere Intestino crasso (Large Intestine-LI). A livello del capo si unisce a *Zu Yang Ming* collegato al viscere Stomaco (Stomach-ST) che termina al 2° dito del piede.

Il tragitto di questi meridiani è il meno esterno degli *yang*; addirittura, per quanto riguarda *Zu Yang Ming*, scorre in sede ventrale.

Shao yang (Chao Yang) = *yang* minore, piccolo; è in posizione intermedia tra i precedenti sia nella profondità che nel tragitto.

In quanto cerniera si apre sia verso l'interno che verso l'esterno.

È costituito da *Shou Shao yang* collegato al Triplice Riscaldatore (Triple Energizer-TE), che partendo dal 4° dito della mano raggiunge la testa dove si unisce a *Zu Shao yang*, espressione energetica del viscere Vescica Biliare (Gall Bladder-GB), che termina al 4° dito del piede dopo un decorso lungo la faccia laterale del capo, del tronco e degli arti inferiori.

Quanto ai meridiani *yin* avremo invece:

Tai yin (Taè Inn) = *yin* supremo; è il meridiano *yin* più esterno a diretto contatto con gli *yang*; si apre all'esterno.

È costituito da *Zu Tai yin*, collegato all'organo Milza (Spleen-SP), che parte dal 1° dito del piede e a livello del torace si unisce allo *Shou Tai yin*, collegato all'organo Polmone (Lung-LU), che termina al 1° dito della mano.

Shao yin (Chao Inn) = *yin* minore, inferiore, è il meridiano più profondo e si chiude all'interno. È costituito dallo *Zu Shao yin* che inizia alla pianta del piede, è espressione energetica dell'organo Rene (Kidney-KI). A livello del torace si unisce a *Shou Shao yin*, espressione dell'organo Cuore (Heart-HT), che termina al 5° dito della mano.

Jue yin (Tsiué Inn) = *yin* finale, è intermedio tra *Tai yin* e *Shao yin*.

È costituito da *Zu Jue yin* a partenza dal 1° dito del piede; è espressione dell'organo Fegato (Liver-LR). A livello del torace si unisce con il meridiano *Shou Jue yin*, espressione della funzione Maestro del cuore (Pericardium- PC), che termina al 3° dito della mano.

Ogni meridiano è accoppiato, secondo lo *yin-yang*, con un meridiano di segno opposto.

Abbiamo visto come ad ogni elemento-movimento siano attribuiti un organo ed un viscere; anche i meridiani che di tali strutture sono l'espressione energetica mantengono dei rapporti preferenziali che, come vedremo, sono ulteriormente rinforzati dai *luo* trasversali.

In particolare:

<i>Shou Tai Yin</i> (LU)	è accoppiato con	<i>Shou Yang Ming</i> (LI)
<i>Zu Tai Yin</i> (SP)	"	<i>Zu Yang Ming</i> (ST)
<i>Shou Shao Yin</i> (HT)	"	<i>Shou Tai Yang</i> (SI)
<i>Zu Shao Yin</i> (KI)	"	<i>Zu Tai Yang</i> (BL)
<i>Shou Jue Yin</i> (PC)	"	<i>Shou Shao Yang</i> (TE)
<i>Zu Jue Yin</i> (LR)	"	<i>Zu Shao Yang</i> (GB).

CIRCOLAZIONE NEI MERIDIANI

L'energia *ying* (*iong*), l'energia proveniente dagli alimenti, circola esclusivamente nei meridiani, è l'energia dei meridiani per eccellenza.

Di essa si legge nei testi di medicina tradizionale:

“*Ying qi* è l'energia pura degli alimenti, essa circola nei meridiani armonizza i 5 organi e irrori i 6 visceri”.

Su wen, cap. XLIII

“*Ying qi* produce i liquidi organici *jin yie*, li fa circolare nei *mai* dove li trasforma in sangue (*xue*)”.

Ling Shu:

“Dal momento in cui il nutrimento penetra nello stomaco il sangue e l'energia cominciano a circolare nei meridiani”.

Ling Shu, cap. X

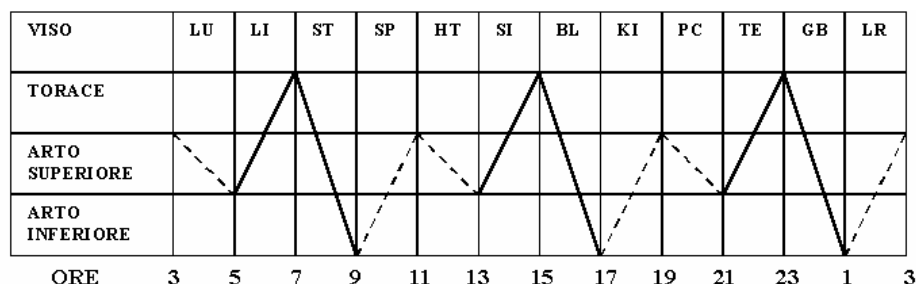
Dunque l'energia *ying* e il sangue, da esso prodotto, circolano insieme nei meridiani formando un tutto indivisibile.

La tradizione descrive inoltre una **Grande circolazione** secondo la quale l'energia *ying* percorrerebbe i meridiani.

Una volta prodotta a livello del Riscaldatore medio, l'energia *ying* imbocca la strada dei meridiani iniziando dal *Shou Tai Yin* (LU-polmone), meridiano che prende origine dal TR medio, poi passa al *Shou Yang Ming* (LI-grosso intestino), di qui allo *Zu Yang Ming* (ST-stomaco), poi allo *Zu Tai Yin* (SP-milza), quindi allo *Shou Shao Yin* (HT-cuore), poi allo *Shou Tai Yang* (SI-intestino tenue), di qui allo *Zu Tai Yang* (BL-vescica), da dove passa allo *Zu Shao Yin* (KI-rene), allo *Shou Jue Yin* (PC-ministro del cuore) e allo *Shou Shao Yang* (TE-triplice riscaldateur), quindi allo *Zu Shao Yang* (GB-vescica biliare) e infine allo *Zu Jue Yin* (LR-fegato), che chiude il ciclo inviando l'energia al meridiano di polmone *Shou Tai Yin*, da dove il ciclo ricomincia.

Esiste tuttavia per ogni meridiano un orario di “plenum” corrispondente ad una ben precisa ora cinese (equivalente a due ore occidentali), durante cui il contenuto energetico è massimo.

(Fig. circolari e orari)



Questo circuito viene percorso nelle 24 ore, cinquanta volte senza sosta. Come risulta dallo schema:

- Nella circolazione due meridiani accoppiati di segno opposto si seguono.
- A due meridiani dell'alto seguono due meridiani del basso.
- La comunicazione tra i due meridiani *yin* dello stesso nome es. *Tai Yin* è mediata dal meridiano *yang* costituito dai meridiani a loro accoppiati (es. *Shou* e *Zu Yang Ming*). Ne deriva che a due meridiani *yang* seguono due meridiani *yin*.
- La grande circolazione viene ad essere un'ulteriore meccanismo per far comunicare lo *yin* con lo *yang*, l'interno con l'esterno, l'alto con il basso; questo in modo ciclicamente continuo.

Considerare solo l'energia *ying* è però riduttivo. Infatti pur essendo quasi per definizione l'energia *ying* quella che circola nei meridiani e l'energia *wei* quella fuori meridiano, si trova descritta una circolazione dell'energia *wei* per 25 volte nei meridiani *yang* durante le ore diurne con un passaggio nello *Zu Shao Yin*, che fa supporre che i meridiani non contengano esclusivamente energia *ying* (*iong*).

Se poi consideriamo il sistema *Jing-Luo* nel suo insieme come una rete intricatissima di connessioni tra meridiani principali e secondari ci sarà ancora più difficile escludere che quelle energie che circolano nei meridiani *luo*, distinti, curiosi, tendino-muscolari non contaminino in qualche modo i meridiani principali.

PUNTI “SU ANTICHI”

Ogni meridiano ha il suo esterno-superficiale-*yang* ed il suo interno-profondo-*yin*. La parte più superficiale del meridiano è quella che si trova nei meridiani *Shou* (mano), tra le dita e i gomiti, e negli *Zu* (piede) tra le dita e le ginocchia. È questa porzione che, in quanto più superficiale, risponde alle variazioni dell'energia cosmica ed è in questa porzione del meridiano che si trovano i punti *Su* antichi (*Shù*) grazie ai quali si può agire sull'energia dello uomo.

Si racconta che l'attenzione particolare riservata dai cinesi a questa zona degli arti sia nata dalla necessità di fare diagnosi e terapia malgrado le limitazioni imposte dalla morale della epoca, che impediva alla donna di parlare in pubblico e la obbligava a nascondersi dietro un paravento.

Forse per questo, in una certa fase della storia cinese, venne affinata la diagnosi mediante il polso radiale e le alterazioni di aspetto della faccia volare degli avambracci, mentre per la terapia venivano essenzialmente utilizzati i punti che si trovano nella zona più periferica degli arti.

Nel capitolo LVIII del *Su wen* si legge:

“Ci sono 50 punti d'organo. In effetti ci sono 5 organi, ogni organo possiede 5 punti, essendo bilaterali quindi 50 punti. I punti d'organo sono *Ting*, *Iong*, *Iu*, *King*, *Ho*”.

“Ci sono 72 punti di viscere. In effetti ci sono 6 visceri, ogni viscere possiede 6 punti, per i due lati in tutto 72. Esistono come per gli organi dei punti *Ting*, *Iong*, *Iu*, *King*, *Ho* e inoltre per i visceri dei punti *Iunn*: questi corrispondono al Fuoco, al calore della piena estate”.

(Notiamo incidentalmente che non si nomina né si tiene conto in questo contesto del meridiano associato alla funzione Maître Coeur, mentre la funzione Triplice Riscaldatore è cooptata).

Sui meridiani d'organo (*yin*) esistono dunque 5 punti (5 = terra = *yin*) sui meridiani di viscere invece 6 (6 = energie del cielo = *yang*).

In medicina tradizionale tutti i punti sono chiamati *Shù*; i punti importanti d'organo e viscere sono caratterizzati dall'aggiunta all'ideogramma base del radicale di carro a sottolineare l'idea del trasportare (*shu*).

La successione dei punti *shu* è reciprocamente costante. La loro localizzazione lungo il meridiano è centripeta. Infatti (vedi figura):

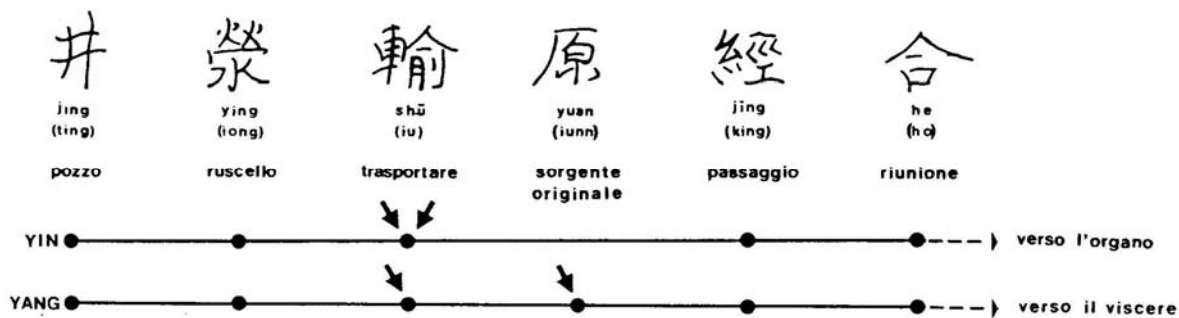
Jing (*ting*) sono i più periferici, localizzati all'angolo ungueale formato dalle tangenti all'unghia (ad eccezione dell'1 KI che si trova sulla pianta del piede). *Ying* (*iong*) si trovano sulle dita o sul palmo delle mani.

Shù (*iu*) e *Yuan* (*iunn*) si trovano a livello del carpo (o del tarso) e del polso (o della caviglia).

Jing (*king*) si trovano al polso (caviglia) o all'avambraccio (gamba).

He (*ho*) sono in prossimità del gomito o del ginocchio.

Nella tradizione i meridiani principali (*jing mai*) sono spesso assimilati a corsi d'acqua; non stupisce quindi il ritrovare ripresa questa immagine anche a livello dei punti *shu*.



Jing: è il pozzo situato in mezzo alle terre coltivate da dove esce l'acqua per irrigare. È un punto di raccolta dell'acqua dal terreno circostante. Fisiologicamente è il punto in cui l'energia che circola fuori meridiano è attirata e da cui penetra nei meridiani. È inoltre il punto di inizio dei meridiani tendino-muscolari e punto di grande riunione *yin-yang* ai quattro arti (vi arriva un ramo secondario proveniente dal meridiano accoppiato di segno opposto).

Ying: ruscello, punto di partenza di un piccolo corso d'acqua (se *jing* è la sorgente, appena dopo diventa *ying*). Fisiologicamente l'energia si concentra a questo livello per passare al punto successivo. Punto acceleratore.

- Shu:** trasporta. Da qui l'energia circola come un fiume che ha raccolto degli affluenti. Fisiologicamente sono i punti di confluenza dei vasi. Assorbono l'energia difensiva dall'esterno, ma a questo livello anche l'energia perversa può penetrare nel meridiano per essere trasportata altrove.
- Yuan:** sorgente, originale (ha lo stesso ideogramma dell'energia *yuan*-originale). Fisiologicamente mette in rapporto il sistema del meridiano con l'energia *yuan* tramite il triplice riscaldatore. Nei meridiani *yin* la funzione *yuan* è attribuita al punto *shu*.
- Jing:** passaggio, deviazione. Fisiologicamente a questo punto l'energia del meridiano è quantitativamente massima e qualitativamente definita. Nei meridiani *yang* è solo punto di passaggio verso il successivo; nei meridiani *yin* invece è il punto in cui l'energia perversa penetrata nel meridiano viene deviata verso le regioni vicine.
- He:** riunione. Fisiologicamente sono punti di riunione tra interno-esterno, superficie-profondità. Agiscono sul profondo. Per i meridiani *yang* inoltre sono punti in cui l'energia si approfonda per raggiungere le regioni vicine. Reggono l'energia che circola nei meridiani.

Ogni punto dunque ha una precisa funzione, legata al significato dell'ideogramma, che ne sottolinea l'azione sulla quantità di energia: l'assimilazione a un corso d'acqua che dalla sorgente si ingrossa fino a divenire un fiume suggerisce l'idea che l'energia progressivamente aumenti di quantità. In questo contesto si prescinde quindi dal senso della circolazione energetica: infatti la disposizione dei punti è sempre centripeta indipendentemente dalla direzione della circolazione dell'energia nel meridiano.

La tradizione tramanda un'altra caratteristica dei punti *shù* che è legata all'assimilazione di ognuno di essi ad uno dei cinque elementi-movimenti. Nel LVIII capitolo del Su wen (trad. Chamfrault) si legge:

“Dei 50 punti di organo i punti *ting* corrispondono al Legno, gli *iong* al Fuoco, gli *iu* alla Terra, i *king* al Metallo e gli *ho* all'Acqua”.

Nella 64^a difficoltà del Nanjing sono presenti le attribuzioni anche per i meridiani di viscere-*yang*: i *jing* corrispondono al Metallo, gli *ying* all'Acqua, gli *shù* al Legno, i *jìng* al Fuoco e gli *he* alla Terra. Si spiega che tali attribuzioni dipendono dal fatto che si susseguono secondo il ciclo di generazione a partire dal *jing* degli *yin* che è considerato *yi* (2° tronco celeste) = Legno e dal *jing* degli *yang* che è considerato *geng* (7° tronco celeste) = Metallo.

Si dice inoltre che se *yang* è il **duro**, *yin* è il **molle**; il che equivale a dire che il Legno *yi* è il complementare molle del Metallo come il Metallo *keng* è il complementare duro del Legno.

Si sono tentate varie spiegazioni per giustificare queste attribuzioni fornite dalla tradizione. L'interpretazione che finora ha trovato maggior seguito è quella che assimila i meridiani *yin* all'inverno (*yin* dello *yin*) e i meridiani *yang* all'estate (*yang* dello *yang*). Se

nello *yin*-inverno arriva l'energia-*yang* è la primavera; in effetti al punto *jìng* giunge l'energia *yang* dal meridiano accoppiato, dunque *jìng* = primavera = Legno ecc. Ai punti successivi verranno attribuiti gli altri elementi secondo il ciclo di generazione.

MERIDIANI YIN					
<i>Punti Su</i>	<i>Elementi</i>	<i>Stagioni</i>	<i>Organi</i>	<i>Energie</i>	<i>Sapori</i>
TING	LEGNO	Primavera	Fegato	Vento	Acido
IONG	FUOCO	Estate	Cuore	Calore	Amaro
IU	TERRA	Fine estate	Milza	Umido	Dolce
KING	METALLO	Autunno	Polmone	Secco	Piccante
HO	ACQUA	Inverno	Rene	Freddo	Salato

Se nello *yang*-estate arriva l'energia-*yin* è l'autunno; in effetti al punto *jìng* degli *yang* arriva l'energia *yin* del meridiano accoppiato, dunque il *jìng* negli *yang* = autunno = metallo ecc. Anche in questo caso agli altri punti saranno attribuiti gli elementi secondo il ciclo di generazione.

MERIDIANI YANG					
<i>Punti Su</i>	<i>Elementi</i>	<i>Stagioni</i>	<i>Visceri</i>	<i>Energie</i>	<i>Sapori</i>
TING	METALLO	Autunno	Grosso intestino	Secco	Piccante
IONG	ACQUA	Inverno	Vescica	Freddo	Salato
IU	LEGNO	Primavera	Vescica biliare	Vento	Acido
IUNN					
KING	FUOCO	Estate	Intestino tenue Triplice riscaldatore	Calore	Amaro
HO	TERRA	Fine estate	Stomaco	Umido	Dolce

Abbiamo visto che al punto *yuan* nel Su wen si fa corrispondere il Fuoco, il calore della piena estate, in quanto deriverebbe la sua energia dal triplice riscaldatore (= Fuoco ministro).

Tuttavia gli autori occidentali avendo presente il fatto che nei meridiani *yin* la funzione *yuan* è unificata al punto *shu*, danno come corrispondenza per il punto

yuan la stessa del punto *shu*: nei meridiani *yin* il punto *shu-yuan* è Terra; nei meridiani *yang* sia il punto *shu* che il punto *yuan* sono considerati Legno.

Come si vede da tutto quanto si è detto sopra i punti *shu* antichi hanno dunque una potenzialità d'azione sull'energia sia dal punto di vista **quantitativo** che **qualitativo** veramente eccezionale, che giustifica il fatto che nella tradizione siano definiti "importanti". Vale la pena dunque di prendere in considerazione le possibili utilizzazioni.

Se consideriamo il ruolo fisiologico dei singoli punti *shu* useremo:

Jing: - per attirare nel meridiano l'energia che è al di fuori;
- per attirare verso l'estremità l'energia del meridiano;
- per impedire la penetrazione dell'energia perversa nel meridiano principale nel trattamento dei meridiani tendino-muscolari;
- all'opposto nel trattamento dei meridiani distinti (v. avanti).

Ying: - per accelerare la circolazione dell'energia nel meridiano.

Shu: - per bloccare la penetrazione dell'energia perversa;
- per richiamare nel meridiano l'energia difensiva.

Yuan: - punto in relazione con l'energia ancestrale *yuan qi*.

Jing: - per bloccare la penetrazione dell'energia perversa verso le ossa, i muscoli, le articolazioni per i meridiani *yin*;
- per accelerare il passaggio dell'energia per i meridiani *yang*.

He: - per agire sul profondo (ossa muscoli, ma anche visceri) per i meridiani *yang*.

Un'importante utilizzazione dei punti *shu* consiste nella determinazione dei punti di tonificazione e di dispersione.

Quando si vuole trattare un meridiano si identifica l'elemento che gli corrisponde (es. Cuore = fuoco) poi si risale ai punti di tonificazione o dispersione secondo la regola “madre-figlio”.

La tonificazione si effettuerà pungendo secondo le regole il punto “madre” dell'elemento: nell'esempio, la madre del fuoco è il legno a cui corrisponde sul

MERIDIANI YIN	TING <i>(Legno)</i>	IONG <i>(Fuoco)</i>	IU <i>(Terra)</i>	KING <i>(Metallo)</i>	HO <i>(Acqua)</i>
Fegato (Legno)	1 LR	2 LR	3 LR	4 LR	5 LV
Cuore (Fuoco Imperatore)	9 HT	8 HT	7 HT	4 HT	3 HT
Maestro del Cuore (Fuoco Ministro)	9 PC	8 PC	7 PC	5 PC	3 PC
Milza (Terra)	1 SP	2 SP	3 SP	5 SP	9 SP
Polmone (Metallo)	11 LU	10 LU	9 LU	8 LU	5 LU
Rene (Acqua)	1 KI	2 KI	3 KI	7 KI	10 KI

meridiano del cuore il punto *jing* = 9 HT.

MERIDIANI YANG	TING <i>(Metallo)</i>	IONG <i>(Acqua)</i>	IU <i>(Legno)</i>	IUNN	KING <i>(Fuoco)</i>	HO <i>(Terra)</i>
Vescica Biliare (Legno)	44 GB	43 GB	41 GB	40 GB	38 GB	34 GB
Intestino Tenue (Fuoco Imperatore)	1 SI	2 SI	3 SI	4 SI	5 SI	8 SI
Triplice Riscaldatore (Fuoco Ministro)	1 TE	2 TE	3 TE	4 TE	6 TE	10 TE
Stomaco (Terra)	45 ST	44 ST	43 ST	42 ST	41 ST	36 ST
Intestino Crasso (Metallo)	1 LI	2 LI	3 LI	4 LI	5 LI	11 LI
Vescica (Acqua)	67 BL	66 BL	65 BL	64 BL	60 BL	40 BL

La dispersione invece si effettuerà pungendo il punto “figlio” dell'elemento: nell'esempio il figlio del fuoco è la terra cui corrisponde sul meridiano del cuore il punto *shu* = 7 HT. Sempre sfruttando la qualità energetica di ogni punto, si può volta a volta disperdere il punto che corrisponde all'energia, al sapore, al movimento, al sentimento ecc. che si vuole trattare.

Es.: il vento in un meridiano sarà disperso a livello dei *jing* degli *yin* e degli *shu* degli *yang*; il calore potrà essere trattato disperdendo il punto calore (*ying* degli *yin* o *jing* degli *yang*) o inviando del freddo (*he* degli *yin* o *ying* degli *yang*) e così via. Sempre ricorrendo alle corrispondenze dei punti con le stagioni si troverà il punto stagionale: si può in questo caso pungere sul meridiano affetto il punto corrispondente alla stagione (per il meridiano del cuore si pungerà in estate il punto Ying-8 HT, in inverno il punto He-3 HT).

Un'altra possibilità è quella di pungere il punto stagionale del meridiano, corrispondente all'ora del trattamento (es. in estate alle 3 pomeridiane si potrà pungere il punto *jing* del meridiano della vescica-ore 15/17).

Vi sono inoltre delle indicazioni precise che la tradizione suggerisce e che in questa sede ci limitiamo a segnalare senza per ora approfondire.

A seconda della profondità della localizzazione

se l'affezione è nello:

Yin di *Yin* (organi)

Yang di *Yin* (visceri)

Yin di *Yang* (muscoli, ossa)

Yang di *Yang* (pelle, carne)

si userà:

Punti *Ying* e *Shu* dei meridiani *Yin*

Punti *He* dei meridiani *Yang*

Punti *Jing* dei meridiani *Yin*

Punti dolorosi

Inoltre:

i punti *JING* (*ting*) sono indicati:

- in inverno insieme agli *ying* (S.W. LXI; L.S. II e XIX)
- sensazione di freddo alle ossa (L.S. XXII)
- affezioni degli organi (L.S. XLIV)
- sensazione di pienezza sotto il cuore (Nanjing diff. 68)

i punti *YING* (*iong*) sono indicati:

- in inverno (S.W. LXI)
- in primavera (L.S. XLIV)
- sensazione di freddo alla carne (L.S. XXII)
- affezioni localizzate al sangue (L.S. I)
- affezioni localizzate alla tinta (L.S. XLIV)
- calore del corpo (Nanjing diff. 68)

i punti *SHU* (*iu*) sono indicati:

- affezioni alle ossa e ai midolli insieme ai *jìng* (*King*) (L.S. XXI)
- affezioni con miglioramento e aggravamento (L.S. XLIV)
- pesantezza del corpo con dolori articolari (Nanjing diff. 68)
- in inverno assieme ai *jìng* (*king*) (L.S. XXI)
- in estate (L.S. XLIV)

i punti *JING* (*king*) sono indicati:

- per disperdere il calore all'interno del corpo (L.S. VI)
- quando l'energia è arrestata, annodata nei meridiani (L.S. VII)
- affezioni delle ossa con dolori articolari, sudori profusi e malessere al cuore (L.S. XXI)
- in inverno insieme agli *shu* (L.S. XXI)
- alla fine dell'estate (L.S. XLIV)
- affezioni con ripercussioni sulla voce (L.S. XLIV)
- oppressione, tosse, sensazione di caldo e freddo (Nanjing diff. 68)
- nei tipi a *yin* e *yang* equilibrati (L.S. LXXII)
- quando *yin* e *yang* sono mescolati. (S.W. XLII)

i punti *HE* (*ho*) sono indicati:

- nei reflussi di energia e le diarree (Nanjing diff. 68)

- se l'energia perversa è penetrata nel mezzo del corpo, non all'interno ma in superficie (L.S. LXXIII)
- in autunno (L.S. II e XLIV).

I 12 meridiani circolano dunque in tutto il corpo: negli arti come sul dorso, il capo, il ventre, gli organi ed i visceri.

In condizioni normali permettono in questo modo la circolazione del sangue e dell'energia e dunque il sostentamento degli organi; ma quando sono perturbati da agenti patogeni la funzione fisiologica degli organi non può essere espletata e i meridiani determinano dei sintomi specifici a seconda della regione che attraversano e delle strutture che connettono e controllano.

Vedremo in dettaglio nella descrizione della patologia specifica che sintomi comporti la perturbazione della circolazione nei meridiani; qui ci interessa una serie di approcci al malato distinti ma non alternativi al sistema dei meridiani che la medicina tradizionale cinese ha messo a punto per affrontare e sistematizzare lo stato di malattia da energie perverse.

I 3 YIN e i 3 YANG

I meridiani con lo stesso nome della mano (*shou*) e del piede (*zu*) costituiscono i cosiddetti *Grandi meridiani* caratterizzati per i meridiani *yang* da un decorso dall'alto verso il basso con unione al capo; per i meridiani *yin* invece il decorso è dal basso in alto e l'unione avviene al tronco.

Il concetto di grande meridiano risulta soprattutto utile nella sistematizzazione delle sindromi da energia perversa esterna di tipo acuto, soprattutto dovute a freddo e umidità. Infatti l'energia perversa nell'impatto con un organismo disponibile (cioè energeticamente squilibrato), una volta superata la difesa costituita dai meridiani secondari, tende a penetrare nei meridiani principali.

I *grandi meridiani* costituiscono, alle varie profondità a cui sono situati, dei livelli successivi di difesa a questa invasione, ognuno caratterizzato da un particolare corredo sintomatico.

Yang = superficiale = esterno: saranno i meridiani *yang*, più superficiali, la prima barriera verso l'esterno. In particolare avremo:

Tai yang (costituito dai meridiani di SI e BL) che ci mette in contatto con l'esterno: si apre verso l'esterno;

Shao yang (TE e GB) è lo strato energetico intermedio, è chiamato “cerniera degli *yang*” e come tale funziona permettendo la circolazione dell'energia sia verso l'esterno (*tai yang*) che verso l'interno (*yang ming*);

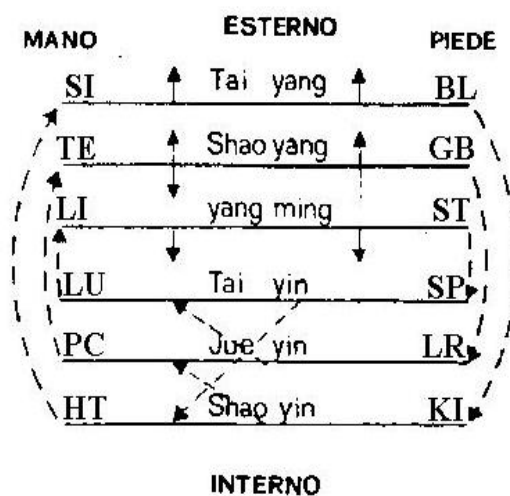
Yang ming (LI e ST) è l'ultimo degli *yang* e si apre verso gli strati più interni *yin*.

Una volta superati gli strati *yang* l'energia perversa giunge allo *yin* = profondo = interno.

Tai yin (LU e SP) si apre verso l'esterno.

Jue yin (PC e LR) è la cerniera degli *yin*, quindi con movimento sia verso l'esterno (*tai*) che verso l'interno (*shao*).

Shao yin (HT e KI) si chiude all'interno.



Dallo schema vengono messi in evidenza oltre alla disposizione dalla superficie in profondità degli strati, anche i meridiani che li compongono. Le linee tratteggiate indicano il senso della grande circolazione energetica.

Facciamo alcune considerazioni:

1°) Più i meridiani sono superficiali e più contengono energia *yang*; più sono profondi e più sono caratterizzati in senso *yin*.

Sapendo che lo *yang* ha tendenza a spandersi, a uscire e lo *yin* a raccogliersi, a rinchiudersi potremo spiegarci la tendenza di ogni strato:

Tai yang + superficiale + *yang* si apre verso l'esterno, tende a espandersi, è in contatto con l'esterno;

Yang ming + interno - *yang* (in senso relativo agli altri *yang* naturalmente) si apre verso l'interno con cui è in contatto;

Shao yang, intermedio, con funzione di cerniera, si apre sia verso l'interno che verso l'esterno.

Per i meridiani *yin* avviene similmente; la tendenza di ogni strato è conseguenza della sua situazione spaziale.

Gli strati cerniera (*Shao yang* e *Jue-yin*) sono sedi di scambio energetico tra gli strati sovrastanti e sottostanti.

Esiste una terza cerniera tra i 3 *yin* e i 3 *yang* posta tra *Yang ming* e *Tai yin*.

2°) *Shao yin*, lo strato più interno degli *yin*, è costituito dai meridiani *shou* e *zu Shao yin*, emanazione energetica di HT e KI.

Questo fatto sta a sottolineare la rilevanza di questi due organi così importanti da essere posti nello strato più interno, ben protetti da tutti gli altri strati.

Come mai questi organi sono così importanti?

Il Cuore (con PC) costituisce il sistema cardiocircolatorio tanto importante per la vita, ma soprattutto è per la medicina cinese la sede e il controllore di ogni attività mentale (nel senso di psichica).

Il Rene è il depositario dell'energia ancestrale, quindi del patrimonio genetico, ed insieme il trasmettitore di questo patrimonio alla progenie attraverso il controllo sull'apparato genitale. Governa inoltre il sistema osseo (compreso il midollo), il sistema nervoso centrale e periferico, le ghiandole endocrine.

3°) Questi 6 meridiani sono utilizzati essenzialmente per la diagnosi e il trattamento delle malattie di origine esterna, acute.

Quando ce ne occuperemo più in dettaglio vedremo che ogni strato è caratterizzato da una risposta sintomatologica particolare all'aggressione esterna: la sistematica di strato è cioè una semplificazione e un'integrazione dei sintomi di meridiano da patologia esterna, che facilita l'approccio con il malato acuto e spiega l'evoluzione e la terapia delle malattie acute da freddo e umidità.

STRATI ENERGETICI

Le energie che circolano nel corpo grazie all'intermediazione del sistema *jing-luo* hanno delle localizzazioni preferenziali secondo l'ottica superficie-profondità, esterno-interno.

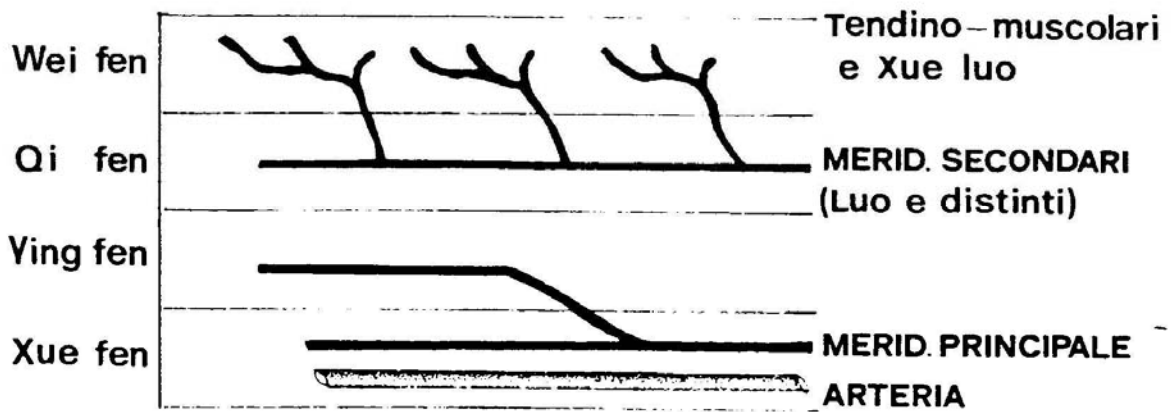
Vediamo ora i vari strati (*fen*):

Wei fen, dall'energia *wei* che circola nella pelle, nella carne, nei meridiani tendino-muscolari e nelle fini diramazioni *luo*: è dunque il più esterno e sarà il primo che le energie perverse incontreranno nel loro tentativo di penetrazione nell'organismo;

Qi fen, è termine generico per energia. Questo strato in occidente è anche chiamato della energia mista; corrisponde ai meridiani secondari *luo* longitudinali e distinti;

Ying fen coincide con i meridiani principali;

Xue fen = sangue, è lo strato più interno sovrapponibile di massima ai meridiani principali e ai vasi.



Questa struttura dialettica *wei-qi-jing-xue* è utilizzata, come i grandi meridiani, per affrontare e sistematizzare la patologia d'origine esterna: in questo caso però le energie perverse in causa sono il calore e l'umidità. Naturalmente il grado di gravità dell'affezione dipenderà dalla profondità raggiunta dall'energia perversa in causa.

In realtà ha un'utilità relativa parlare di questi strati senza menzionare i sintomi che li accompagnano; perché è proprio per raggruppare dei sintomi che sono state messe in evidenza queste strutture dialettiche.

Accontentiamoci per ora di sottolineare la molteplicità di punti di vista da cui può essere osservato e descritto un fenomeno energetico.

Ovviamente sistema *jing-luo*, 6 meridiani, strati energetici non sono tra loro in contraddizione ma si integrano e si completano a vicenda.

GENERALITÀ SUI MERIDIANI CURIOSI

Gli 8 meridiani curiosi costituiscono un sistema distinto ma integrato col sistema dei *jing-luo* costituito dai meridiani principali e *luo*.

Dice il Nan Jing difficoltà 27:

“Ci sono tra i mai, 8 mai detti **particolari** che non sono assimilati ai 12 meridiani.

Quali sono?

- *Yang Wei* e *Yin Wei*: = vasi di collegamento *yang* e *yin*; congiungono i *luo* del corpo
- *Yang Qiao* e *Yin Qiao* = vasi dell'equilibrio e della forza; originano da *zu Tai yang* e *zu Shao yin*, ma se ne distinguono
- *Chong* = passaggio; mare di tutti i meridiani
- *Du* = governatore; di ciò che è dietro e *yang*
- *Ren* = responsabile; di ciò che è davanti e *yin*
- *Tai* = cintura; circonda come una cintura.

In totale 8 vasi chiamati *qi-mai* o *qi jing*”.

La caratteristica essenziale e unificante dei meridiani curiosi è data dai rapporti col rene organo in quanto depositario del patrimonio energetico ancestrale.

In effetti per i 3 meridiani cardine, *ren mai*, *du mai* e *chong mai*, è tramandato dalla tradizione (Ling Shu, 2° e 62°) un tragitto comune (7 sorgente, 3 ramificazioni) che origina dal rene organo, scende verso il perineo esce a livello dell'1 CV (riunione degli *yin*) e qui si divide in due rami. Uno di questi si porta anteriormente sulla linea mediana del corpo costituendo il vaso concezione (*ren mai*) e *chong mai*. L'altro sale posteriormente per costituire *du mai* (vaso governatore).

Attraverso questi meridiani l'energia ancestrale depositata nei reni viene trasportata nelle differenti parti del corpo e in particolare verso i cosiddetti visceri curiosi. Gli altri 5 meridiani sono curiosi a causa del procedere della circolazione di *chong mai*. Dapprima tramite numerose ramificazioni a livello addominale, del petto e della faccia interna delle cosce, l'energia ancestrale percorre la carne, i tessuti, gli spazi interossei. Circola dunque fuori meridiano (N. J. 62°).

“Questa energia fuori meridiano rientra nei meridiani al punto *jìng*, circola poi nei meridiani principali per completare il ciclo completo della circolazione”.

Quando questa energia ancestrale penetra ai punti *jìng* arriva al 2 KI, 6 KI, 62 BL, 63 BL, 26 GB; una gran parte di questa energia accompagnata da una piccola quantità di *ying-wèi* passa successivamente in *yin qiao*, *yin wei*, *yang wei*, *dai mai*. Quindi questi 5 meridiani sono topologicamente vasi secondari dei meridiani principali; fisiologicamente servono da veicoli dell'energia ancestrale. È questo che li rende curiosi. Nei meridiani curiosi abbiamo però visto non è presente solo l'energia ancestrale ma anche la *ying* e la *wei*.

In particolare nel Nei Jing si parla (cap. 16° Ling Shu):

- dell'energia *ying* che dopo aver raggiunto, tramite lo *Jue yin* il fegato e i polmoni passa alla gola poi in parte viene espulsa dalle narici, una parte raggiunge la sommità del capo, scende lungo la colonna vertebrale fino al coccige per unirsi al *du mai* e, da questo meridiano diffonde ai genitali, rimonta ai peli del pube verso l'ombelico per rigettarsi nei polmoni (circolazione nei 14 meridiani).

Cap. 62°

“L'energia ancestrale di *chong mai* circola insieme all'energia *ying* e *wei*...”.

Cap. 76°

L'energia difensiva passa lungo *du mai* dal 16 GV all'1 GV in 21 gg., percorre *chong mai* in 9 gg. poi di nuovo dal 16 GV all'1 GV in 21 gg..

La circolazione dell'energia *wei* comincia all'angolo interno dell'occhio e si spande verso il basso fino alle gambe e ai piedi nei *qiao mai*.

Malgrado queste citazioni facciano pensare ad una circolazione permanente nei *qi jing*, molto si è discusso a partire dalla 28^a difficoltà del Nan Jing sulla circolazione in essi. Dice il Nan Jing: “I 12 meridiani principali sono come fiumi che scorrono; gli 8 meridiani curiosi sono come laghi che ricevono l'energia dei 12 meridiani e la regolarizzano, la loro energia non circola”.

Questa affermazione sembrerebbe dunque in contrasto con tutte le altre citazioni in cui si descrive il decorso dei singoli meridiani e la direzione della corrente.

In realtà il Nan Jing sottolinea una funzione dei meridiani curiosi che è quella di collegamento e di equilibrio tra i meridiani principali, e una caratteristica: quella di non far parte della circolazione ciclica (con alternanza *yin-yang*, interno-esterno, etc...).

Oltre ai caratteri che abbiamo sottolineato quali altri rendono i *qi mai* “curiosi”?

- L'irregolarità del decorso (la non omogeneità) infatti possono essere:
 - ❖ trasversali (come *dai mai*)
 - ❖ impari mediani (*ren mai* e *du mai*)
 - ❖ interessare contemporaneamente arti inferiori e superiori (*yang wei* e *yang qiao*).
- Tranne *du* e *ren mai*, non hanno punti propri ma li prendono in prestito da **più** meridiani (e in questo differiscono dagli altri meridiani secondari).
- Alcuni sono solo superficiali (*dai mai*), altri possono andare in profondità, ma in nessun caso sono emanazione di un organo di cui trasportano in esclusiva l'energia (vedi meridiani principali).
- Infine, a differenza dei *jing-luo*, non costituiscono un sistema omogeneo di unione *yin-yang*, interno-esterno, alto-basso.

FUNZIONI

1) Collegamento tra i 12 meridiani principali.

Essi in genere derivano dal meridiano principale e lungo il decorso si collegano o si incrociano con altri meridiani collegandoli tra loro.

2) I meridiani curiosi servono all'unione-comando-regolazione dei 12 meridiani principali. Infatti collegando punti di vari meridiani ne evidenziano i caratteri comuni così:

- i meridiani *yang* e *yin* sono collegati da *yang* e *yin wei*;
- i *qiao mai* differenziano i lati interni (*yin*) ed esterni (*yang*) del corpo;
- *du mai* riunisce tutti i meridiani *yang*, ha collegamenti stretti con rene-cervello e *zu jue yin*, la sua funzione essenziale è di controllare e di comandare l'energia *yang*;
- *ren mai* equilibra e controlla lo *yin*; l'energia è *yang*, il sangue è *yin*. Per questo *ren mai* è detto che controlla tutte le funzioni legate al sangue (i mestruai, il parto, etc...), l'utero e l'embrione proprio perché comanda i meridiani *yin*.
- *chong mai* inizia all'utero, per questo si chiama “mare del sangue”. Per i legami stretti con *du mai* e *ren mai* influenza i 12 meridiani, i 5 organi e i 6 visceri, per questo si chiama “mare dei 12 meridiani”, “mare dei 5 organi e 6 visceri”.
- *yin* e *yang qiao* regolarizzano i meridiani *yin* e *yang* a livello delle facce interne ed esterne degli arti inferiori.

- *yin* e *yang wei* equilibrano i meridiani *yin* e *yang*, ma in questo caso *yang* = superficie-esterno e *yin* = profondo-interno.
- 3) Regolarizzano l'energia e il sangue dei meridiani, infatti circolano tra i meridiani e collegandoli sono in grado di ricevere l'eccesso di energia (nel caso di pieno) o fornire energia ancestrale in caso di insufficienza dell'energia del corpo. In questo senso possono essere considerati come laghi che regolarizzano la portata di corsi d'acqua costituiti dai meridiani principali.
- 4) Reggono i visceri curiosi (così definiti dal Su wen cap. 10: "...hanno l'aspetto di visceri ma funzioni di organo; non hanno un meridiano che sia loro emanazione"):
 - sistema nervoso (cervello e midollo spinale)
 - sistema osseo
 - sistema circolatorio (sangue e vasi)
 - sistema epato-biliare (vescica biliare)
 - sistema genitale (utero).

Anche se non esiste nei testi classici una precisa assegnazione per ciascun visceri curioso a un meridiano curioso, sulla base del decorso e della sintomatologia specifica, in occidente si è convenuto di massima per queste attribuzioni:

- ❖ *ren mai*: utero, prostata, tiroide
- ❖ *du mai*: cervello, diencefalo, midollo spinale
- ❖ *chong mai*: utero, ovaie, tiroide
- ❖ *dai mai*: apparato locomotore
- ❖ *yin qiao* e *yang qiao*: diencefalo, midollo spinale
- ❖ *yin wei*: ovaie, apparato circolatorio, epatobiliare
- ❖ *yang wei*: cervello, surrene, apparato locomotore.

- 5) Collegamento tra i grandi meridiani: contenendo punti appartenenti a vari meridiani il meridiano curioso costituisce un collegamento tra i vari strati energetici *yang* e/o *yin*.

PATOLOGIA

Il meridiano curioso entra in gioco quando più meridiani sono coinvolti. Le cause possono essere:

- squilibrio endogeno (cause psichiche)
- stagnazione di energia e di sangue (cause alimentari)
- squilibrio da energia perversa.

SINTOMATOLOGIA

Dato che i meridiani curiosi uniscono e controllano tutto il sistema dei meridiani è logico che i loro sintomi abbiano rapporto con quelli di tutti i meridiani.

Le sintomatologie sono solitamente da malattie complesse che interessano più meridiani.

Es.: *Yin Wei* che si collega con i meridiani di KI, SP, LR, ha legami stretti con *ren mai* ed è collegato con *zu yang ming*, potrà dare sintomi di interessamento di tutte queste strutture.

D'altra parte se si considerano le affezioni ginecologiche: l'apparato genitale è in relazione con *dai mai*, *ren mai*, *chong mai*, ma le perturbazioni a questo livello sono legate anche a perturbazioni di meridiani e organi (LR, SP, HT, KI, e utero).

Esistono dei sintomi caratteristici (anche se non esclusivi) dell'interessamento del meridiano curioso; in particolare:

<i>Ren Mai:</i>	malattie ginecologiche - leucorree - ernie
<i>Du Mai:</i>	testa pesante e rigidità del rachide
<i>Dai Mai:</i>	gambe cedevoli e cosce fredde; segni di Yang in alto e di Yin in basso
Chong Mai:	malattie gastro-intestinali, senso di energia che sale in alto, freddo a stivale agli arti inferiori
<i>Yin Wei:</i>	cefalea associata a dolori al cuore
<i>Yang Wei:</i>	febbre e brividi (caldo e freddo) alternati, metereodipendenza
<i>Yin Qiao e Yang Qiao:</i>	disturbi oculari e turbe del sonno (sonnolenza insonnia).

TRATTAMENTO

Il Nei Jing nel trattamento di riequilibrio energetico di sindromi complesse di più meridiani, utilizzando i meridiani curiosi ricorre all'uso esclusivo dei punti di incrociamiento. La tradizione più recente (Zhen-Jin, Yi-Xue e Zhen-Jiu Da Cheng) introduce in terapia l'uso dei cosiddetti punti chiave o maestri che si trovano sugli arti. Questi avrebbero la prerogativa di comunicare in modo diretto col meridiano curioso e di permetterne l'attivazione, la cosiddetta "apertura".

Sempre in questi testi viene introdotto il concetto di divisione degli 8 vasi (e quindi dei punti chiave) in coppie, non secondo *yin-yang* (anzi i meridiani accoppiati hanno lo stesso segno energetico), ma secondo particolari affinità sottolineate dall'esistenza di punti di unione.

MERIDIANI CURIOSI	PUNTO CHIAVE	PUNTI DI UNIONE
Ren Mai	7 LU	2 CV
Yin Qiao	6 KI	1 BL
Du Mai	3 SI	1 BL
Yang Qiao	62 BL	
Dai Mai	41 GB	Meridiano di GB
Yang Wie	5 TE	
Chong Mai	4 SP	23 CV
Yin Wie	6 PC	

Al di là delle teorie elaborate per giustificare l'attribuzione a un punto di meridiano principale della qualità “chiave” di un meridiano curioso vale la pena di mettere in evidenza alcuni caratteri di questi punti:

- 1) ben 4 punti sono *Luo*, quindi con la caratteristica di mettere in comunicazione lo *yin* e lo *yang*, l'interno e l'esterno;
- 1) 2 punti sono *Iu*, punti d'arrivo di un meridiano secondario, punti di ingresso dell'energia perversa;
- nelle coppie un punto chiave è in alto (*shou*) e uno in basso (*zu*).

Il loro uso in apertura e chiusura di seduta contribuisce a creare un equilibrio.

BIBLIOGRAFIA

- 12) Nguyen Van Nghi, “*Pathogénie et pathologie énergétiques en médecine chinoise*”, Imp. Ecole Technique, Don Bosco.
- 13) A. Faubert, “*Traité didactique d'acupuncture traditionnelle*”, Guy Tredaniel Editeur, Paris.
- 14) “*Plen T'sio Nan King*”, trad. Grison, Masson, Paris.
- 15) A. Chamfrault, “*Traité de Médecine Chinoise*”.
- 16) AHusson, “*Hoang di nei jing suwen*”, Ass. Scient. Med. Acu-puncteur de France
- 17) “*Traité d'Acupuncture - Médecine Traditionelle Chinoise*”, de le Institut de Midecine Traditionelle Chinoise de Shangai, ed. Mas-son, Paris, 1978.
- 18) “*Atti del Simposio Nazionale Cinese sull'agopuntura e l'analgesia agopunturale di Pechino del 1979*”.
- 19) “*Bollettini de Clinique d'Acupuncture du Groupe Lacretelle*”, 1973-1974.
- 20) “*Zhen Jiu Da Cheng*”, trad. Nguyen Van Nghi e coll. su Mensuel du Médecin Acupuncteur, 1980-81-82.



CAUSE DI MALATTIA

INTRODUZIONE

Nella medicina tradizionale cinese, il concetto di malattia è assai diverso dal modo di intenderlo in Occidente.

Lo *stato di malattia* si identifica con una condizione di *alterata circolazione dell'energia*, di ordine sia qualitativo che quantitativo.

“L'energia dell'uomo circola nel suo corpo secondo le stesse leggi che governano la natura. Se questa circolazione è turbata, l'uomo è malato”. (Ling Shu, Cap. 70) Questa iniziale e primitiva alterazione dell'energia corretta e sana (*zhen*) dell'organismo, corrisponde ad uno stato di minore resistenza che, a partire da questo momento, potrà renderci più sensibili ed esposti alla fatica, ai dispiaceri, agli strapazzi alimentari ed agli effetti nocivi di vari fattori climatici, oltretché, infine, agli eventuali attacchi di microbi, virus, sostanze tossiche.

Ecco come si esprime, in proposito, G. Soulié de Morant, uno dei maestri ed iniziatori dell'agopuntura tradizionale in Occidente:

“Ogni turba ha una causa profonda, originaria, spesso antica, psichica o fisica, che ha attentato alla nostra forza vitale.

Le turbe apparenti non ne sono che le conseguenze e le manifestazioni. Ma una volta che questa causa, questa “radice” è stata trovata e corretta, tutte le conseguenze, “i rami” cadono a loro volta”. L'esistenza o meno dell'equilibrio energetico in un individuo è possibile accertarla unicamente attraverso la semeiologia pulsologica; nello stadio preclinico gli unici segni premonitori di malattia riguardano le modificazioni dei caratteri dei polsi. Come giunsero i medici cinesi ad una visione tanto originale ed efficace? Pare con l'abitudine diffusa in quei paesi di stipulare tra paziente e curante un contratto terapeutico in virtù del quale, il medico si impegnava a mantenere in buona forma fisica i suoi assistiti e a curare e fornire medicinali, in

caso di malattia, fino a guarigione avvenuta. Egli, inoltre riceveva il compenso pattuito solo finché durava lo stato di buona salute, con sospensione durante il periodo di malattia.

È facilmente comprensibile che tutta l'attenzione del medico fosse rivolta alla profilassi, con vigilanza continua dello stato energetico dell'organismo, sempre pronto a cogliere i segni premonitori della malattia.

Schematicamente si può definire lo stato di salute come una condizione di equilibrio dinamico tra le componenti *yin* e *yang* dell'energia.

“L'energia *yin* accumula tutte le sostanze energetiche per lottare contro le malattie. L'energia *yang* serve alla difesa dell'esterno del corpo contro le malattie. Se l'energia *yang* diventa molto più forte dell'energia *yin*, il sangue circola molto più rapidamente e se lo squilibrio è molto forte, si manifestano i sintomi della follia.

Se al contrario, l'energia *yin* prende il sopravvento sull'energia *yang*, l'energia dei cinque organi si turba ed essi lottano tra loro: si interrompe la comunicazione dell'energia tra i nove orifizi. Per questo motivo il saggio deve regolare l'equilibrio fra le energie *yang-yin*”. (Suwen, cap. 3° Cham.)

Lo stato di malattia può essere considerato come uno stato di sregolamento energetico, peculiare di quell'individuo in quel particolare momento. La malattia si configura, infatti, sempre, per ogni essere vivente in maniera assolutamente originale, essendo la risultante di molteplici fattori.

Un'ultima nota preliminare occorre ancora per sottolineare come, in medicina cinese, la malattia può essere causata oltre che dai vari fattori noti a noi medici occidentali, anche dalle emozioni.

Nel capitolo 77° del Suwen (trad. Cham., pag. 291), si precisa che l'equilibrio psichico è la condizione necessaria, anche se non sufficiente al mantenimento ed alla riconquista della salute.

“Se le turbe dello psichismo provocate da choc emotivi persistono, non si può fare alcun trattamento, perché bisogna avere lo spirito in pace per ottenere che l'energia *ying* e l'energia *wei* abbiano un buon funzionamento e assicurino una buona salute”.

GENERALITÀ'

Secondo il Suwen (Cap. 62°, pag. 223, trad. Cham.):

“Se la malattia colpisce lo *yang*, la causa è rappresentata dalle energie “perverse” del freddo, del *fong* e del calore. Se essa colpisce lo *yin*, questo è dovuto agli alimenti ingeriti o all'eccesso di gioia o di collera”.

Le cause che attaccano dall'esterno sono le energie cosmiche (vento, calore, fuoco, umidità, secchezza, freddo) divenute patogene; quelle che attaccano dall'interno sono connesse all'alimentazione o al comportamento dell'individuo.

Trung y Hoc, operante nell'Istituto di Ricerche sperimentale di Hanoi, nel suo “Trattato di Medicina Cinese”, citato da N. Van Nghi e Chamfrault, classifica le cause di malattia in nove gruppi:

- 1) Energie perverse
- 2) Energie perverse curiose
- 3) Alimentazione e affaticamento
- 4) Elementi psichici
- 5) Eccessi sessuali
- 6) Traumatismi
- 7) Vermi e microbi
- 8) Intossicazioni
- 9) Ereditarietà.

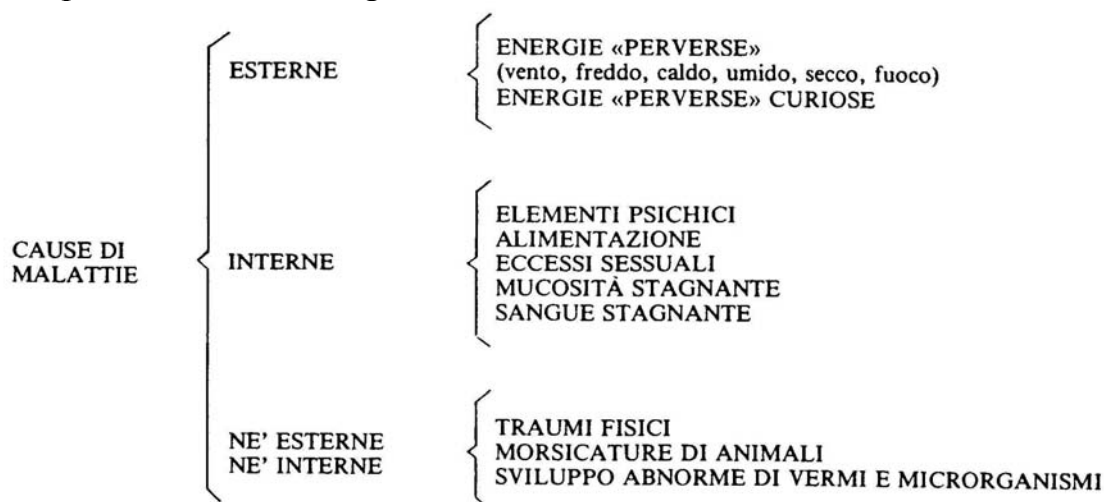
La classificazione riportata nel recente trattato “Essentials of Chinese Acupuncture” curato dalle scuole di Medicina tradizionale di Pechino, Nanchino e Shanghai è la seguente:

- 1) *I sei fattori patogeni esterni* (vento, freddo, caldo estivo, umidità, secchezza, caldo (fuoco o caldo mite);
- 2) *le sette emozioni* (la gioia, l'ira, la malinconia, la riflessione, la tristezza, la paura e lo shock).
- 3) *Fattori patogeni vari*:
 - assunzione irregolare di cibo
 - sovraffaticamento fisico o mancanza assoluta di esercizio fisico
 - traumi fisici di qualunque natura
 - sangue stagnante e muco.

Sottolineamo l'assenza, in questa classificazione, di fattori patogeni quali virus, microbi e vermi e dei fattori ereditari.

Esiste, infine, un'altra classificazione, basata sull'origine “esterna” o “interna” del fattore patogeno.

Essa è riportata da N. Van Nghi e attribuita a Tran Vo Trach.



CAUSE ESTERNE

LE ENERGIE PERVERSE ORDINARIE

Le sei energie cosmiche sono: il vento, il caldo (o fuoco imperiale), fuoco (fuoco ministro), umido, secco, freddo (vedi capitolo intitolato “le sei energie e le cinque attività”). Esse divengono perverse solo in particolari condizioni. Infatti nel Suwen, nel Cap. 75° si legge: “Le cause di tutte le malattie sono le energie perverse del vento, del freddo, del caldo, dell'umidità, della secchezza, del fuoco”.

Nel Ling Shu, cap. 66°, si precisa che: l'energia “perversa” non attacca tutti gli uomini, ma solo quelli in cui l'energia del corpo è indebolita”. Là dove l'energia corretta (*zhen qi*) circola liberamente, senza intoppi, la malattia non può svilupparsi, perché l'organismo è in grado di attuare gli adattamenti necessari alle variazioni dell'ambiente interno ed esterno, conservando una perfetta omeostasi.

In linea di massima, le affezioni provocate dalle energie “perverse”, attaccando queste dall'esterno, evidenziano una disfunzione della energia che circola in superficie per svolgervi una azione difensiva, ossia la *wei qi*; ma essendo la *wei qi* e la *ying qi* intimamente legate, (lo *yang* protegge, lo *yin* nutre), la deficienza dell'una si ripercuote sull'altra. Le energie cosmiche possono divenire “perverse” in tre diverse condizioni.

- 1) L'energia in causa è consona alla stagione in corso e diviene “perversa” per coloro che presentano una debolezza del sistema sensibilizzato a questa energia; ad esempio, il caldo, in estate, può nuocere ai malati di cuore.
- 2) L'energia in causa è consona alla stagione, ma in eccesso, per cui può nuocere a chi presenta sistemi di adattamento difettosi alle variazioni ambientali.
- 3) L'energia non è consona, giunge cioè in anticipo o in ritardo rispetto alla stagione (es. freddo in estate, vento in autunno...); essa può provocare affezioni gravi in quanto non vi è accordo tra energie celesti e terrestri.

Si definiscono affezioni recenti quelle che insorgono poco dopo l'attacco da parte dell'energia perversa ed hanno in genere un andamento acuto e benigno.

Quando una affezione recente da energia perversa stagionale tende a prolungarsi con comparsa di complicazioni, si può pensare che l'affezione in corso ne abbia risvegliata una latente, provocata dalle cosiddette **energie perverse latenti**.

Nel capitolo 3° del Su-wen si legge: “In inverno il freddo “perverso” penetra nel corpo e vi resta silente durante un periodo di tempo in cui si trasforma in calore. A primavera questo calore segue lo *yang* del corpo e si manifesta all'esterno (come febbre). In primavera, il vento “perverso” penetra nel corpo; in estate vi provocherà la diarrea. In estate il calore “perverso” penetra nel corpo, in autunno essa provoca la malattia del freddo e del calore (febbre e brividi). In autunno l'umidità “perversa” penetra nel corpo, in inverno essa raggiunge la parte alta del corpo e provoca la tosse”.

Quando un sistema è in vuoto, il suo stato di deficit può essere aggravato dalle condizioni esterne, ma i sintomi non compaiono che quando la funzione di quel

sistema è stimolato nella stagione che gli corrisponde. Per esempio, se i reni sono in vuoto di energia *yang*, l'organismo è poco protetto nella stagione invernale. L'energia *yin* esterna (freddo) si sovrappone alla condizione *yin* preesistente, aggravando il vuoto di energia *yang* dei reni: i sintomi compaiono in inverno, quando, facendo molto freddo, l'affezione latente si manifesta.

Una affezione latente si manifesta generalmente al cambiamento del clima stagionale. Se una malattia si presenta sempre all'arrivo dell'inverno, bisogna vigilare sui reni e sulla vescica; se si presenta ad ogni primavera, sorvegliare il fegato e la vescica biliare, in autunno il polmone e il grosso intestino, in estate il cuore e l'intestino tenue.

Se un paziente presenta sempre lo stesso tipo di disturbi ad ogni cambio di stagione, conviene esaminare attentamente lo stato energetico della milza e dello stomaco.¹

Si parla di **malattie evolutive** quando sono provocate da due o più energie che si succedono secondo il ciclo di generazione.

Quando l'energia della primavera è combinata con l'energia dell'estate si dice che il vento evolve verso il calore; di conseguenza, le malattie da vento-calore, da freddo-vento.... sono chiamate evolutive.

Invece la combinazione di due energie come il vento e la secchezza, oppure il freddo e l'umido provocano malattie dette **associate**.

Le malattie causate dalle energie “perverse” possono essere, secondo N. Van Nghi, classificate così:

- 1) Gruppo delle malattie “offensive”:
l'energia “perversa” penetra a livello dell'epidermide e si localizza nei meridiani tendino-muscolari. L'affezione è banale.
- 2) Gruppo delle malattie evolutive;
l'energia “perversa” evolve nei meridiani principali *yang*, dando le sindromi dei tre *yang*. Se l'affezione non guarisce, penetra nei meridiani *yin* e provoca le sindromi dei tre *yin*.
- 3) Gruppo delle “malattie che vanno direttamente allo scopo”: l'energia perversa penetra direttamente nei meridiani *yin*, senza passare per gli strati *yang*. L'affezione è grave.

Questa classificazione tiene conto della maggiore o minore aggressività della noxa patogena e della maggiore o minore resistenza del terreno.

¹ Milza e stomaco sono rispettivamente lo zang e fu associati alla cosiddetta “quinta stagione” e perciò, come questa funziona da cardine tra una stagione e la successiva, analogicamente la energia della coppia milza/stomaco viene sollecitata ad ogni cambio di stagione, consentendo il buon funzionamento della struttura viscerale accoppiata a quella determinata stagione.

MODALITÀ DI PENETRAZIONE DELL'ENERGIA PERVERSA E SUA EVOLUZIONE

La penetrazione e la diffusione delle energie cosmiche “perverse” all'interno del corpo può essere studiata secondo:

- 1) la dialettica dei sei grandi meridiani o sei livelli energetici (*tai yang - shao yang - yang ming - tai yin - jué yin - shao yin*)
- 2) la dialettica dei quattro strati energetici: *wei fen, qi fen, ying fen, xue fen*
- 3) la dialettica degli *zang-fu*
- 4) le Otto Regole.

Per lo studio approfondito di questi argomenti si rimanda ai rispettivi capitoli. L'energia “perversa”, attaccando dall'esterno, colpirà innanzitutto la parte più esterna del corpo: la pelle.

Questa da un punto di vista anatomofisiologico si può considerare come suddivisa nei cosiddetti territori cutanei, ossia la terminazione periferica del sistema dei meridiani; qui circola l'energia *wei*.

“Se l'energia perversa soggiorna nella pelle i tessuti muscolari soffrono, se essi soffrono la energia perversa penetra nei *luo mai* e vi prende dimora. Quando i *luo mai* ne sono pieni, l'energia “perversa” penetra nei meridiani principali. Quando i meridiani principali ne sono pieni, l'energia perversa penetra e soggiorna negli organi e nei visceri. Per questo i territori cutanei presiedono alla superficie della pelle; se l'energia *wei* è debole e non può scacciare le energie “perverse”, si possono avere gravi malattie del “sistema meridiano” colpito” (Suwen, cap. 56, Trad. a cura dell'Istituto di Medicina Tradizionale Cinese di Shanghai).

Energia “perversa” e Meridiani Tendino Muscolari [*Jìng Jìng*]

L'energia “perversa”, dopo essere penetrata nei vasi capillari, se non viene subito allontanata dalla *wei qi*, può penetrare nei meridiani tendino-muscolari, sia attraverso il punto *jìng* (punto di partenza del meridiano tendino-muscolare dal meridiano principale), sia attraverso il punto di riunione dei tre meridiani tendino-muscolari. In genere sono invasi per primi i meridiani tendino-muscolari che corrispondono ai meridiani principali più superficiali (livello *tài yang* = SI-BL) e poi via via gli altri: torcicolli e sciatiche sono assai frequentemente secondari all'attacco dei meridiani tendino-muscolari di intestino tenue e di vescica da parte della energia perversa freddo.

Secondariamente l'energia perversa potrà abbandonare il meridiano tendino-muscolare, lasciandolo in vuoto, per passare nel meridiano principale.

Energia “perversa” e Meridiani *Luo Mai*

L'energia perversa, dopo aver invaso il meridiano tendino-muscolare, può penetrare nel meridiano principale attraverso il punto *jìng* e percorrerlo fino al punto

luo; a partire da questa sede, l'energia “perversa” può essere dirottata, dall'energia del corpo, nel vaso *luo* longitudinale.

Quando i vasi *luo* sono invasi dall'energia “perversa” entrano in uno stato di pienezza ed il punto *luo* (Ling Shu, cap. 10) diventa visibile e dolente. Possono in seguito verificarsi diverse possibilità:

- l'energia “perversa” può venire allontanata dall'organismo;
- può penetrare nel meridiano principale attraverso il punto *shu*;
- oppure può penetrare in profondità per essere dirottato verso i meridiani distinti o curiosi. Se si verificano queste ultime evenienze, il vaso *luo* longitudinale rimane in vuoto.

Energia “perversa” e Meridiani Distinti [*Jìng Biè*]

L'energia “perversa”, penetrata nel meridiano principale, tramite il meridiano tendino-muscolare ed il punto *jìng* o a livello del punto *shu*, vi scorre fino a raggiungere il punto *he*. Di qua l'energia perversa può penetrare nella parte più profonda del meridiano principale e quindi raggiungere, eventualmente, il viscere o l'organo corrispondente, oppure può essere deviato verso il meridiano distinto. In quest'ultimo caso può raggiungere ugualmente in profondità il viscere, ma le conseguenze sono meno gravi, perché va solo fino “alla loggia energetica” del viscere.

Energia “perversa” e Meridiani Principali [*Jìng Mài*]

L'energia perversa può penetrare nei meridiani principali attraverso il punto *jìng* oppure il punto *shu* o anche attraverso il punto *he*. La penetrazione avviene tanto più facilmente quanto più il grande meridiano è superficiale. Infatti, in genere, compare per prima la sindrome di *tài yàng*, poi se l'energia “perversa” è potente e l'energia *wei* debole, la malattia può approfondirsi nello *shào yàng* o nello *yàng míng* e successivamente nei livelli energetici *yin*, fino, eventualmente a raggiungere i visceri e gli organi.

L'energia “perversa” del freddo attacca specialmente il *tài yàng* (BL-SI)
" " del calore " " lo *shào yin* (HT-KI)
" " del fuoco " " lo *shao yang* (GB-TE)
(calore eccessivo)
" " dell'umido " " il *tài yin* (SP-LU)
" " del secco " " lo *yàng míng* (LI-ST)
" " del vento " " lo *jùe yin* (LR-PC).

L'energia “perversa” e i Meridiani Curiosi [*Qì Jìng*]

Nel capitolo 56° del Ling Shu, si dice che l'energia perversa può giungere con varie modalità nel meridiano principale e “...a partire da questo momento l'energia del corpo è turbata nella sua circolazione si avvertono disturbi alle articolazioni,

alla regione renale, alla colonna vertebrale, poi l'energia perversa penetra nel meridiano curioso *chòng mài* e passa all'interno del corpo...”.

Pertanto, l'energia “perversa”, dopo aver messo a dura prova le energie dell'organismo ed essere penetrata nel meridiano principale, può attaccare anche i meridiani curiosi. I possibili punti di ingresso sono il punto di partenza stesso del meridiano curioso oppure i punti di incrocio o di connessione con i vari meridiani principali.

Nel capitolo 35° del Suwen si dice di come l'energia perversa può penetrare profondamente nell'organismo a partire dal punto 16 GV (*feng fu*); essa discende verso la parte inferiore del corpo seguendo il meridiano *dù mài*, in 21 giorni. Il 22° giorno risale di nuovo verso l'alto, seguendo il meridiano curioso *chòng mài*.

L'incontro tra l'energia “perversa” e l'energia *wei*, lungo questo tragitto, provoca crisi di febbre intermittente.

L'energia “perversa”, gli organi e i visceri

L'energia perversa può raggiungere gli organi e i visceri tramite i meridiani principali o direttamente.

Nel Capitolo 29° del Suwen si sottolinea che se l'energia perversa attacca il meridiano *yàng ming*, essa può raggiungere i sei visceri; se l'energia perversa attacca il grande meridiano *tài yin*, può, tramite questo raggiungere i cinque organi.

Lo stomaco, insieme alla milza, elabora la *yìng qì*, a livello del riscaldatore medio e la distribuisce a tutto il corpo.

Se essi sono danneggiati dalla malattia, tutto l'organismo sarà di conseguenza danneggiato.

“La milza e lo stomaco sono in relazione stretta.

La milza rappresenta i tre *yin*, perché essa regge l'energia degli altri meridiani *yin* (rene e fegato). Lo stomaco, madre dei cinque organi e dei sei visceri, regge l'energia dei tre meridiani *yang*”. (Suwen, cap. 29°, Trad. Chamfrault)

Nel 22° capitolo del Suwen, si dice di cosa accade quando un organo è colpito dalla malattia.

L'organo guarisce nella stagione di appartenenza dell'organo figlio; si aggrava nella stagione di appartenenza dell'organo che lo domina, resta stazionaria durante la stagione dell'organo madre; giunge a guarigione nella stagione che gli è propria.

Ad esempio se il fegato è attaccato da una energia perversa esso guarisce in estate (cuore = figlio), s'aggrava in autunno (polmone = nonna) rimane stazionaria in inverno (rene = madre), guarisce in primavera (fegato).

STUDIO DELLE SINGOLE ENERGIE PERVERSE ESTERNE

IL VENTO (FENG)

È l'energia cosmica che domina a primavera; l'organo più sensibile al vento è il fegato. È una energia di tipo *yang*; “se il vento “perverso” è vittorioso provoca agitazione” (Suwen, cap. 5°). Il *feng* attacca prevalentemente la parte superiore del corpo (Ling Shu, cap. 66°) ed ha dei punti preferenziali di penetrazione, detti **punti vento** (26 GV, 12 BL, 12 SI, 17 TE, 20 GB, 31 GB).

Altri aspetti peculiari di questa energia sono i seguenti:

- provoca malattie caratterizzate da rapido cambiamento dei sintomi, che vanno e vengono improvvisamente;
- è dotato di estrema mobilità e provoca movimenti anomali del tronco e degli arti, comprendenti tremori, spasmi e convulsioni, ma anche rigidità del tronco e della colonna;
- può associarsi ad una o a più energie “perverse” e fare da vettore a queste, contemporaneamente ne aumenta l'aggressività; si potranno avere associazioni di vento-caldo-secco, vento-freddo-secco, oppure di vento-fuoco.

Secondo alcuni AA, (Borsarello), quando si parla di *feng* si deve intendere non solo il vento come fattore climatico, ma anche tutto ciò che eventualmente trasporta con sé: microbi, virus, parassiti, allergeni...

SINTOMATOLOGIA

NELLO YANG	1) NEI CAPILLARI DEI MM. TENDINO-MUSCOLARI: TOSSE CEFALEA NASO CHIUSO, SCOLO NASALE STERNUTI	MALATTIA LIEVE
	2) NEI MERIDIANI SECONDARI (TENDINO-MUSCOLARI - LUO - DISTINTI): FEBBRE TIMORE DEL FREDDO TRASPIRAZIONE CEFALEA POLSO SUPERFICIALE E REGOLARE	
NELLO YIN	NEI MM. PRINCIPALI, ORGANI, VISCERI: (IL VENTO VA DIRETTO ALLO SCOPO) ARTI PESANTI E CONTRATTI, COLONNA VERTEBRALE TESA, POLSO SUPERFICIALE E TESO. SE LA MALATTIA SI AGGRAVA: DEVIAZIONE DELLA BOCCA E DEGLI OCCHI, EMIPLEGIA STATO CONFUSIONALE	MALATTIA MOLTO GRAVE

IL FREDDO

È l'energia dell'inverno; l'organo più sensibile alla sua azione è il rene. È una energia di tipo *yin* che, quando attacca, tende a consumare lo *yang* dell'organismo. Quando lo *yang* del corpo è esaurito compaiono i sintomi da eccesso di *yin*: brividi intensi, pallore, sensazione di freddo, diarrea con cibi non digeriti, urine chiare ed abbondanti, polso lento e profondo.

“Se il freddo è profondo, provoca edema”. (Su wen, cap. 5°)

Inoltre il freddo provoca contrazione muscolare e rallentamento della circolazione del *qi* e del sangue, ne derivano dolori ed intorpidimento degli arti.

SINTOMATOLOGIA

NELLO YANG	{	NEI MM: TENDINO-MUSCOLARI: FEBBRE TIMORE DEL FREDDO RESPIRAZIONE SUPERFICIALE CEFALEA SENSO DI BASTONATURA NON TRASPIRAZIONE (per ostruzione respiratoria) POLSO SUPERFICIALE E RAPIDO
NELLO YIN	{	NEI MM. PRINCIPALI: DOLORI ALLE ARTICOLAZIONI ED ALLE OSSA VOMITO DIARREA BORBORIGMI DOLORI AL VENTRE EDEMI, MANI E PIEDI FREDDI URINE ABBONDANTI E CHIARE POLSO SUPERFICIALE E FORTE

IL CALORE

È l'energia dell'estate; è una energia di natura *yang* che attacca l'alto del corpo; l'organo più sensibile al caldo è il cuore. Il caldo consuma il *qi* e lo *yin* del corpo.

L'organismo reagisce al calore esterno aumentando la produzione di *yin* da parte degli organi, ma oltre un certo limite questo meccanismo di compenso si va via via esaurendo e compaiono varie manifestazioni cliniche: perdita di appetito (lo stomaco non riesce a trasformare i cibi perché l'energia *yin* della milza è esaurita), fatica a respirare (per eccesso di secchezza a livello di polmone), oliguria con urine scure (per esaurimento dell'energia *yin* dei reni).

SINTOMATOLOGIA

CALORE «PERVERSO» NELLO YANG + VENTO	{ NEI MM. TENDINO-MUSCOLARI (ESTERNO): TIMORE DEL VENTO CEFALEA FEBBRE SETE TRASPIRAZIONE POLSO GRANDE, MUTEVOLE, VUOTO
CALORE «PERVERSO» NELLO YIN	{ NEI MM. PRINCIPALI (INTERNO): COMA IMPROVVISO TINTA GRIGIA SUDORI FREDDI ABBONDANTI POLSO NASCOSTO
ALTRE FORME	{ YANG-CALORE (INSOLAZIONE): CALORE INTERNO, RESPIRAZIONE BREVE - PIROSI - POLLACHIURIA CON OLIGURIA, STIPSI O DISSENTERIA - PALPITAZIONI FEBBRE DELIRIO YIN CALORE (ABUSO DI BEVANDE FREDDE, TIMORE DEL FREDDO, FEBBRE, CEFALEA, FORTI DOLORI ADDOMINALI, VOMITO, DIARREA, ARTI DIACCI, POLSO LENTO.
CALORE + UMIDITÀ	{ VERTIGINI, SENSAZIONI DI PESO ALLA TESTA SENSAZIONI DI SOFFOCAMENTO NAUSEA E VOMITO DIARREA ASTENIA E PIGRIZIA

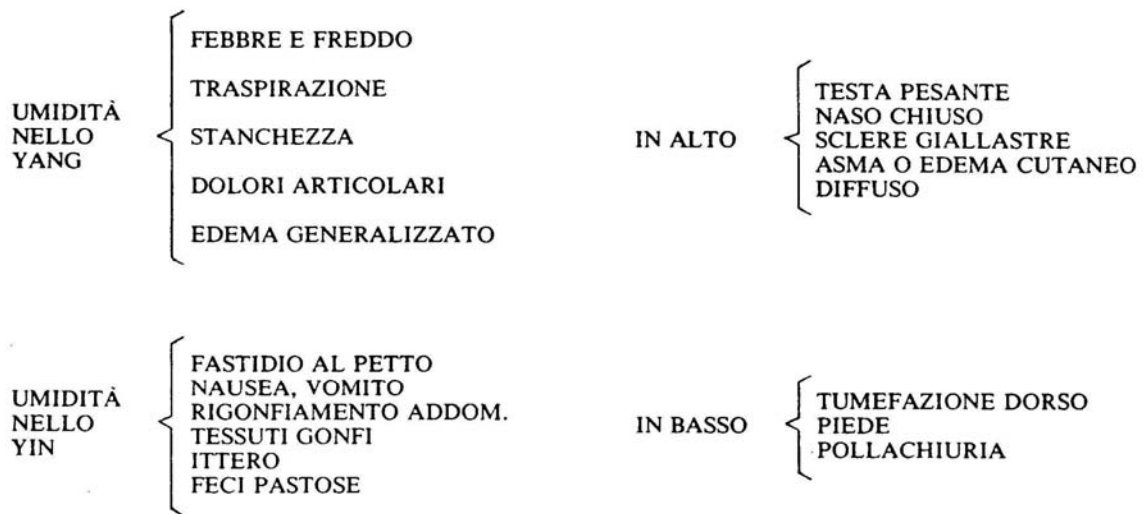
L'UMIDITÀ

È l'energia della fine della estate, quando cioè abbondano le piogge.

È una energia di natura *yin*; attacca prevalentemente il basso del corpo ed è definita “pesante e impura”. L'organo più sensibile all'attacco di questa energia “perversa” è la milza. L'umidità ha le seguenti caratteristiche:

provoca malattie che tendono a cronicizzare e che si aggravano ad ogni cambiamento di clima e di stagione; “se l'umidità è vittoriosa provoca diarrea”. (Suwen, cap. 5°) L'umidità “perversa” sarebbe anche responsabile di malattie della pelle (eczemi, ulcere, ascessi...) e delle leucorree purulente e maleodoranti.

SINTOMATOLOGIA



- UMIDITÀ + FREDDO: FEBBRE
 TIMORE DEL FREDDO
 CORPO PESANTE
 DOLORI ARTICOLARI
 NON SUDORE
 POLSO SUPERFICIALE
- „ + VENTO: FEBBRE
 DOLORI ERRATICI
 TRASPIRAZIONE
 TIMORE DEL VENTO
- „ + CALORE: ASTENIA
 DOLORI ARTICOLARI
 FREDDO ALL'INIZIO POI FEBBRE CONTINUA
 SETE
 LINGUA GIALLA
 POLSO SUPERFICIALE E RAPIDO
- „ + CALORE
 LATENTE: OPPRESSIONE
 NAUSEA
 VOMITO
 DIARREA

LA SECCHENZA

È l'energia dell'autunno; è una energia di natura *yang*, che attacca soprattutto la parte superiore del corpo.

“Se la secchezza è vittoriosa provoca disseccamento” (Suwen, cap. 5°) Essa tende a consumare lo *yin* (liquidi) del corpo e soprattutto quello dei polmoni, che sono le strutture più sensibili a questa energia.

SINTOMATOLOGIA

MALATTIA DEL POLMONE
CON DISSECCAMENTO DEL
SUO LIQUIDO ORGANICO

GOLA, LABBRA, BOCCA, NASO SECCHI
SETE
PELLE SECCA, SCREPOLATA, FISSURATA
URINE SCARSE
STIPSI, FECI SECCHIE

MALATTIE DA CALORE
E SECCHENZA (CALDO
DI FINE ESTATE PER-
SISTENTE IN AUTUNNO
SENZA PIOGGIA)

FEBBRE
SETE, SUDORI
NARICI SECCHIE
DOLORI AL PETTO - TOSSE - CATARRO CON SANGUE
ENERGIA CHE RISALE VERSO L'ALTO DEL CORPO

MALATTIE DA VENTO
E SECCHENZA (FINE
AUTUNNO FRESCO
E VENTOSO)

CEFALEA LIEVE
TIMORE DEL FREDDO
TOSSE, NASO CHIUSO
TRASPIRAZIONE

IL **F**UOCO

È l'energia calore al massimo della sua manifestazione; provoca essiccamento dei liquidi organici e danneggiamento dello *yin* dell'organismo.

SINTOMATOLOGIA

IPERTERMIA ACCOMPAGNATA DA DELIRIO E COMA
POLIDIPSIA
GOLA BRUCIANTE
OCCHI E FACCIA ROSSA
POLSO RAPIDO

Anche altre energie perverse, quali il vento e la secchezza possono provocare distruzione dei liquidi organici e manifestarsi con i sintomi del fuoco, preferibilmente a carico dell'organo che è più sensibile a quella data energia.

L'eccesso di secchezza si manifesta con sintomi di tipo "fuoco" soprattutto a carico dei polmoni, l'eccesso di vento soprattutto a carico del fegato.

Va ricordato infine, che al fuoco perverso sono da attribuire malattie quali ascessi ed antraci e, inoltre rosolia e scarlattina. Invece, malattie pestilenziali come il colera, la peste ed il vaiolo sarebbero da attribuire all'associazione di un caldo particolarmente "perverso" con l'umidità.

LE ENERGIE “PERVERSE” CURIOSE

Sono energie che manifestano una “perversità” anomala rispetto alle altre energie cosmiche. Esse infatti inducono una patologia che è indipendente dal variare delle stagioni e non si modifica con l'età del malato. Esse inoltre sono contagiose e/o tossiche. Si possono, secondo Chamfrault, classificare in due gruppi:

- quelle dovute a manifestazioni anomale del vento, del calore o della pioggia;
- quelle che sono dovute alla putrefazione.

Secondo altri AA. (Lanza-Gurion) esse “rappresentano tutte le cause microbiche sia che si tratti di virus, di parassiti di batteri, di funghi o di altro ancora”.

CAUSE INTERNE – FATTORI PSICHICI

I fattori psichici sono stati emotivi che hanno sede negli organi e vengono chiamati “I sette sentimenti” (*Qi Qing*). Il numero 7 è il simbolo della forza che si irradia e che è pertanto difficile da controllare. Il fatto che le emozioni siano 7 vuole evidenziare come i sentimenti siano qualcosa di molto potente, ma difficile da governare e possano quindi esplodere in modo improvviso. Inoltre il numero 7 rappresenta l’orientamento; in particolare le 6 direzioni spaziali più il centro: ciò significa che i 7 sentimenti ci orientano nelle scelte, ci consentono di dare una risposta agli stimoli esterni, ci indicano in una parola la strada da seguire.

I 7 sentimenti sono ovviamente parte della vita dell’uomo e non sono quindi di per sé fattori o cause di disarmonia. Lo divengono quando sono eccessivi o permangono a lungo, soprattutto quando non si è consapevoli della loro esistenza, cosicché divengono repressi, causando stagnazione dell’energia.

In realtà, l’eccesso di un sentimento può essere sia causa che conseguenza di uno squilibrio. Ad esempio, la paura, alla lunga, genera un deficit dell’energia dei reni, ma d’altro canto un indebolimento dei reni può generare uno stato di paura. Le distinzioni sono quindi utili, ma sempre riduttive. Inoltre, l’eccesso di qualsiasi sentimento tende a “consumare” lo *yin* del corpo e, col passare del tempo, a generare calore (o meglio, falso calore) e fuoco, creando un circolo vizioso dal quale è difficile uscire senza un aiuto esterno.

Ogni sentimento ha un’azione specifica sul *qi* ed è collegato a uno o più *zang* (organi):

- La collera fa salire il *qi* e colpisce il fegato
- La gioia eccessiva abbassa il *qi* e colpisce il cuore
- La riflessione “annoda” il *qi* e colpisce la milza
- La preoccupazione colpisce la Milza e il polmone
- La tristezza dissolve, disperde il *qi* e colpisce il polmone
- La paura fa scendere il *qi* e colpisce i reni
- Lo shock “scatta” e colpisce rene e cuore

In generale tutti i sentimenti, quando non sono consapevolmente percepiti, o eccessivi, tendono a rimanere repressi, generando stagnazione di *qi* che a lungo andare consuma lo *yin* del corpo, generando come si è detto falso calore e fuoco, creando un circolo vizioso, in quanto il calore tende a mantenere l’eccesso del sentimento. Così, nel corso della vita, tutte le emozioni, i sentimenti, espressi o meno, si accumulano, consumando il nostro *yin*; questo col passare degli anni, si esaurirà, finché diverremo “puro fuoco”, scomparendo. Si passa cioè dall’Acqua, *yin* e generatrice di vita, al Fuoco, *yang*, che la dissolve.

COLLERA (NU)

“In stato di collera che si gonfia, ci si turba e smarrisce, e non vi è più controllo” recita il Cap. 8 del Ling Shu. In realtà il termine cinese per “collera” racchiude una vasta gamma di emozioni come: risentimento, frustrazione, irritazione, indignazione, animosità e amarezza. Queste condizioni, se permangono a lungo all’interno dell’individuo senza che ne sia consapevole, vanno a colpire il fegato generando:

- a) Stagnazione del *qi* di fegato o del sangue del fegato
- b) Risalita del fuoco di fegato.

Facilmente la stagnazione del *qi* può portare alla risalita del fuoco di fegato. Infatti la collera svuota lo *yin* attraverso l’eccesso di *yang*; essendo originata da una turba del fegato avrà un’energia potente ed espansiva come quella della primavera, e inoltre, essendo *yang*, tenderà a liberarsi verso l’alto con violenza. Ecco allora l’insieme dei segni della tipica patologia di fegato: mal di testa pulsante (laterale o di vertice), vertigini, acufeni, faccia e occhi rossi, fotofobia, lingua rossa, sapore amaro in bocca, contratture muscolari, e in alcuni casi anche sfoghi di violenza fisica.

Se però il risentimento e la collera sono molto repressi e nascosti, anziché questi sintomi da eccesso che si libera in alto, potremo avere sintomi opposti, quali pallore e depressione cronica, che indicano come la collera si sia diretta verso l’interno anziché verso l’esterno.

Il permanere a lungo della collera può ovviamente danneggiare tutti gli altri organi, ma colpisce in prima istanza il rene: sempre il Cap 8 del Ling Shu ci rammenta che “quando i reni sono in preda alla collera produce un attacco alla Volontà (che è l’aspetto psichico del rene). Sappiamo poi che la stagnazione del *qi* di fegato va a invadere la milza e lo stomaco con le patologie tipiche di questi organi (problemi digestivi, diarrea o stitichezza, nausea, vomito etc).

GIOIA (XI)

“In stato di allegria e gioia, gli *Shen* si spaventano e si disperdono, pertanto non vi è più tesaurizzazione” (Ling Shu, Cap. 8). La gioia ha in MTC due significati:

- a) Da una parte è lo stato armonioso ed equilibrato di uno spirito in pace con se stesso e col mondo: “La gioia rende lo *shen* in pace e rilassato, giova al *qi* e fa sì che il *qi* scorra” (So Wen, Cap.39)
- b) Da un altro lato indica lo stato patologico da eccesso di questo sentimento, inteso come sovraeccitazione e ipereccitabilità, che danneggia la delicata armonia del cuore.

In questo senso, gioia eccessiva e collera sono strettamente legati, così come lo sono il fegato e il cuore, che sono i due organi più legati alle manifestazioni emotive:”La gioia e la collera nuocciono all’energia...la collera brutale nuoce allo *yin*, la gioia brutale allo *yang*; queste due energie in eccesso provocano ipertensione e

nuocciono alle forme. Se non siamo maestri di gioia e collera, la vitalità ne risentirà” (So Wen, Cap. 5).

La natura fisiologica della gioia è quella di diffondere (come anche il maestro del cuore che porta i rallegramenti a tutti i sudditi), la sua patologia è la dispersione. E’ questa dispersione che porta alla mancanza di tesaurizzazione delle essenze (*jing*), che in ultima analisi condurrà alla perdita della vita stessa.

La nostra società occidentale è molto portata a esaltare gli eccessi delle emozioni piacevoli di qualsiasi natura (che nuocciono al cuore) e tende a produrre, ma anche reprimere fortemente, la collera (che nuoce al fegato). Ecco perché è così frequente trovare persone che presentano segni di turbe di cuore e di fegato.

***T*RISTEZZA (*BEI*) E *P*ROSTRAZIONE (*YOU*)**

Il So Wen (Cap. 39) afferma:”La tristezza e la prostrazione provocano la costrizione e agitazione del calore e la dilatazione dei polmoni, l’energia riscaldatore superiore si ostruisce, il *qi* non circola liberamente e si disperde a poco a poco”. Da questo brano si evince che l’azione della tristezza sul polmone avviene per tramite del cuore, e si ricorda che vi è uno stretto legame tra cuore e polmone, che insieme costituiscono il riscaldatore superiore; segni tipici di accompagnamento sono quelli di deficit del polmone, ossia respiro corto, astenia, depressione, pianto e amenorrea.

Il Cap. 8 del Ling Shu aggiunge: “In stato di tristezza e di afflizione, ci si turba al centro; vi è inaridimento, interruzione e la vita si perde”. Anche la tristezza è un’emozione non considerata patologica, se contenuta entro certi limiti e collegata ad eventi oggettivi della vita reale: ciò che la rende patologica è il suo sviluppo incontrollabile, che porta alla perdita della gioia di vivere, di cui essa rappresenta l’opposto. La perdita della gioia di vivere conduce all’indebolimento del centro, inteso come nucleo vitale, la fonte della vita si inaridisce, ci si lascia volutamente deperire anche fino alla morte, e questo rappresenta l’aspetto potenzialmente suicidiario (o comunque autolesionistico) della depressione a tipo metallo.

***O*SSESSIONE (*SI*) E *P*REOCCUPAZIONE (*LU*)**

Sempre il Cap. 8 del Ling Shu ci ricorda che “In stato di oppressione e di pena il *qi* si chiude e si blocca, pertanto non vi è più circolazione”. Chiudere e bloccarsi esprime bene il movimento del pensiero ossessivo, della riflessione che dal centro non si muove più verso l’azione ma resta chiusa in se stessa in un movimento circolare che non permette la diffusione. E continua:”Quando la milza è in preda all’oppressione e alla pena senza potersene liberare, si produce un attacco al proposito (l’aspetto psichico della milza)... si è turbati fino al più completo disordine”. Essendo turbato il proposito, non si sa più cosa si vuole (la Volontà è appannaggio dell’Acqua, e questo turbamento secondario della volontà è leggibile come superinibizione della Terra sull’Acqua); vi è confusione e disorganizzazione,

abbiamo perso il nostro centro. Questa turba è associata alla milza, ma può colpire di fatto più organi e in particolare il polmone (legato alla milza dalla legge Madre-Figlio, o anche dal rapporto alto-basso all'interno del livello *tai yin*), che troverà impedita la sua funzione di spinta del *qi*, ma anche il fegato, nella sua funzione di armoniosa diffusione di *qi* e sangue.

Uno dei fattori che favorisce l'ossessione (che in ultima analisi è rimuginazione, ossia eccesso di riflessione) è il troppo lavoro mentale, che tende a privare la persona del suo radicamento con la Terra; tutto questo indebolisce la milza causando perdita di appetito, astenia e feci molli. Anche questa è patologia molto comune nella nostra società, così centrata sul lavoro mentale non bilanciato da un'adeguata attività fisica e con uno scarsissimo contatto con la terra, perlomeno per chi vive nei grandi centri urbani.

Per quanto concerne la preoccupazione, il Ling Shu (Cap. 8) ci insegna: "Apprensione e ansietà, pensieri e preoccupazioni portano attacco allo *Shen*: colpito lo *Shen*, sotto l'effetto della paura e del timore, vi è scorrimento, fuoruscita senza arresto". La preoccupazione genera stagnazione ed è una miscela di pensosità e di ansia: ecco perché colpisce sia la milza che il polmone. Ci si preoccupa perché c'è uno stato ansioso sottostante, ma questa ansia si manifesta con pensiero ossessivo: ecco la preoccupazione, che genera stagnazione a livello del riscaldatore superiore (polmone) e medio (milza), con segni fisici quali:

- Polmone: respiro superficiale e bloccato, spalle sollevate, collo rigido
- Milza: difficoltà digestiva e blocco del diaframma

Apprensione e ansia passeggiere non sono particolarmente nocive, è ancora una volta il loro perdurare che le rende pericolose. Gli organi bersaglio sono milza e polmone, ma anche il cuore ne è immediatamente colpito ("portano attacco allo *Shen*") e dal cuore al rene ("sotto l'effetto della paura e del timore"). Se il cuore è colpito, poiché la sua natura è di diffondere, la patologia si propagherà direttamente allo *Shen*, vi è allora scorrimento e fuoruscita senza arresto: siamo al panico, che implica una turba sia di cuore che di rene.

***P*AURA (*KONG*) E *T*IMORE (*JU*) E *T*ERRORE O *P*ANICO (*JING*)**

Ancora il Cap. 8 del Ling Shu ci dice: "In stato di paura e timore, lo *Shen* si agita e si spaventa, pertanto non si può più contenere". Vi è qui la ripresa di quanto appena detto: paura e timore sono legati al rene, ma destabilizzano immediatamente lo *Shen* e quindi il cuore, o in altri termini, la turba delle essenze (*jing*) colpisce lo *Shen*. Se la preoccupazione colpisce il riscaldatore superiore e il riscaldatore medio, la paura colpisce prevalentemente l'inferiore: difatti la grande paura porta alla perdita del controllo degli orifizi inferiori. Il Cap. 39 del So Wen aggiunge: "La paura consuma il *jing*, provoca il blocco del riscaldatore superiore, l'energia del riscaldatore superiore non può più passare (il *qi* non può scendere al riscaldatore medio), l'energia non circola più".

Il panico (o terrore) blocca la circolazione del *qi* e colpisce principalmente il cuore che va in deficit, con segni quali insonnia, mancanza di respiro, palpitazioni. Colpisce però anche i reni, perché l'organismo utilizza il *jing* per recuperare le energie brutalmente consumate nello shock, con conseguente comparsa dei sintomi di deficit del rene quali sudorazione notturna, bocca secca, acufeni.

<u>AZIONE DEI 7 SENTIMENTI SUL QI</u>		
<u>NOME</u>	<u>SENTIMENTO</u>	<u>AZIONE SUL QI</u>
NU	Collera	Fa salire in alto il <i>qi</i>
SI	Ossessione	Concentra, rallenta, annoda il <i>qi</i>
BEI	Tristezza	Consuma il <i>qi</i> e non lo distribuisce
XI	Gioia	Rende il <i>qi</i> dolce e armonioso, lo rallenta e lo rilascia, ma infine lo esaurisce
YOU	Prostrazione	Inibisce e ostruisce la circolazione del <i>qi</i>
KONG	Paura	Fa scendere il <i>qi</i> in basso e all'interno
JING	Terrore	Dà disordine e confusione nella circolazione del <i>qi</i>

BIBLIOGRAFIA

- 1) Larre C, Rochat de la Vallée E (a cura di): *Ling Shu, la psiche nella tradizione cinese*. Jaca Book-So Wen, Milano, 1994
- 2) Husson A (a cura di): *Huang Di Nei Jing So Wen*. Asmaf, Paris, 1973
- 3) Corradin M, Di Stanislao C: *Lo psichismo in medicina energetica*, ASMA, Roma, 1995
- 4) Bottalo F, Brotzu R: *Fondamenti di medicina tradizionale cinese*. Xenia, Milano, 1999
- 5) De Berardinis D, Di Stanislao C, Corradin M, Brotzu R: *Organi e visceri in medicina cinese*. Bimar-San Li, Roma 1992
- 6) Van Nghi N, Recours-Nguyen C: *Medicina Tradizionale Cinese (Trad. A. Cignolini)*. Unicopli, Milano, 1986
- 7) Di Concetto G, Sotte L, Pippa L, Muccioli M: *Trattato di agopuntura e di Medicina cinese*. UTET, Torino, 1992
- 8) Morandotti R: *L'uomo tra lo yin e lo yang: adattamento, modulazione, disarmonia*. Atti XI Convegno ALMA "I cinque movimenti", Milano, 06.11.1993



LA DIETETICA IN MTC

INTRODUZIONE

Si tratta di una dietetica energetica. Come visto in precedenza, l'ideogramma di energia è rappresentato da una parte che indica il germoglio di riso che sboccia e da una parte il vapore che sale. Nel concetto di energia c'è quindi il concetto di cereale, che è la base di tutta la nutrizione.

La dietetica si basa sull'apporto di *qi*, di energia *in*, che dà luogo a tutta la dialettica dei sapori, e di energia *jing*, cioè quell'energia sottile che nutre le potenzialità profonde dell'organismo, ossia quell'energia che viene distillata dallo stomaco e immessa come riserva nei reni e nei vari organi, e che rappresenta il *jing* acquisito. L'alimentazione che sfrutta alimenti ricchi di *jing* o comunque alimenti che non impoveriscono il *jing* innato, come può capitare per esempio utilizzando cibi dal sapore tossico (zucchero raffinato, farina bianca, etc.), non cade nell'errore di richiedere un eccessivo consumo di *jing* innato; in più, permette alla lunga di fare della dietetica una pratica di longevità.

L'alimentazione deve avere anche la funzione di sincronizzare la struttura energetica con il macrocosmo: infatti, per assumere il massimo del *jing*, è necessario nutrirsi di alimenti della propria zona, della stagione attuale, etc. L'uomo resta quindi sincronizzato coi tempi e coi luoghi nei quali vive.

E' anche importante ricordare che per la dietetica cinese l'apporto qualitativo è di gran lunga più importante di quello quantitativo. L'uomo cinese può essere lo *Tchong Ren*, cioè l'uomo che vive secondo le leggi corrette dell'universo, oppure lo *Zhong*

Ren, cioè l'uomo che non segue queste leggi. E l'uomo che mangia in modo scorretto, qualitativamente e quantitativamente, è uno *Zhong Ren*.

Inoltre, al giorno d'oggi gli alimenti non corrispondono quasi più agli ideali dei sapori-tipo: un esempio ne è la pesca, classificata come piccante in quanto vicino al nocciolo la polpa ha questo sapore; però sono stati fatti tanti ibridi e innesti, che oggi come oggi non si è più così sicuri di quale sia il sapore vero della pesca. Esempi analoghi valgono per altri alimenti. Bisognerebbe procedere a una riclassificazione di tutti gli alimenti, tenendo presente che, per fare ciò, il cuore deve essere in pace e la milza corretta. Ciò sta alla base di eventuali discordanze tra diversi Autori.

CLASSIFICAZIONE DEGLI ALIMENTI

Per classificare gli alimenti, è bene partire dal lato più yang, cioè dagli odori, o *Wei qi*, che è quella forma di sapore particolarmente sottile con cui il cielo alimenta l'uomo.

Gli odori hanno un'azione sul TR superiore, e hanno una funzione di tipo aperitivo e stimolante. Essi si dividono in esalazioni, emanazioni e profumo.

	LEGNO	
ESALAZIONI		= YANG
	FUOCO	

	METALLO	
EMANAZIONI		= YIN
	ACQUA	

PROFUMO	TERRA	= YANG/YIN equilibrati
---------	-------	------------------------

- Per quanto riguarda il Legno, le esalazioni corrispondono a odori generalmente sgradevoli, corrispondenti a quelli dei cibi fermentati (come lo yogurt, i lieviti e i formaggi molto fermentati).
- Il Fuoco corrisponde invece all'odore del bruciato, del grigliato, dell'arrostito, del torrefatto.
- Il Metallo corrisponde all'odore della carne cruda, frollata e all'odore di alcuni ortaggi dall'odore molto forte, come ad esempio la cipolla, l'aglio, il cavolo, le verze, i ravanelli.
- L'Acqua corrisponde all'odore dei funghi appena colti.
- La Terra corrisponde al miglio fermentato, o anche alla frutta in generale (soprattutto quando la frutta è stata portata via).

La parte più propriamente terrestre degli alimenti è costituita da: *Jing*, *Wei* che è il sapore (non l'energia oè), il *Qi* vero e proprio (ossia l'energia dell'alimento), e non deve prescindere dalla teoria dei meridiani destinatari.

Secondo quest'ultima teoria, un alimento introdotto nell'organismo ha un'azione generale, ma svolge anche un'azione particolare a livello di un certo meridiano, per cui nella scelta degli alimenti è necessario tenere conto del loro tropismo, soprattutto se si vuole fare una dietoterapia per affezioni di meridiano.

In dietetica è anche importante tenere presenti i movimenti indotti dagli alimenti: possono essere movimenti di innalzamento, abbassamento, interiorizzazione ed esteriorizzazione. Questo perché con gli alimenti si può cercare di opporsi alla patologia (se ad esempio il calore ristagna all'interno, si cercherà di esteriorizzarlo con alimenti che esteriorizzano, e così via).

Altra caratteristica del cibo è la forma (*Xing*), ovverosia le caratteristiche organolettiche con cui si presenta, che non sono da sottovalutare quando si tratta di "creare" una ricetta dovendo usare alimenti non usuali (come i semi di pistacchio, le bucce di mandarino, etc.). Altro esempio è il seguente: l'alimento più ricco di *jing* è rappresentato dai funghi, che però hanno una natura fredda, che quindi tenderà a dare un rallentamento, se non un blocco, della circolazione dell'energia; se però noi abbiamo un paziente neoplastico, i funghi devono essere in qualche modo trattati, perché se è vero che contengono tanto *jing*, è anche vero che contengono molto freddo (e la patogenesi energetica delle neoplasie si fonda su un ristagno della circolazione dell'energia da deficit di milza). Il problema può essere risolto dando i funghi trifolati, ossia unendo il prezzemolo, che modifica la natura fredda del fungo tramite il calore che apporta.

Un cenno a parte merita il latte, alimento di natura neutra, talora fresca o fredda, che determina la formazione di catarri energetici, ma anche di catarri respiratori, per cui ad esempio nei bambini che hanno frequentemente raffreddore, è opportuno per prima cosa eliminare il latte e i derivati; in ogni caso, per modificare questa natura fredda del latte, si può riscaldarlo; oppure si può scegliere il latte di capra.

Il *JING*. E' quella parte dell'energia che funziona da motorino di avviamento: è la scintilla che avvia il metabolismo di tutto l'organismo. Attraverso il *jing* passa la sincronizzazione con le stagioni e coi luoghi in cui si mangiano certi cibi. Il *jing* è massimo negli alimenti freschi, nelle uova gallate, e tende a diminuire man mano che si procede con la conservazione; ecco perché il formaggio non è da consigliare (esso è infatti poverissimo di *jing*): è un alimento cotto e conservato, e per di più deriva dal latte: è di conseguenza un alimento che tende a nutrire la forma, e non l'energia.

Il *jing* è legato al luogo di produzione, nel senso che si dovrebbe sempre mangiare alimenti del luogo dove si vive.

S'è detto che il *jing* si degrada abbastanza rapidamente, per cui gli alimenti vanno consumati freschi. Però chi vive nelle grandi città deve scontrarsi con il problema della conservazione degli alimenti. Poiché però il *jing* può essere

conservato con la surgelazione, è probabile che fra i vari metodi di conservazione, il migliore sia la catena del freddo.

Il sapore *WEI*. I sapori sono classificabili in 4 categorie:

- 1) sapori sottili (*yang* nello *yang*), che corrispondono al sapore aromatico, come quello contenuto nella frutta, nei vegetali (sapore dolce della zuccina, della carota);
- 2) sapori moderati (*yin* nello *yang*), come i cavoli e le verze;
- 3) sapori pronunciati (*yang* nello *yin*), come l'aglio, la cannella, i chiodi di garofano;
- 4) sapori tossici (*yin* nello *yin*), come l'aceto (acido), il caffè, il tabacco, il cioccolato (amari), lo zucchero e derivati (dolce), gli alcolici (piccante), e i prodotti conservati sotto sale, come gli insaccati (salato).

Quelli tossici hanno bisogno di molto *jing* innato per essere assimilati, e hanno un impatto energetico molto intenso. Devono essere considerati come dei medicinali, non come alimenti proibiti, e come tali devono essere usati in piccole quantità. Per esempio, l'amaro tossico è emetico; se si deve invece purgare del calore si usa il sale amaro, ossia due sapori che hanno una forte azione sul TR.

Si sa che i sapori fondamentali sono 5: agro (fegato), amaro (cuore), dolce (milza), piccante (polmone), salato (rene). Vi sono però da aggiungere altri due sapori: l'astringente, che può essere ricondotto all'agro/acido, e l'insipido, che può essere ricondotto al dolce.

E' ora importante vedere come il sapore si collega ai vari organi, e come interagiscono. Per fare ciò, bisogna ricordare quali sono le attività dinamiche dei vari organi e dei vari sapori:

- Fegato: dissipante, esteriorizzante, ama la dispersione
Acido: collettore, astringente
- Cuore: ammorbidente (il cuore ama la circolazione dell'energia)
Amaro: indurente
- Milza: armonizzante
Dolce: armonizzante (è un'eccezione, in quanto di solito l'organo e il sapore corrispondente hanno azioni opposte)
- Polmone: interiorizzante, collettore
Piccante: diaforetico, dissipante
- Rene: indurente, stabilizzante
Salato: ammorbidente (come le salamoie)

Il capitolo 76 del LING SHU parla anche di sofferenze specifiche per ciascun organo. Il fegato, per esempio, soffre la compressione, perché è dissipante: e può

essere necessario usare sapori armonizzanti, che non sono né disperdenti né tonificanti. Nell'esempio in questione, la compressione si rimedia col sapore dolce, che è rilassante.

ORGANO	AZIONE SOFFERTA	RIMEDIO
Fegato	Compressione	Dolce
Cuore	Rilasciamento	Acido
Milza	Umidità	Amaro
Polmone	QI offensivo verso l'alto	Amaro (perché disperde il QI)
Rene	Secchezza	Piccante

Ora è possibile fare una tabella sinottica per considerare l'impatto energetico del sapore (il sapore nutre l'organo). Bisogna distinguere l'organo in due parti: l'energia (*yang*) e la forma (*yin*), ossia il *QI* e il *XING*. I sapori non specificati come forti si intendono sottili:

YANG			YIN		
ORGANO	TONIFIC	DISPERS	ARMONIZ	TONIFIC	DISPERSIONE
Fegato	Piccante	Acido	Dolce	Acido sottile	Acido forte - piccante forte
Cuore	Salato	Amaro - dolce	Acido	Amaro sottile	Amaro - dolce - piccante - salato forte
Milza	Dolce	Amaro	Salato - amaro	Dolce sottile	Acido - dolce - amaro - salato forte
Polmone	Acido	Piccante	Amaro	Piccante sottile	Piccante - amaro forti
Rene	Amaro	Salato	Piccante	Salato sottile	Salato - dolce - piccante - amaro forte

Va anche considerata l'azione complementare dal punto di vista farmacologico dei sapori:

- Acido: astringente, retraente, immobilizzante, e secondariamente evacuante-purgativa
- Amaro: dissecante, disperde il *qi* che sale, emetizzante (per vomitare, caffè e limone), evacuante-purgativo
- Dolce: rilassante, tonificante, dissipante e diaforetico
- Piccante: umidificante dei reni, mobilizza e fa circolare, diaforetico
- Salato: evacuante e purgativo
- Insipido: è diuretico
- Astringente: rientra nel sapore acido

Energie degli alimenti. L'energia dell'alimento si divide in *qi* intrinseco e acquisito. Nella categoria del *qi* intrinseco mettiamo l'appartenenza allo *yin* o allo *yang*, la natura, la destinazione del meridiano, e i movimenti.

Il *qi* acquisito diventa tale tramite la preparazione, la presentazione e la conservazione: tutte queste manovre possono conferire energie particolari all'alimento (per esempio, nei ristoranti cinesi l'alimento è tagliato in fettine molto sottili, allo scopo di aumentare il *qi*), anche per lo strumento usato (di metallo, di legno, etc.) per la manipolazione.

YIN e *YANG*. Gli alimenti sono classificabili in 4 categorie:

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------|
| 1) <i>yang</i> di <i>yang</i> | 3) <i>yang</i> di <i>yin</i> |
| 2) <i>yin</i> di <i>yang</i> | 4) <i>yin</i> di <i>yin</i> . |

- 1) Allo *yang* di *yang* appartengono quelli che sono nell'aria e crescono verso l'alto, e magari hanno un movimento di caduta verso lo *yin*, come i cereali, le spighe, e le carni.

Bisogna però tenere conto di tutti gli altri parametri, come il sapore (la carne è neutra) e la natura (calda), mentre i cereali sono neutro-amari e tiepidi.

Poi vi è anche consequenzialità negli alimenti da assumere:

- a) adiuvanti (stimolano l'appetito e il metabolismo), il cui esempio tipico è la frutta;
 - b) nutrienti, ossia i cereali;
 - c) sazianti (alimenti che fanno il riempimento), ossia le verdure;
 - d) tonificanti (carni), che però sono facoltativi.
- 2) *Yin* di *yang*: sono alimenti che dallo *yin* salgono verso lo *yang*, come l'insalata e le verdure a foglia che crescono esternamente. Anche il latte, perché dall'interno (*yin*) esce verso l'esterno per nutrire i cuccioli.
 - 3) *Yang* di *yin*, come le radici, che vanno verso il basso. Molto ricche di energia, vengono dall'interno. Anche le uova.
 - 4) *Yin* di *yin*: tuberi e i grassi, che sono prodotti di stoccaggio.

NATURA. La natura dei cibi definisce la capacità di attivazione della struttura energetica dell'organismo e viene espressa con l'indicazione dell'impatto termico:

- a) vi sono alimenti freddi (alghe, funghi), che avranno quindi un impatto bloccante sull'energia, e infatti si riferiscono al movimento Acqua;
- b) i cibi freschi sono in relazione col movimento Metallo;
- c) i cibi neutri sono quelli da preferire (in relazione alla milza-terra);
- d) cibi tiepidi;
- e) cibi caldi.

La natura rappresenta l'impatto energetico, non la temperatura di presentazione dell'alimento: per esempio, il latte è di natura fredda, anche se questa caratteristica può essere attenuata dal riscaldamento; il fungo è anch'esso di natura fredda, anche se possiamo modificarlo aggiungendo pepe, o trifolandolo.

MOVIMENTI. Sono quelli di salita e discesa, interiorizzazione e esteriorizzazione.

- a) Salita e esteriorizzazione: fanno salire lo *yang*, liberano il *BIAO* (superficie), disperdono il vento-freddo, producono il vomito, aprono gli orifici del corpo e deisensi. Sono alimenti in genere caldi o tiepidi, di sapore piccante e dolce (un esempio è la miscelazione di zenzero e miele)
- b) Discesa e interiorizzazione: abbassano lo *yang*, favoriscono la purgazione e la diuresi, facilitano la digestione, eliminano il calore, e placano il vento interno del fegato. Eliminano gli accumuli, invertono il *qi* controcorrente (*QI NI*), pacificano lo spirito. Sono in genere di natura fredda o fresca e di sapore amaro, agro o salato.

Va ricordato che la natura e le altre caratteristiche dei cibi sono utili anche nelle astenie: per l'astenia psichica sono indicati sapori sottili, per quella fisica i sapori devono essere moderati o pronunciati, cioè più *yin*: questo perché nel lavoro psichico si ha un deficit di energia, nel lavoro fisico un deficit di massa, di *yin*, di materia.

FORMA. Viene data anche molta importanza alla preparazione degli alimenti, in modo da fornire più energia al paziente, anche per coadiuvare l'azione dell'agopuntura, che da sola, se c'è poca energia, può fare ben poco.

Tra i caratteri organolettici, consideriamo il colore, la consistenza, l'idratazione e la temperatura al consumo.

- a) Il colore è la parte *yang* della forma, quindi i colori *yang* appartengono alla categoria di azioni che conferisce tonicità. Se ad esempio abbiamo un paziente astenico, *yin*, non gli daremo cavoli neri, ma una bella insalata mista di carote, pomodori e insalata
- b) Vi sono 5 tipi di consistenza:
 - *HE*, come il nocciolo dell'albicocca, riferita al legno
 - *LUO*, che è la consistenza di alimenti fibrosi, come la liquirizia in bastoncino (fuoco)
 - *ROU*, che è la consistenza carnosa (terra)

- *KE*, che appartiene al metallo, corrisponde al croccante
 - *RU*, succosa, riferita all'acqua, come l'ananas
- c) Idratazione: alcuni alimenti sono molto idratati, come la frutta, gli ortaggi, alcune carni (di lumache, di alcuni pesci), e questi hanno un sapore sottile, e sono più indicati d'estate e nei climi caldi
 Gli alimenti poco idratati (cibi secchi) sono indicati d'inverno e nei climi freddi
- d) la temperatura al consumo è importante perché ha un impatto sul TR.
 Gli alimenti possono essere caldi, freddi, gelati
 I primi stimolano il TR nel suo complesso. I secondi lo rallentano. Quelli gelati lo bloccano (congestione).
 Gli alimenti bollenti disperdono il TRi (KI, BL, SI, LI) e gli organi genitali. Quelli caldi tonificano il TRi e il KI. Gli alimenti tiepidi disperdono il TRm. Quelli freddi tonificano il TRs, in particolare il cuore. Quelli gelati disperdono soprattutto il polmone oltre a bloccare tutto il TR.

Sulla forma e sul *qi* dell'alimento si può intervenire con la cottura, le manipolazioni e le trasformazioni, le associazioni (trifolatura) e le conservazioni.

- Per la cottura si considera l'azione del fuoco, dell'acqua, e della terra. Il fuoco può essere utilizzato da solo (grigliature), con acqua (lessi) o con vapore acqueo, oppure con la terra (grassi per i fritti).
- Le trasformazioni sono quelle per meccanismo interno all'alimento (come l'affumicatura, l'essiccamento (fuoco); la fermentazione, per attivare la componente legno; la macerazione, per la componente terra; l'essiccamento (metallo); congelazione, raffreddamento, diluizione, stemperamento (per attivarne la componente acqua).

Le manipolazioni sono invece legate agli strumenti esterni: al legno è legato l'uso di utensili di legno (mescolatura, battitura); alla terra è l'uso di recipienti di terracotta; al metallo è l'uso di pentole metalliche o il coltello, la grattugia e altri utensili.

- Tra le conservazioni, per il legno abbiamo le conserve sottaceto; col fuoco, gli alimenti affumicati; la conservazione con la terra si basa invece sul sott'olio (o con zucchero, come lo zenzero candito); per il metallo, gli alimenti essiccati e sotto spirito; per l'acqua, abbiamo le salamoie e la refrigerazione.

I sapori e il TR. Vediamo ora l'azione dei sapori sulle tre sezioni del TR:

- acido: armonizza e intiepidisce il TRm; ritrae e blocca il TRi
- amaro: blocca i tre TR (emetico)
- dolce: ammorbidisce e umidifica il TRm
- piccante: si dirige al TRs e favorisce la distribuzione dell'energia del TRs
- salato: agisce sul TRm e sul sangue (attraverso il TRm giunge al sangue)

I cereali sono fondamentali, perché rappresentano il nutriente, ossia la base dell'alimentazione. I cinesi pensano che nel corpo ci siano i "tre vermi", che si

nutrono di cereali e poi lo condurranno a morte. Quindi quando si mangiano cereali, si nutre la propria struttura ma anche la propria morte. Quindi quando un anziano pensa di voler aspirare all'immortalità, smette di mangiare cereali, e mangia solo bacche, radici, aguglioli di pino, etc.

Vediamo ora i cereali in rapporto ai 5 movimenti, secondo il SO WEN:

ACIDO	sesamo
AMARO	orzo, frumento (per alcuni l'orzo è dolce)
DOLCE	miglio rosso
PICCANTE	miglio giallo
SALATO	fagiolo

Vediamo ora i 5 frutti:

ACIDO	prugna
AMARO	albicocca
DOLCE	giuggiola (molto tonificante)
PICCANTE	pesca bianca
SALATO	castagna (altri dicono che sia dolce)

Ora le carni e gli ortaggi:

ACIDO	cane	porro cinese (secondo altri è piccante)
AMARO	montone	scalogno
DOLCE	bue	malva fresca
PICCANTE	pollo	cipolla
SALATO	porco	foglie di fagiolo

Errori alimentari. Un'alimentazione scorretta è quasi sempre, se protratta nel tempo, causa di squilibrio energetico, però può anche essere espressione di una malattia pre-esistente: per esempio, se una persona ha un deficit del *qi* di milza, sarà portata a ricercare il sapore dolce, per cui si tonificherà il suo *qi* e lo si aiuterà a guarire, e soprattutto bisogna avvertirlo di non soddisfare il suo desiderio di dolce mangiando sapori tossici (torte, pasticcini, cioccolata, etc.)

Le cause di un'alimentazione scorretta sono:

- 1) Un eccesso di alimentazione tossica, come i "Fast food";
- 2) Abitudini alimentari nocive, come l'eccesso di carne, per esempio, che dà insonnia;
- 3) Risposta scorretta al desiderio legato a un vuoto d'organo, come nell'esempio del *qi* di milza fatto prima: si può avere addirittura un danno sull'organo nipote (nel nostro caso, rene e osso);
- 4) vi può essere anche squilibrio caldo-freddo, come nelle persone che fanno dieta macrobiotica, che hanno segni costanti di calore, in quanto assumono molti cereali e poche verdure, e hanno di conseguenza gengiviti, stomatiti, piorrea;

5) alimentazione scorretta in relazione al luogo e alla stagione, come la papaia, l'ananas e il mango d'inverno.

Altri errori alimentari possono essere dati da sindromi da carenza e da eccesso, quantitative (in relazione ai sapori e al *jing*) e qualitative.

La carenza quantitativa è un'alimentazione insufficiente, che comporta una carenza dello *yin* e dello *yang*, calo ponderale, astenia, offuscamento dello *Shen*, diminuita resistenza fisica e alle energie perverse esterne; si ha consumo delle riserve energetiche, più rapido della *Yuan qi* e *jing qi* innata, e morte per inedia.

La pienezza porta ad un aumento dello *yin* e dello *yang*, quindi ad un aumento delle dimensioni; spesso dell'energia; dei liquidi; della fame e della sete. Poi compaiono i segni di eccesso dello *yin* e dello *yang* a seconda del tipo di alimentazione scorretta (obesità tipo *yin* e tipo *yang*). Compariranno poi le sindromi da complicità di pienezza, come le cardiopatie, l'ipertensione, e poi l'esaurimento, in quanto questa pienezza è gestita comunque da un continuo consumo della *Yuan qi* che viene consumata, per cui, così come il magro muore d'inedia, l'obeso muore per eccesso e ha una aspettanza di vita minore.

Poi vi può essere un danno legato all'eccesso di un sapore, come ad esempio l'eccesso di caffè, che essendo amaro tende a disperdere il cuore, con conseguente insonnia da liberazione dell'energia *yang* del cuore, in quanto il suo *yin* è stato bloccato dal sapore tossico.

In quantità più leggera, ci può essere una certa ansia, in quanto disperde anche le energie del rene.

Per fare un esempio di piccante, c'è il fumo, che essendo piccante e tossico danneggia il polmone; e l'alcool, che invece danneggia il fegato secondo la legge di dominazione (empietment).

Il salato è collegato all'ipertensione perché danneggia il rene.

Il dolce (sempre tossico), danneggia il *qi* di milza (diabete).

L'acido può danneggiare i muscoli (acido lattico) dando dolori e fatica, e può danneggiare anche lo stomaco, provocando gastriti.

Per quanto riguarda la natura degli alimenti, oltre a quanto detto prima riguardo all'eccesso di cereali (caldi) a scapito delle verdure (in genere fredde), bisogna anche considerare che l'uso improprio della natura degli alimenti può generare rallentamenti e blocchi della circolazione dell'energia che poi possono portare ai catarri, spesso prodromici dei ristagni di sangue (*Yu Xue*): per esempio, alimenti troppo freddi possono provocare un ristagno di energia, che poco per volta dà anche un ristagno di sangue; i liquidi non vengono più metabolizzati dall'energia, per cui si ha la produzione di *Tan* e di *yu xue*. Il So Wen definisce queste alterazioni della circolazione "catastrofiche", perché la normale connessione tra i normali *Zang Fu* viene persa, come può essere la patogenesi del coma, caratterizzata dal blocco degli orifici da parte dei *tan*.

Ma i *tan* e gli *yu xue* possono essere anche la base patogenetica della formazione di tumori: ne consegue l'importanza preventiva che può avere la dieta; in particolare, il fatto di inserire sempre sapori piccanti (cipolle, aglio, scalogno, porri) permette di

tenere sempre attiva la circolazione energetica, laddove invece l'uso improprio di zucchero, dolci, caffè etc tende a dare situazioni di ristagno e di *Pei*.

Esiste anche la carenza di *jing*, che si esprime con una scadente qualità energetica a livello di tutti gli organi. Altri segni di carenza di *jing* sono la debilitazione del mentale, anche se non si arriva alla follia, almeno all'inizio. E carenza di *jing* può anche significare carenza di certi elementi, come ad esempio il magnesio, di cui oggi i cereali sono molto poveri a causa di un certo modo di coltivare la terra. Oltre a un mentale più scadente, l'altra caratteristica della carenza di *jing* è rappresentata dalla infertilità.

Infine, altri errori alimentari derivano da una cattiva manipolazione e preparazione degli alimenti, come ad esempio l'uso eccessivo di spezie, che produce alimenti troppo caldi che possono alla lunga nuocere, anche se sono corretti come natura e come sapore; anche la insufficiente masticazione è un errore, perché costringe a un maggiore sfruttamento del *jing* innato.

COSTITUZIONI ENERGETICHE SECONDO IL LING SHU

Sono utili per inquadrare l'utilità della dietetica. Le sei costituzioni sono le seguenti:

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1) Obesi <i>yang</i> | 4) Magri <i>yin</i> |
| 2) Obesi <i>yin</i> | 5) Nervosi <i>yang</i> |
| 3) Magri <i>yang</i> | 6) Nervosi <i>yin</i> |

La traduzione corretta sarebbe, rispettivamente, *yang* e *yin* corpulento, *yang* e *yin* sottile, *yang* e *yin* instabile.

- 1) OBESO *YANG*. Nell'analisi di queste costituzioni, si usano i sei livelli energetici:

Tai yang

Tai yin

Shao yin

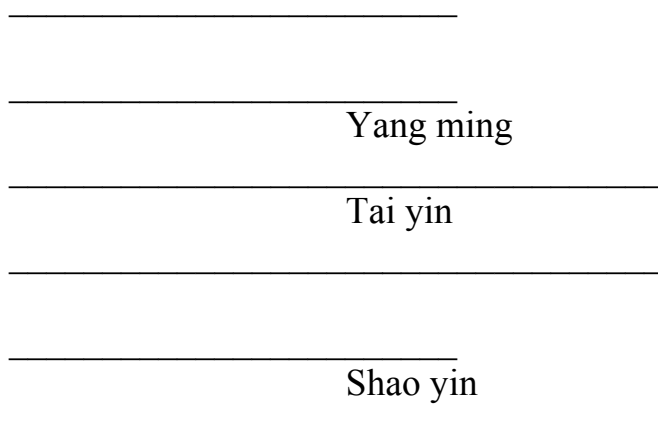
Questo obeso è caratterizzato da una problematica che riguarda il *Tai Yang*, con aumento degli scambi; il *Tai Yin*; il *Shao Yin*. In altre parole, è aumentata la assunzione (scambi con l'esterno, *tai yang*) e l'eliminazione; è aumentata l'assimilazione (*tai yin*); è aumentato lo stoccaggio, sia di liquidi che di grassi. Di conseguenza, questi soggetti hanno una pienezza sia a livello del sangue, che dell'energia. Sono i cosiddetti obesi pletorici, che hanno la caratteristica di essere soggetti piuttosto corpulenti, energici, iperattivi, di carattere aperto, gioviale, talora aggressivo, non senza una certa carica di ansia legata all'iperattività del livello *Shao Yin* (KI e HT). La pelle è calda, le labbra sono rossastre; sono calorosi e tendono ad avere un'iperalimentazione, nel senso che oltre a mangiare molto, mangiano anche fuori pasto. La voce è gridante e tonica; la lingua è umida con induito giallastro, con bordi e punta arrossati. Il polso è rapido, pieno e scivoloso, perché è una costituzione *yang*, ed è scivoloso perché sono carichi di umidità. Sono affetti spesso da meteorismo, da carie e possono avere anche lombalgie a causa di una pienezza del meridiano della BL. Col tempo possono avere disturbi da pienezza, con segni di calore, e poi complicanze della pienezza. Le deiezioni sono tipicamente *yang*, per cui vi è stipsi di tipo *yang*-calore. Sudano molto, nella parte superiore del corpo, ed è una sudorazione calda. Sono perlopiù oligurici e hanno bruciori durante la minzione.

Come trattamento dovremo:

- rallentare gli scambi
- raffreddare
- drenare i ristagni

Quindi si dovrà ridurre l'apporto calorico globale degli alimenti; sposteremo l'alimentazione verso caratteristiche *yin*-fresco (non freddo, perché ci sono comunque dei ristagni), in modo da ridurre questo eccesso di calore; sarà utile inserire anche un po' di piccante, per mobilizzare l'energia rallentata.

2) OBESI *YIN*. Anche qui l'analisi si fa sui sei livelli energetici:



In questo tipo di obesità è interessato lo *Yang Ming*, che non comunica; il *Tai Yin*, che è bloccato; il *Shao Yin*, che anche in questo caso determina aumento dello stoccaggio. Abbiamo quindi un'insufficienza dello *Yang Ming*, per cui lo *yang* non si apre verso i tre livelli *yin*, e comporta una diminuzione del calore acquisito e un consumo del calore innato, anche perché il *Shao Yin* ha già qualche problema e non funziona bene. Abbiamo un ristagno e un rallentamento della circolazione del *Tai Yin*, che è bloccato e non riesce a comunicare con lo *Yang Ming*; e un ristagno all'interno dell'acqua che non viene ben mobilizzata e ristagna. Quindi l'obesità *yin* è molto più una patologia da ristagno che non da accumulo.

E' la tipica obesità ginoide, con la cellulite. Sono soggetti piuttosto apatici, torbidi, poco attivi, introversi, non aggressivi, non ansiosi; la pelle è cerea, turgida, infiltrata; labbra sviluppate e violacee perché c'è ristagno di sangue; hanno un accumulo di tessuto adiposo che tende a depositarsi soprattutto sui fianchi e sulle cosce.

Sono freddolosi, e non è detto che mangino molto, per cui non serve molto ridurre il quantitativo di cibo introdotto (peraltro già scarso, in genere).

A proposito di diete, molto spesso questi due tipi di obesi fanno già diete dimagranti, e in genere le diete tipo sono divisibili in due grandi categorie: quelle a base di yogurt, insalate e mozzarella; e quelle a base di bistecca e insalata.

Se l'obeso *yang* mangia yogurt e gli altri cibi indicati, in genere non fa grandi errori: è un'alimentazione fredda, e il paziente ha segni di calore. L'obeso *yin* che utilizza la seconda dieta trova giovamento dalla carne, che dinamizza un po' il suo torpore e lo tonifica, anche se l'insalata, essendo di natura fredda, andrebbe almeno riscaldata. Il vero dramma nasce quando l'obeso *yin* utilizza la prima dieta e l'obeso *yang* la seconda, perché i problemi dei due tipi di obesità vengono in tal modo perpetuati e ingigantiti.

Continuando l'analisi della tipologia dell'obeso *yin*, ricordiamo che la tinta è biancastra, eburnea. La voce è bassa, monocorde, la lingua è bianca, spessa e umida. Il polso è lento e profondo. Sono tipi con aumento delle secrezioni, sia di saliva che di muco, con rinorrea chiara, perché è presente un freddo interno. L'addome è dilatato, spesso soffrono di ipoacusia, hanno debolezza agli arti, soprattutto inferiori, con edemi declivi, e hanno lombalgie da vuoto (nell'obesità *yang*, invece, le lombalgie erano da pieno di vescica). La sessualità di questi obesi è scadente. Possono avere tutta una serie di sintomi da freddo, da ristagno e da produzione di catarri. Le deiezioni sono di tipo *yin*, quindi le urine sono chiare, abbondanti; le feci sono semiliquide o addirittura diarroiche; può esservi però anche una stipsi di tipo *yin* da insufficiente motilità. La sudorazione spesso presente è di tipo vuoto, quindi fredda. Non sono dei bulimici.

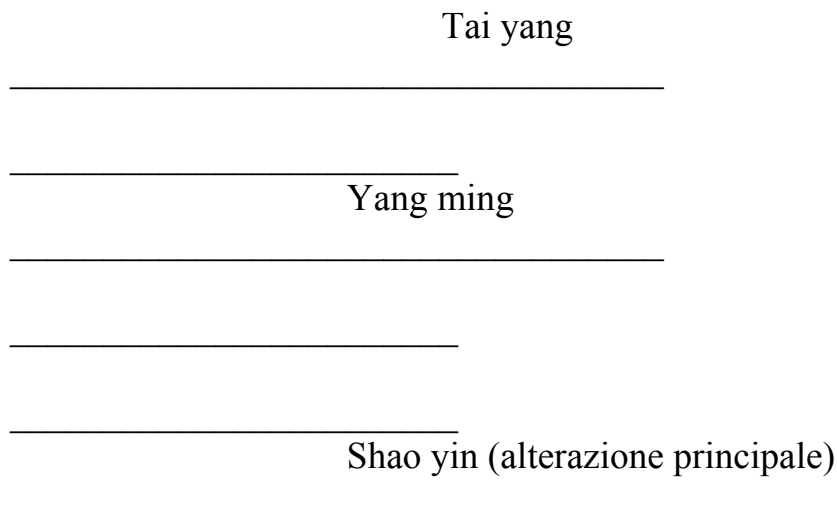
Come principi di trattamento, dovremo:

- tonificare il vuoto
- riscaldare
- mobilizzare i ristagni

Quindi l'alimentazione andrà spostata verso lo *yang*, controllando anche l'apporto quantitativo, ma in maniera molto meno marcata dell'obesità *yang*, perché qui siamo

di fronte a ristagno (non ad accumulo), e questi soggetti tendono già a mangiare relativamente poco.

3) MAGRI *YIN*. Vediamo i sei livelli energetici:



Lo *Shao Yin* non apre verso l'interno, e questa è l'alterazione principale. Secondariamente, sono interessati lo *Yang Ming* e il *Tai Yang*. Si tratta di soggetti che hanno insufficienza del *Shao Yin*, e quindi hanno un'insufficienza sia del *jing* innato che di quello acquisito. Hanno una costituzione debole e hanno un vuoto sia del *qi* che della forma (*xing*): quindi sono magri e poco energici. Secondariamente, a causa di questo vuoto innato c'è un vuoto di *Yang Ming*, per cui anche le trasformazioni saranno ridotte: sono pazienti che assorbono male perché digeriscono male, e anche l'alimentazione sarà ridotta. Hanno un'insufficienza globale di tutto lo *yang*, e anche lo *yin* non è certo in pienezza.

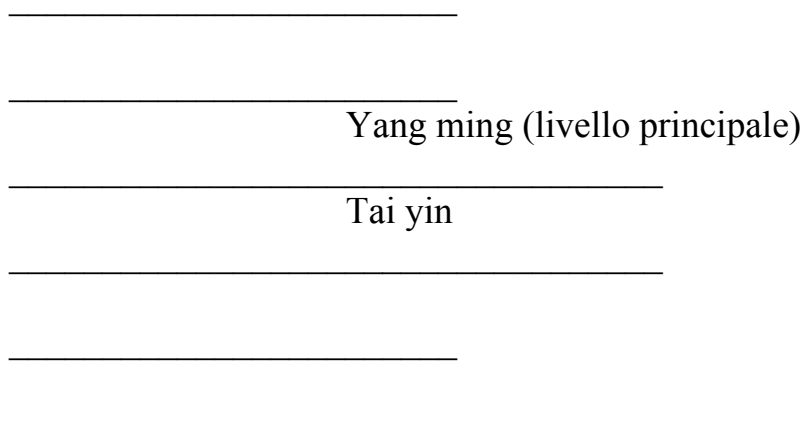
Hanno caratteristiche di vuoto e di freddo: sono magri, pallidi, poco dinamici, sedentari, introversi; possono avere delle paure; parlano poco; la pelle è sottile, le labbra sono smorte; sono freddolosi. Hanno poca fame e poca sete. La voce è debole e bassa. La lingua è fine, un po' umida e con induito biancastro. Il polso è anch'esso fine, piccolo e profondo. Vanno facilmente incontro a malattie infettive dell'albero respiratorio, in quanto hanno scarsi meccanismi di difesa e a patologie del rachide, anche di tipo deformativi (scoliosi, cifosi). Possono avere debolezza agli arti, e la loro sessualità è molto scadente, tanto che le donne possono spesso presentare amenorrea. Le urine sono chiare, abbondanti, e le feci malformate e fredde. Sudano poco. Presenta ristagni.

Come trattamento, dovremo:

- tonificare in generale, sia lo *yin* che lo *yang*
- apportare calore
- risolvere i ristagni

Daremo alimenti caldi e ricchi di *jing*.

4) MAGRI *YANG*. Vediamo i 6 livelli:



In questo caso il problema riguarda lo *Yang Ming*, nel senso che esso non si apre verso l'interno. Secondariamente, vi sono dei problemi al *Tai Yin*, che non si apre verso l'esterno. Quindi vi è un metabolismo insufficiente perché la milza non riesce a entrare nello *yang*, e anche lo *yang* non riesce a comunicare con lo *yin*, per cui non viene metabolizzato il calore, che tende a ristagnare nelle parti esterne.

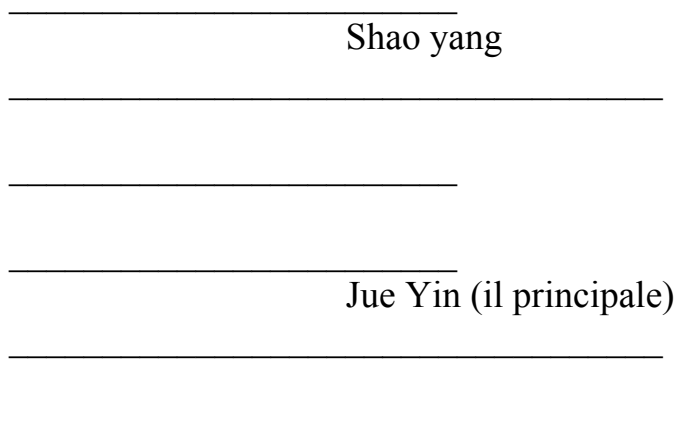
Sono soggetti che mangiano molto, ma assimilano poco, soprattutto le componenti *yin* dell'alimentazione, come i liquidi e i substrati, mentre invece è conservata bene l'assimilazione delle componenti *yang*. Sono talora anche bulimici, ma gli organi sono scarsamente nutriti. Da qui deriva la scarsa produzione di forma, di sangue e l'eccesso relativo dell'energia. Sono soggetti magri, attivi e ipercinetici, irrequieti. La pelle è piuttosto secca e colorita, come pure le labbra, che sono sottili e secche, e sono calorosi. Hanno un'alimentazione bulimia e disordinata; la digestione è piuttosto rapida. La tinta è rosso-giallastra; la voce è metallica e monocorde, ma non forte. La lingua è sottile, arida, con induito giallo, e la punta della lingua è rossa. Il polso è un polso di calore, quindi rapido e superficiale. Possono presentare patologie dentarie del periodonto; hanno sovente meteorismo ed eruttazioni; possono avere caduta dei capelli per eccesso di calore nel meridiano di stomaco. Vi possono essere infiammazioni delle mucose, in particolare del tratto gastroenterico (gastriti, duodeniti, ulcere). Gli occhi spesso sono arrossati e brucianti. Possono anche avere disturbi del sonno, soprattutto insonnia, che migliora in genere mangiando. Le urine sono piuttosto scarse, cariche, colorate. La stipsi è *yang* (da calore), con feci dure e secche, però qualche volta hanno diarrea da eccessi alimentari, sempre con caratteristiche *yang* (diarrea bruciante, con alimenti mal digeriti). La sudorazione è piuttosto scarsa.

Come trattamento, dovremo:

- tonificare lo *yin*
- raffreddare

Sposteremo verso lo *yin* le caratteristiche dell'alimentazione, e cercheremo di disperdere l'eccesso di calore nei visceri, soprattutto lo stomaco. Daremo un'alimentazione ricca di sapore e di liquido.

5) *YANG* INSTABILE. Vediamo i 6 livelli:



In questo caso il problema riguarda le cerniere: abbiamo un'insufficienza dello *Jue Yin*, con un disturbo sia della circolazione (PC) che della digestione.

Il disturbo della circolazione fa sì che i liquidi che restano nell'organismo siano sottoposti più facilmente all'azione dello *Shao Yang* che va incontro a squilibrio: l'azione del calore dello *Shao Yang* sui liquidi porta facilmente alla produzione di catarri-fuoco, e poiché i catarri fuoco quando vanno a ostruire i forami del cervello o del cuore determinano una serie di sintomi, in questi pazienti sarà frequente l'ansia, le cefalee, disturbi dell'umore, e blocco del torace (ossia una sensazione di pienezza di energia nel torace).

Ci può essere meteorismo, quasi sempre una certa irritabilità e irascibilità con impulsività, e un affaticamento che tende ad aumentare durante il giorno. Sono soggetti di aspetto atletico, dinamici soprattutto nella prima parte del giorno; il viso è abbastanza colorito, e hanno tutte le caratteristiche dello *yang* e del legno, quindi hanno immaginazione, fantasia, ma sono anche molto disordinati e collerici. Talora possono presentare degli accessi di freddo e brividi, in quanto sono soggetti che si adattano male al freddo, perché sono sottoposti a queste alterazioni della cerniera dello *Shao Yang*. La lingua è secca e giallastra; e il polso è teso, rapido, instabile. Possono avere ritenzione di liquidi, o possono perderli con sudorazioni a vampata. Vanno incontro facilmente alla produzione di catarri-fuoco e possono avere nevralgie da stravasamento di sangue, in quanto essendo molto ricchi (ad accessi, però) di energia, quell'energia fa debordare il sangue dai vasi. Hanno spesso disturbi agli orifizi, in particolare agli occhi, in quanto il fuoco intermittenemente può arrivare in alto e dare scotomi, mosche volanti, acufeni o ronzii, bocca amara e secca, gola dolente. Anche l'intestino può essere irregolare, con stipsi alternata a diarrea. Hanno eiaculazione

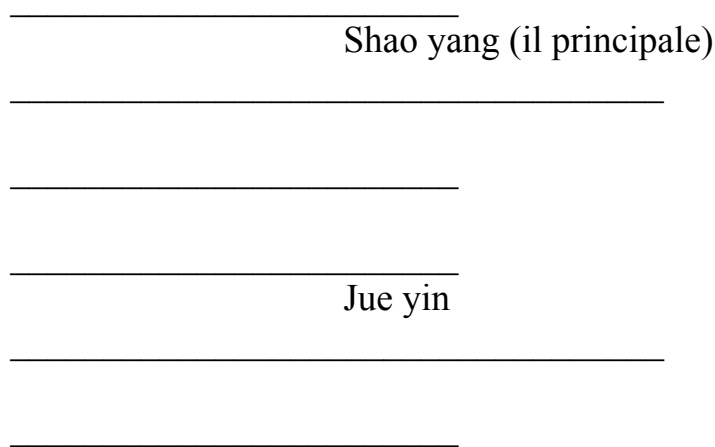
precoce. L'apparato muscolare è ben sviluppato, sono però abbastanza affaticabili. La digestione è intermittente, ed è legata a questo funzionamento variabile del TR e della GB (*Shao Yang*), per cui vanno incontro a episodi di digestione lenta con gonfiore e altre volte a digestione accelerata con coliche e eliminazione di feci non digerite.

Come trattamento, dovremo:

- raffreddare l'eccesso di *yang*
- regolarizzare gli sbalzi di *Shao Yang*

Soprattutto dovremo utilizzare alimenti neutri con alcuni alimenti freddi (alghe, verdure, funghi).

6) *YIN* INSTABILI. Vediamo i 6 livelli:



Qui abbiamo un'insufficienza a livello di *Shao Yang*, che è bloccato, per cui avremo variazioni della cerniera interna (*Jue Yin*) che si esprimeranno prevalentemente sull'interno, con sbalzi funzionali. E' come se *Shao Yang* funzionasse da coperchio esterno che blocca tutte le variazioni che lo *Jue Yin* tenderebbe a scaricare verso l'esterno.

Sono caratterizzati da una scarsa capacità di trasformazione alimentare. L'apporto di energia è instabile. Il lavoro quindi degli organi, che vengono intermittenemente alimentati dall'energia, è pure instabile. Mentre nei nervosi *yang* il problema era prevalentemente a livello muscolare (affaticabilità) perché era esterno, qui invece sono gli organi ad essere colpiti dall'instabilità dell'apporto energetico. Questo dà un deficit della mobilizzazione. Sono soggetti di taglia media, ansiosi, introversi, ripiegati su se stessi, con pieghe della bocca marcate, voce debole (non per una debolezza reale, ma perché hanno una tendenza a "parlarsi addosso"). Hanno un'emotività molto spiccata, ma bloccata. Sono degli inibiti, ma sono capaci di rancori e irritabilità profondi e duraturi. La lingua è umida e scivolosa, con induito biancastro e umido. Il polso è profondo e teso. Spesso vi sono ristagni di liquidi a livello dei visceri, con produzione di catarri-freddo. L'organismo ha più sangue che energia, e il sangue può ristagnare nel fegato, con conseguente rallentamento della

circolazione generale, a livello sia degli arti, che della parete toracica. Hanno facilmente disturbi della vista, soprattutto miopia e congiuntiviti. Possono avere stipsi, cistiti, uretriti e sessualmente possono andare incontro a forme di inibizione sessuale. Sono facilmente colpiti dalle energie perverse esterne, appunto perché le loro energie funzionano in modo intermittente. Hanno arti freddi, con una freddolosità che parte dalle estremità delle dita per andare verso l'interno, causata da cattiva circolazione dello *Jue Yin*.

Malgrado l'insufficienza di *Shao Yang*, qui sono controindicati gli stimolanti. Come dietoterapia, dovremo:

- aiutare il *TE* con un'alimentazione ricca e che regoli la produzione di energia e calore: per questo si utilizzano i legumi, i cereali, le carni neutre, mentre vanno evitati tutti gli eccitanti.

LA DIETA PER LA PERSONA SANA

Lo scopo della dietetica per la persona sana è quello di mantenere un'armonia all'interno delle proprie energie, e tra il microcosmo e il macrocosmo in cui si è inseriti.

I principi sono semplici, e sono riassumibili in quello che faceva Confucio: quand'anche aveva molta carne per il suo pasto, non ne mangiava mai più di quanto avesse di pane e di riso (per le bevande, però, il birbaccione era meno regolato).

Durante il pasto è consigliata acqua tiepida o tè tiepido.

Le regole sono le seguenti:

- 1) Mangiare poco e alzarsi da tavola con la sensazione di appetito. Questo ha il vantaggio di utilizzare poco il *jing* innato, e quindi anche se si mangia un alimento cattivo, per inserirlo nel ciclo metabolico dell'organismo, è poca l'energia *jing* innata da utilizzare.
- 2) Masticare molto a lungo gli alimenti (anche trenta volte per ogni boccone): così facendo, oltre a migliorare la digestione dei cereali e dei legumi, ha il pregio di tonificare il *jing*, proprio per l'atto masticatorio in sé.
- 3) Bere poco durante i pasti, preferibilmente a fine pasto, e come s'è detto, va usata acqua, o tè, o anche piccole quantità di vino.
- 4) Bisogna evitare di mangiare se si ha lo *Shen* disturbato (quando c'è collera, ansia, etc), perché in questo caso vi sono alterazioni dell'energia che non permettono una buona assimilazione degli alimenti.
- 5) Vanno utilizzati cibi di stagione, naturali, possibilmente completi. E' necessario tenere conto del clima in cui si vive, e lo stato di stanchezza fisica e psichica in modo da utilizzare al meglio le nature e i sapori.
- 6) Gli alimenti vanno tagliati in bocconi piccoli e devono essere cotti preferibilmente al vapore piuttosto che lessati o stufati. Gli alimenti freddi (come le verdure) andrebbero scaldati un po' al vapore prima del consumo, allo scopo di renderli più digeribili.

ALIMENTI DAL SAPORE DOLCE

ALIMENTI/NATURA	FREDDI	FRESCHI
Cereali verdure legumi	Melanzana, bambù (germoglio), funghi, cetriolo, fagiolini, convolvolo, rapa, orzo, soia (verde, germogli), luffa	Sedano selvatico, melanzana, ravanello, cavolo, cavolo di cina, crescione, lattuga, rosa dei prati, soia (germogli, formaggio, grani in preparaz. spec.), cetriolo, grano, bambù, funghi, zucca, spinaci, rapa, orzo, sedano, bietola
Condimenti spezie		Sesamo (olio)
Sostanze oleose		Nenufaro (grani)
Frutta	Banane, melone, pompelmo, cocomero, cachi, pera, mela	Fragola, mandarino, melone, pera, banana, mango, arancio, mela
Bevande calde	Nenufaro (infuso di radici)	Camomilla cinese, tè
Prodotti acquatici	Granchio	Rana
Sottoprodotti animali		Formaggio di bufala, giumenta, cammella, uova di anatra
Prodotti animali	Cavallo: carne, cistifellea Coniglio: fegato Porco: cervello, intestino, midollo osseo, pancreas	Elefante: carne Coniglio: carne Lepre: carne Montone: fegato Porco: intestino, pelle, polmone, carne

ALIMENTI/NATURA	NEUTRI	TIEPIDI	CALDI
Cereali verdure legumi	Carote, cavolo, rapa, fave, fave nere, lenticchie, lichene, patate dolci, piselli, patate, soia (grani), mais (spighe, barbe), grano, spinaci, gombo, igname, lattuga, funghi, miglio ceci, riso, canna	Asparagi, carote, zucca, miglio, riso (glutinoso, normale), sorgo, patate dolci, fagioli medicinali- dao dou, cannella (giovane fusto)	
Condimenti spezie	Canna da zucchero, zafferano, sesamo (grani), zucchero bianco	Canna (zucch.), Arancio (pelle), zucchero scuro, cannella (fusto), orzo, prezzemolo, sesamo	
Sostanze oleose	Mandorla dolce, nenufaro (grani), girasole (grani), noccioline giapponesi, arachidi, sesamo	Mandorla dolce, sesamo (grani)	Girasole (grani tostati)
Frutta	Albicocca, fichi, papaia, olive cinesi, limone, litchi, loquat, uva	Albicocca, corbezzolo, biancospino, ciliegia, castagna, giuggiola, arancio (pelle), litchi (noccioli), cocco, noci, uva, cotogna, dattero, pesca	
Bevande calde	Camomilla, giglio (petali), lichene, liquirizia	Badiana, caffè (pianta fresca)	
Prodotti acquatici	Anguilla, gamberetti, piovra, pesce persico, cefalo grigio striato, carpa, foca, polipo, lumaca	Gamberetti, trota, tartaruga (polpa)	
Sottoprodotti animali	Ape (cera), latte di mucca, nido di rondine, uova di colombo, formaggio, miele, uova	Formaggio di capra e vacca, latte di pecora, uova di gallina giovane, uova di uccelli, miele	

ALIMENTI DAL SAPORE PICCANTE

ALIMENTI/NATURA	FREDDI	FRESCHI	NEUTRI
Cereali verdure legumi	Ruta	Rapa, ravanello, soia (grani in preparazione speciale)	Carote, cavolo-rapa
Condimenti spezie droghe		Maggiorana, menta a foglie rotonde, zafferano, origano	
Oleose frutta bevande calde		Maggiorana, origano, menta a foglie rotonde	
Prodotti animali	Cavallo: carne Porco: grasso, midollo osseo Rana	Bufalo:carne Elefante: carne	

ALIMENTI/NATURA	TIEPIDI	CALDI
Cereali verdure legumi	Aglio di Spagna, carote, cipolla porraia, finocchio, soia (grani in preparazione speciale), aglio, cipolla, porro, taro, scalogno	
Condimenti spezie droghe	Basilico, prezzemolo, coriandolo, arancio (pelle), mandarino (pelle), cannella: fusto giovane, scorza; aneto, pepe, mostarda, zenzero, cumino, chiodi di garofano	Peperone, pepe nero, pepe lungo, aloe (legno), tabacco, peperoncino di Caienna
Oleose	Pistacchio	
Frutta	Noce di Betel, arancio (pelle), mandarino (pelle)	Pesca
Bevande calde	Badiana, coriandolo, valeriana, salvia	
Prodotti animali	Gatto:carne Capriolo: carne Porco: pancreas, milza Coniglio: carne Uccelli: carne	Caprone: carne Capra: carne

ALIMENTI DAL SAPORE AGRO-ACIDO

ALIMENTI/NATURA	FREDDI	FRESCHI
Cereali verdure	Pomodoro	Pomodoro
Condimenti spezie	Basilico, porcellana, acetosa	
Frutta	Pompelmo, limone	Limone, mandarino, arancio, fragola, mango, pera
Sottoprodotti animali		Formaggio di bufala, cammella, giumenta
Prodotti animali	Cavallo: carne	

ALIMENTI/NATURA	NEUTRI	TIEPIDI
Cereali verdure	Igname	
Condimenti spezie	Mango (nocciolo)	
Frutta	Albicocca, litchi, olive cinesi, limone, prugna, uva	Corbezzolo, cotogna, biancospino, albicocca, pesca, litchi, mandarino
Sottoprodotti animali	Formaggio animale	Formaggio di capra e vacca
Prodotti animali	Porco: carne	Gatto: carne Fagiano: carne Scimmia: carne Cane: carne Lupo: carne Pollo: carne

ALIMENTI DAL SAPORE AMARO

ALIMENTI/NATURA	FRESCHI	FREDDI	NEUTRI
Cereali verdure legumi	Sedano selvatico, luppolo, rabarbaro, luffa, soia (grani in preparazione speciale)	Gombo=hibiscus esculentus Luffa=zucca da spugna Sofora nipponica Ruta, rapa	Cavolo, rapa
Condimenti spezie droghe		Gombo	
Oleose			Mandorla dolce
Frutta		Momordica=cocomero asinino	
Prodotti acquatici		Alghe dei sargassi	
Bevande calde	Verbena, camomilla cinese, tè	Bardana, tè tuo-cha	Giglio (petali)
Prodotti animali	Montone: fegato Gallina: cistifellea	Orso: bile Coniglio: fegato Porco: cistifellea, bile Oca: cistifellea Bue: cistifellea	Bue: fegato

ALIMENTI/NATURA	TIEPIDI	CALDI
Cereali verdure legumi	Asparagi, patate dolci, riso (glutinoso, normale), sorgo, fieno greco, miglio	
Condimenti spezie droghe	Aloe (legno), mandarino (pelle), arancio (pelle), tabacco, albicocca (nocciolo)	
Oleose	Mandorla dolce e amara ¹	Mandorla amara*
Bevande calde	Fieno greco, valeriana	Caffè tostato
Prodotti animali	Porco: fegato Gallo, gallina: fegato Oca: fegato	Caprone: fegato Capra: fegato

ALIMENTI DAL SAPORE SALATO

ALIMENTI/NATURA	FREDDI	FRESCHI
Cereali verdure		Avena, orzo
Prodotti acquatici	Alghe, piovra, granchio, alghe dei sargassi, polipo, mitili, sale	Rana, ostrica
Sottoprodotti animali	Uova di anatra	
Prodotti animali	Anatra: sangue Porco: piede, carne Lumaca, coniglio: fegato	Anatra: carne Porco: piede, carne

ALIMENTI/NATURA	NEUTRI	TIEPIDI
Cereali verdure	Avena	
Prodotti acquatici	Riccio di mare, foca	Gamberetti, mitili essiccati
Sottoprodotti animali	Carapace di tartaruga, uova di colombo	Uova di uccello, corna di cervo
Prodotti animali	Anatra: carne Piccione: carne Cinghiale: carne Porco: cuore, coscia, piede, rene, carne, sangue Capriolo: sangue	Capriolo: sangue Piccione: carne Passero: carne Oca: sangue Tigre: carne Porco: cuore, coscia, rene, sangue, vescica

¹ le mandorle amare sono tossiche in forti dosi

ALTRE CAUSE DI MALATTIA

Gli eccessi sessuali possono nuocere al *qi* dei reni e far comparire sintomi quali: lombalgie, ronzii e vertigini, impotenza, spermatorrea, astenia, abulia.

Gli eccessi ma anche la carenza di attività fisica possono nuocere all'energia dell'organismo; nel primo caso si può giungere all'esaurimento del *qi*, nel secondo all'ostruzione e al ristagno energetico.

I traumi (distorsioni, contusioni, ustioni, ferite da armi da fuoco, morsi di animali...) possono provocare alterazioni settoriali o generali della circolazione dell'energia.

Le mucosità e la stagnazione di sangue sono condizioni anomale presenti nell'organismo come residuo di una malattia pregressa e che possono svolgere, a loro volta, una azione patogena.

Il sangue stagnante può essere conseguente sia ad un rallentamento della circolazione, sia ad uno stravasamento di sangue; si può manifestare clinicamente con dolore fisso, emorragie di sangue rosso scuro con coaguli, comparsa di tumefazioni, specie addominali.

Il muco si forma per condensazione dei liquidi dell'organismo, qualora vi sia una anomalia nel funzionamento degli organi deputati al metabolismo idrico, cioè reni, milza e polmoni.

Il muco può formarsi in qualsiasi parte del corpo provocando sintomatologie differenti: la presenza di muco intorno al cuore provoca perdita di coscienza e respiro rantolante; se il muco-umido è nei polmoni provoca tosse, catarro e asma; il muco che blocca i meridiani può provocare parestesie, emiplegia, deviazione degli occhi e della bocca.

BIBLIOGRAFIA

- 1) Borsarello, "Abrégé d'acupuncture", Ed. Masson, 1979.
- 2) Chamfrault, "Traité de médecine chinoise", Ed. Coquemard, 1964.
- 3) "Essentials of Chinese Acupuncture", a cura dei collegi di Medici na tradizionale di Pechino, Nankino e Shangai.
- 4) M. Faubert, "Traité didactique d'acupuncture traditionnelle", Guy Trédaniel éditeur, 1977.
- 5) Gourion, U. Lanza, "Reumatologia e traumatologia nella prati ca agopunturale", Voi I, Ed. Rivista italiana di medicina orientale.
- 6) Grana, "Il pensiero cinese", Ed. Adelphi, Milano, 1971.
- 7) "Huang Di Nei Jing Suwen", trad. Husson.
- 8) Institut de Médecine traditionnelle chinoise de Shangai, "Traité de acupuncture", Ed. Masson, Paris, 1978.
- 9) G. Soulié de Morant, "L'acupuncture chinoise". Ed. Maloine, Paris.
- 10) N. Van Nghi, "Pathogéné et pathologie énergétique en médecine chinoise", 3° Ed. Imprimerie Don Bosco, Marseille.

ORGANI INTERNI

脏腑

CONCETTI BASE

Gli organi interni costituiscono il fondamento della teoria medica cinese.

La struttura anatomica del corpo umano è stata indagata fin dall'antichità, come testimoniato dalla 42^a difficoltà del Nan Jing, che riprende i capitoli 32° e 33° del Ling Shu, nei quali vengono descritti gli organi interni, i muscoli e le ossa.

Nonostante questa antica conoscenza, i dati anatomici tradizionali possono apparire rudimentali quando vengano paragonati con le attuali conoscenze occidentali. In realtà, anche per l'anatomia, come per ogni fenomeno, la Medicina Cinese attribuisce un'importanza predominante all'aspetto energetico, in questo caso da intendersi come i rapporti funzionali che legano le varie parti dell'organismo a formare un tutto armonico, regolato dalle leggi dello *yin/yang* e dei 5 elementi/movimenti.

Nel parlare quindi di organi interni bisogna prescindere dal concetto occidentale nella sua accezione anatomica, bensì fare riferimento ad un sistema complesso che comprende delle funzioni simbolicamente riferite ad un organo. Ad esempio: quando parliamo di fegato nell'accezione classica cinese intendiamo, oltre che l'organo parenchimoso, la contrattilità muscolare, i tendini, le unghie, il senso della vista, una particolare connotazione dello psichismo denominata *hun*. Più in generale, quando parliamo di fegato, ci riferiamo ad una particolare impronta dell'energia e dei suoi movimenti, con una connotazione di nascita, di risveglio, di crescita, di armonico fluire in tutte le direzioni, specie verso l'alto e l'esterno. Queste caratteristiche inerenti l'uomo sono in connessione con l'universo, tanto che la sfera del fegato risuonerà con l'energia cosmica Vento, l'elemento Legno, il sapore acido, la primavera, il colore verde, seguendo un filo che collega il macro al microcosmo poiché entrambi sottoposti alle medesime leggi, individuate per via analogica.

Adottiamo la definizione “organi interni” con riferimento al termine cinese *zang fu*, che molti autori traducono “organi e visceri”, con ciò rifacendosi ad una distinzione di fisiologia cinese.

Leggiamo infatti al cap. 11 del So Wen:

“I cinque zang sono quelli che tesaurizzano le essenze e i soffi senza lasciarli scorrere verso l’esterno I sei fu trasmettono e trasformano senza mai tesaurizzare”

I 5 *zang* svolgono quindi la funzione di immagazzinare e produrre l’energia in senso lato, in particolare energia, sangue, liquidi organici, sentimenti.. Essi tesaurizzano unicamente sostanze pure, già sottoposte al processo di raffinazione operato dai *fu* sul cibo. I 6 *fu* sono invece deputati a ricevere, digerire, trasformare gli alimenti, garantendone il transito ed assicurando l’espulsione dei residui.

Nell’ottica *yin yang*, i 5 *zang* sono considerati di natura *yin*, poiché situati in profondità ed in quanto luogo di concentrazione ed accumulo energetico. I 6 *fu* sono invece considerati di natura *yang*, poiché in contatto con l’esterno ed in quanto luogo di transito e trasformazione.

La tradizione ci parla sempre di 5 *zang* e di 6 *fu*, poiché 5 è il numero che corrisponde alla Terra (i 5 elementi) e 6 è il numero che corrisponde al Cielo (le 6 energie).

I 5 *zang* (*wu zang*) sono: cuore, fegato, milza, polmone e rene. Un’altra classificazione parla di *lie zang* (6 *zang*), aggiungendosi ai cinque predetti, a seconda degli autori, il ministro del cuore o il *ming men*.

I 6 *fu* sono: intestino tenue, vescica biliare, stomaco, grosso intestino, vescica, triplice riscaldatore.

Ad ognuno degli elementi sono legati uno *zang* ed un *fu*, secondo la seguente tabella

LEGNO	FUOCO	TERRA	METALLO	ACQUA
Fegato	Cuore Ministro del cuore	Milza	Polmone	Rene
Vescica biliare	Intestino tenue Triplice riscaldatore	Stomaco	Grosso intestino	Vescica

Come si può notare all’elemento Fuoco è stata attribuita una duplice funzionalità organica: una rappresentata dalla potenza imperiale del cuore (Fuoco Imperiale), cui è accoppiato l’intestino tenue, l’altra rappresentata dalla difesa e dal potere ministeriale del ministro del cuore (Fuoco Ministro), cui è accoppiato il coordinamento *yang* del triplice riscaldatore.

La relazione tra *zang* e *fu* corrispondenti è di tipo strutturale/funzionale, laddove lo *zang* corrisponde alla struttura ed il *fu* alla funzione, essendo la prima substrato della seconda, la seconda manifestazione della prima. In taluni casi l’accoppiamento è evidente (ad esempio rene/vescica, fegato/vescica biliare,

milza/stomaco), in altri più sottile. Tale relazione è particolarmente importante a livello dei polsi, tanto che una medesima posizione pulsologica rappresenta in profondità lo *zang* ed in superficie il *fu* e, se vogliamo, in profondità gli aspetti strutturali/materiali, in superficie quelli funzionali/energetici.

Nell’ottica della teoria degli *zang fu* i primi rivestono una maggiore importanza, in quanto deputati a raccogliere le sostanze vitali, tanto da essere chiamati anche “tesori”. La visione medica cinese, permeata della coscienza dell’unitarietà del vivente e della sua risonanza con l’ambiente esterno, radica entrambe negli *zang* .

Il *qi*, nella sua accezione più ampia, è unico, tanto che nell’universo tutto è energia in stati di aggregazione più o meno spinti. Analogamente nell’uomo tutto è energia. Ciò nonostante il *qi* dell’uomo è suddiviso in vari aspetti a seconda della sua localizzazione e delle sue funzioni, tanto che si è soliti parlare di *qi* (in senso stretto), sangue, *jing* e *jin ye*. Ognuno di questi aspetti è in relazione con uno o più *zang*. In particolare:

	FEGATO	CUORE	MILZA	POLMONE	RENI
Qi			Governa il qi del cibo	Governa il qi	
Sangue	Accumula il sangue	Governa il sangue	Lo trattiene nei vasi		
Jing					Custodiscono il jing
Jin ye			Influenzano i jin ye	Influenzano i jin ye	Influenzano i jin ye

Come detto, ogni *zang* regge un organo di senso ed un tessuto corporeo, i quali dipendono dalla sua floridezza e, al contempo, ne testimoniano lo stato di salute.

	FEGATO	CUORE	MILZA	POLMONE	RENI
Organo	Occhi	Lingua	Bocca	Naso	Orecchie
Senso	Vista	Tatto	Gusto	Odorato	Udito
Tessuto	Tendini	Vasi	Muscoli	Pelle	Ossa
Si manifesta in	Unghie	Incarnato	Labbra	Peli	Capelli

Queste attribuzioni non devono essere intese in maniera troppo rigida¹.

¹ Ad esempio: il senso della vista è riferito al fegato ma tutti gli altri *zang* parteciperanno in misura maggiore o minore alla fisiologia del fenomeno visivo:

rene attraverso un adeguato apporto di liquidi organici intra ed extraoculari (il rene è la fonte dei liquidi organici) ed in quanto deputato ai midolli (tessuto nervoso, sistema nervoso centrale e periferico, midollo emopoietico);

Le attribuzioni simboliche delle varie funzioni organiche ad ognuno degli *zang* non si limitano agli aspetti fisici ma si estendono anche a quelli psicologici, tanto che ognuno degli organi regge una particolare “emozione”.

Fegato	Cuore	Milza	Polmone	Reni
Nu	Xi	Si	You	Kong
Rabbia	Gioia	Riflessione	Tristezza	Paura

La traduzione ormai consolidata delle cinque emozioni potrebbe generare la convinzione che si trattasse di sentimenti di per sé positivi o negativi. Così non è, in quanto, ad esempio, la rabbia deve essere intesa sia come furore, aggressività immotivata (connotazione negativa) sia come capacità di reagire, di difendersi (connotazione positiva); la gioia deve essere intesa sia come serenità derivante dall’armonia delle funzioni psicologiche (connotazione positiva) sia come uno stato di sovraccitazione, di irrequietezza ancorché gratificante (connotazione negativa); la riflessione può essere intesa come rimuginazione ossessiva (connotazione negativa) o come ponderatezza. I rapporti tra le emozioni sono retti dalle leggi dei 5 movimenti, tanto che la paura (Acqua) potrà essere dominata dalla riflessione (Terra), ma, se non dominata, potrà generare rabbia ed aggressività (Legno). Il rapporto tra *zang* ed emozioni è biunivoco, tanto che un organo in buona salute influisce sulla fisiologica manifestazione dell’emozione (un fegato equilibrato conferirà ad una persona la capacità di reagire e difendersi quando aggredita) e, di converso, un’emozione, soprattutto se perdurante, influisce sulla salute dell’organo (una frustrazione protratta renderà il soggetto collerico e potrà manifestarsi un’aggressività immotivata o sproporzionata, ma anche con sintomi fisici).

Da ultimo, gli *zang*, manifestazioni a livello umano delle energie cosmiche, risuonano con queste ultime. Così la funzione del fegato è privilegiata in primavera, ciò perché l’energia stagionale informa e dà la sua impronta a tutto il movimento energetico facente capo allo *zang* che gli corrisponde. Questo significa, ad esempio, che le caratteristiche della primavera, *yang* che nasce dallo *yin*, che si manifestano nella nuova energia che si esteriorizza, che si innalza, nel verde della natura, nell’acido della frutta non ancora matura, nel vento tiepido che soffia da est, attivano anche le funzioni del fegato in ogni loro aspetto.

milza attraverso la formazione del sangue a partire dall’alimentazione (il sangue, successivamente immagazzinato nel fegato, deve irrorare gli occhi);

Polmone attraverso la circolazione dell’energia, la quale, se in vuoto, non potrà innalzarsi fino al capo.

Similmente i peli ed i capelli, sebbene retti rispettivamente dal polmone e dai reni, per essere floridi, dovranno essere nutriti dal sangue, il quale dovrà avere sufficiente energia per formarsi e circolare. Ecco quindi che una calvizie potrà originare da un qualunque malfunzionamento di un altro *zang*.

Secondo Faubert, che ha raccolto nei suoi libri la tradizione, l'ordinamento quantitativo energetico degli *zang* in rapporto alla stagione avviene, nel rispetto della legge dei 5 elementi, come segue:

- lo *zang* corrispondente alla stagione ha la potenza (energetica) dell'imperatore,
- lo *zang* successivo (figlio) è energetico, come il primo ministro,
- lo *zang* che segue (nipote) è debole come il nemico vinto (è dominato dall'imperatore)
- lo *zang* che viene dopo questo (nonna) ha una certa potenza, è temperante come il consigliere di corte (frena gli eccessi dell'imperatore),
- l'ultimo *zang* del ciclo è inattivo, senza energia, come la madre dell'imperatore dopo averlo generato.

Tali caratteristiche energetiche si evidenziano anche a livello pulsologico.

Anche in questo caso dobbiamo rifuggire dagli schematismi, che potrebbero indurci a credere, ad esempio, che il periodo primaverile, quando lo *zang* fegato è al suo apice energetico, registrasse un miglioramento dei suoi quadri patologici. Spesso così non è: basti pensare alle cefalee emicraniche che frequentemente vedono coinvolto il fegato e che peggiorano nelle giornate primaverili ventose. La ricorrenza di un sintomo in una determinata stagione deve indirizzare la nostra attenzione verso uno *zang* specifico, il quale dovrà essere esaminato nei rapporti che lo legano agli altri organi, che si palesano negli equilibri *qi* /sangue/liquidi organici e, in ultima analisi *yin/yang*. Questi equilibri sono retti dai rapporti fisiologici (generazione e dominazione) e patologici (iperdominazione e ribellione) dei 5 elementi. Solo applicando tutte le griglie interpretative elaborate dalla Medicina Cinese, più o meno attinenti a seconda dei casi, spesso ma non sempre sovrapponibili, si potrà formulare una diagnosi corretta.

GLI ZANG

脏

CUORE – *xin*: corrisponde al movimento del Fuoco Imperiale, è il maestro supremo degli *zang* ¹ ed il coordinatore di ogni funzione psichica. È situato nel riscaldatore superiore, avvolto dal pericardio che lo protegge dalle aggressioni esterne. La sua collocazione anatomica ed il suo dinamismo lo fanno classificare fra gli *zang* di natura *yang* o maschile. Quest'organo è considerato il più importante ed è definito “governatore” o “imperatore” degli organi interni.

¹ Questa posizione di preminenza del cuore, derivante dalla teoria dei 5 elementi, è in parte sminuita in quella degli *zang* fu, dove il rene, con le sue due radici *yin* e *yang*, viene visto come la base di tutte le energie ed il fondamento di ogni organo. Inoltre, soprattutto a partire dalla dinastia Ming, le origini del Fuoco fisiologico sono poste nel rene *yang*, simboleggiato dal *ming men*.

Secondo la tradizione, il corpo umano può essere rappresentato secondo lo schema organizzativo del sistema politico dell'antica Cina. In questa raffigurazione il cuore, considerato primo tra gli *zang fu*, viene assimilato alla figura dell'imperatore. Egli è a conoscenza di ciò che accade nelle diverse regioni del suo impero e governa attraverso i suoi ministri.

L'imperatore nascosto al centro del suo palazzo, è una presenza profonda e indispensabile per il buon funzionamento di un governo o di un corpo umano. Espressione del fuoco imperiale è la personificazione della luce verso cui nessuno osa alzare lo sguardo. Al tempo stesso il cuore è il maestro che governa, che indica la via, nella sua costante comunicazione con il cielo di cui è specchio nell'uomo. Esso infatti alloggia gli spiriti *shen*, che sono il cielo in noi, e per questo deve essere vuoto (*xin xu*).

È normale che il cuore umano abbia la tendenza a riempirsi di emozioni, di idee, di desideri. L'importante è che non ci sia fissità e che al riempimento faccia seguito un armonico lasciar scorrere, al fine di ritrovare, in questa libera e regolare circolazione, una condizione ideale di chiarezza e di pacificazione. Per quanto riguarda il cuore, vale il motto che “una vita vissuta con pienezza corrisponde ad uno stato di vuoto”.

Xin 心 con la sua apertura rivolta verso l'alto, verso il cielo, esprime questa capacità di accogliere, di custodire *shen*, gli spiriti, in modo che, come dice padre C. Larre, il cielo nell'uomo sia virtù (*Te* 德) ossia 直 rettitudine, 心 del cuore, 行 nel procedere.

Il *jing* paterno e il *jing* materno si uniscono, *shen* appare. Da questa unione del padre e della madre risulta una nuova composizione, una nuova vita: questo è ciò che richiama gli spiriti. Nel passaggio dal mondo delle potenzialità al mondo del manifesto, nel passaggio dal cielo anteriore al cielo posteriore, attraverso la porta del destino (*ming men*), il cielo penetra e istruisce l'uomo e lo chiama al suo destino.

Gli spiriti sono il cielo in noi, *shen* 神 rappresenta il principio vitale. Il suo ideogramma esprime l'espressione alternante delle forze naturali 申 sotto l'autorità delle influenze che vengono dall'alto 禘.

È il cuore che tesaurizza gli spiriti, ed è dal cuore che si irradia la loro luminosità. Esso è sia il vuoto che permette agli spiriti di risiedervi, sia l'attività che permette loro di circolare. Il cuore infatti è l'imperatore ed il maestro, ed esercita la sua autorità sui *mai* nei quali scorrono il sangue ed i soffi.

Nel capitolo 8 del Ling shu gli spiriti vengono messi in relazione con le essenze *jing*:

“Sangue e rete dell’animazione, ricostruzione e soffi, essenze e spiriti, ecco ciò che i cinque zang tesaurizzano”.

In *jing shen* ritroviamo la più completa espressione della vitalità e del suo rinnovamento. Abbiamo ciò che compone l’essere (*jing*), che fa da supporto all’azione degli spiriti (*shen*), in un accoppiamento che richiama i due aspetti dello *shao yin* : il rene e il cuore, ovvero l’asse della vita.

I sentimenti di allegria e di gioia corrispondono al cuore. Essi sono paragonati al suono dei tamburi, della musica e del canto, che esprimono il sentimento festoso e la gioia di vivere.

FUNZIONI

1. governa il sangue
2. governa i vasi sanguigni ed energetici (*mai*)
3. si manifesta nella carnagione del volto
4. alloggia lo *shen*
5. la sua apertura è nella lingua
6. controlla la parola
7. detesta il calore
8. controlla la traspirazione

GOVERNA IL SANGUE

Ciò avviene in due modi.

Il sangue si forma a livello del cuore, dalla combinazione dell’energia alimentare (*gu qi*) con l’aria (*tian qi*), sotto l’azione dell’energia del Polmone.

L’energia del cuore spinge il sangue nei vasi e lo distribuisce all’intero organismo per irrorarlo e nutrirlo. Se il *qi* del cuore è in vuoto, la circolazione rallenta e gli arti si raffreddano.

GOVERNA I VASI SANGUIGNI

Se il *qi* del cuore è abbondante, i vasi sono floridi, il polso è tranquillo e regolare; se il *qi* del cuore è debole il polso è vuoto e sottile.

SI MANIFESTA NELLA CARNAGIONE DEL VOLTO

Dato che il cuore regge i vasi sanguigni e poiché questi ultimi sono abbondanti sul viso, zona di pertinenza di quest’organo, la forza o la debolezza del cuore si rispecchiano nel colore dell’incarnato”.

Pertanto:

- se il sangue è florido ed il cuore vigoroso, la carnagione è rosea e luminosa;
- se il sangue è in vuoto, la carnagione è pallida ed opaca;
- se il sangue ristagna, l'incarnato diventa bluastro e porporino;
- se il cuore è affetto da calore, la carnagione si arrossa.

ALLOGGIA LO SHEN

Aspetto trattato precedentemente.

LA SUA APERTURA E' NELLA LINGUA

Nel *Sun Si Miao* afferma:

“La lingua è l'agente del cuore, per questo il qi del cuore circola fino alla lingua... La lingua è il germoglio del cuore”

Una ramificazione del meridiano del cuore mette infatti in comunicazione quest'organo con la lingua, facendovi giungere il proprio *qi* ed il proprio sangue. Il cuore influenza quindi il colore, la forma e l'aspetto della lingua. Secondo la somatotopia linguale, il cuore, posto nel *jiao* superiore, influenzerà in particolare la punta della lingua. Così:

- se il *qi* ed il sangue del cuore sono floridi, la lingua presenta un colore rosa ed è tonica;
- se il sangue del cuore è vuoto, la lingua è pallida e sottile;
- se il sangue del cuore ristagna, la lingua assume una colorazione porpora, presenta ecchimosi o macchie scure;
- se vi è calore nel cuore, la lingua si secca, si arrossa, soprattutto alla punta;
- se il calore divampa, possono comparire ulcerazioni linguali;
- se il calore penetra nel pericardio, oppure se le mucosità ostruiscono gli orifizi del cuore, la lingua diventa rigida.

CONTROLLA LA PAROLA

Oltre che attraverso la lingua, il cuore, in quanto alloggia lo *shen*, regge la parola come manifestazione dell'attività psichica. Così, ad esempio:

- un fuoco che turba il cuore può manifestarsi con logorrea, delirio verbale;
- le mucosità che ostruiscono gli orifizi del cuore possono manifestarsi con frasi senza senso, pianto e riso immotivati, ingiurie.

E' CORRELATO CON LA TRASPIRAZIONE

Il sangue ed i liquidi organici hanno un'origine comune ed i *jin ye* forniscono al sangue la parte liquida. Data la stretta relazione tra sangue e cuore, quest'ultimo sarà correlato alla sudorazione, come dimostrato da:

- sudorazioni spontanee in caso di vuoto del *qi* e, ancor più, collasso dello *yang* del cuore;
- sudorazioni notturne in caso di vuoto di sangue/*yin* del cuore.

Al di là del fatto che la sudorazione è per larga parte connessa a *wei qi* (che regola l'apertura e la chiusura dei pori), quindi alla superficie/polmone, molte iperidrosi su base emotiva, soprattutto al palmo delle mani, possiedono una evidente relazione con il cuore.

DETESTA IL CALORE

Tra tutte le *xie qi*, il calore è quello più invisibile al cuore. In caso di attacco di calore esterno, questo viene deviato verso il pericardio, perché il monarca deve essere protetto e salvaguardato.

MINISTRO DEL CUORE - *xin bao luo*: fa capo al Fuoco Ministro e rappresenta la funzione del cuore organo e dell'albero circolatorio. Se le energie perverse esterne aggredissero il cuore sarebbe la morte: l'incarico di questa difesa è deputato al ministro del cuore. Alcune scuole, basandosi sulla 39^a difficoltà del Nan Jing, gli hanno attribuito un'azione sulla sessualità, identificando per questo aspetto la sua funzione con quella del rene *yang*, col quale il ministro del cuore avrebbe in comune anche la sede pulsologica, il 3° polso profondo di destra.

Il ministro del cuore, inteso come organo, viene quindi considerato come una dipendenza del cuore. Inteso come meridiano, invece, il pericardio gode di una sua individualità, con un'influenza spiccata sul "centro del torace" ed agopunti di elevato interesse, come *nei guan* PC6.

Quindi, da un punto di vista clinico, senza nulla togliere all'importanza del suo meridiano, il ministro del cuore inteso come *zang*, appare sfumare come connotazione nelle funzioni che sono proprie del cuore, al pari del ministro che opera per conto dell'imperatore, il quale se ne avvale per comandare.

Abbiamo visto nel precedente capitolo riguardante il cuore come esso abbia la carica di imperatore e di maestro. In *Xin Zhu* 心主 (ideogramma che definisce il ministro del cuore), questo essere maestro assume un aspetto attivo e funzionale. Secondo il dizionario di Wieger (lez. 83D) *zhu* 主 rappresenta in questo caso l'immagine di una fiaccola con la fiamma che si innalza. L'idea del maestro, che richiama quindi l'aspetto più concreto del potere del cuore, una presa in carica di un compito: innanzitutto del sangue e della sua circolazione nei *mai*. Non quindi la designazione di un organo o di un viscere, ma prettamente di una funzione. Da questo possiamo vedere come l'espressione *xin zhu*, ministro del cuore, o ancora meglio "ciò attraverso cui il cuore comanda", esprima un'idea di dinamismo, di attività e, in ultima istanza, di movimento del *qi*.

Un'altra espressione per esprimere questa funzione è rappresentata da *Xin Bao Luo*, dove *bao* 包 è una sorta di involucro, di matrice (l'etimologia di questo carattere mostra un embrione dentro l'utero), che ha il compito di proteggere e di mantenere, mentre *luo* 絡 rappresenta una rete, una trama, una sorta di connessione. *Bao luo* sta quindi a significare che il cuore, che deve mantenersi vuoto, necessita non solo di protezione ma anche di uno stato di connessione permanente con l'intero organismo.

MILZA – pi è situata nel *jiao* medio (riscaldatore medio), in stretta connessione anatomica e funzionale con lo stomaco. È uno *zang* di natura *yin*. È considerata l'organo cardine del processo digestivo “il granaio ufficiale, da cui derivano i 5 sapori”. Essendo alla base del processo digestivo ed assimilativo degli alimenti solidi e liquidi, gioca un ruolo fondamentale nel sostegno dell'energia.

L'ideogramma di milza 脾 *pi* consta di due parti, la prima 月 rappresenta il radicale di carne e indica in questo modo che si tratta di una parte del corpo. La seconda 卑 raffigura invece un antico recipiente utilizzato per bere, con un manico sul lato sinistro. Un tipo di utensile di uso quotidiano, ordinario e comune, non del genere quindi usato per i riti sacrificali.

Ideogramma che rappresenta quindi, in modo ottimale, la funzione di questo *zang* mediano, del centro del corpo, che svolge il suo lavoro ogni giorno, in modo costante e poco appariscente. Un compito certamente comune e ordinario, ma che risulta indispensabile per il mantenimento della vita.

Il centro presiede alla divisione tra ciò che sale e ciò che scende. Una divisione tra ciò che si assimila e che si espande nell'organismo e ciò che sarà rifiutato. Tra il chiaro, che richiama le qualità del cielo, e che è sufficientemente leggero e ricco da potersi diffondere, e il torbido, che è simile alla terra. È a questo livello, nella regione del centro, che avviene questa prima importante separazione.

Nonostante fienili e granai siano molto simili nella loro funzione, e nonostante milza e stomaco siano spesso due facce di questa funzione, bisogna ricordare sempre che la milza, in qualità di *zang*, risulta più attiva nell'immagazzinamento, nella lavorazione delle essenze e nella loro distribuzione nel corpo, mentre lo stomaco, in qualità di *fu*, è più attivo nella trasformazione, nel trasporto e nell'assicurare il passaggio del suo contenuto verso gli altri visceri.

Le proprietà della Terra sono il ricevere e il dare. Essa può ricevere ogni tipo di semenza e dare ogni tipo di prodotti. È in grado di ricevere, accettare, trasformare, assimilare e distribuire, tanto le essenze tratte dagli alimenti, quanto un'idea o un'emozione, questo come centro e come Terra nell'uomo.

Il sapore dolce è il sapore del centro ed è la somma di tutti i sapori, in armonico equilibrio tra di loro. È il sapore dei cereali che, con le loro caratteristiche,

mantengono e rinnovano le funzioni della milza. Le carni, che danno la forma al corpo e nelle quali circolano i soffi e il nutrimento, sono espressione di questa funzione. Dalla terra, dal *jiao* mediano, le essenze e i soffi salgono al *jiao* superiore, permettendo al polmone di svolgere il suo compito di propagazione ritmica dei soffi.

FUNZIONI

1. Assicura la trasformazione ed il trasporto
2. Fa salire il puro
3. Trattiene il sangue
4. Regge la carne e gli arti
5. Si apre nella bocca e si manifesta nelle labbra
6. Alloggia lo *Yi*

ASSICURA LA TRASFORMAZIONE ED IL TRASPORTO

La milza trasforma i cibi per estrarne il *qi* (*gu qi*), la cui quota più pura viene poi distribuita ai vari organi. A livello del *jiao* superiore il *qi* estratto dalla milza ed innalzato al polmone, mischiandosi con l'aria (*tian qi*) formerà l'energia del torace (*zong qi*), la quale fornirà l'impulso ai movimenti del *qi* del polmone e del cuore (in altri testi la *zong qi* origina dalla parte più pura degli alimenti e sale al torace attraverso *xuli*, il Grande *luo* dello stomaco). D'altra parte, il *qi* degli alimenti, sotto l'impulso di *zong qi*, a livello cardiaco, darà luogo alla formazione del sangue. Si comprende quindi il ruolo fondamentale della milza nella formazione del *qi* e del sangue: se la milza funziona correttamente essa è in grado di assimilare i cibi, di trasformarli, di trasportarli e distribuirli a tutto l'organismo, che potrà accrescersi e prosperare.

Questa azione di trasformazione oltre che sui cibi solidi si esercita anche sui liquidi, che vengono separati e trasformati. La quota più pura viene inviata al polmone, il quale la distribuisce alla pelle e la indirizza in basso, la quota più impura, grazie allo stomaco, viene inviata agli intestini, ove viene ulteriormente metabolizzata.

FA SALIRE IL PURO

I nutrienti solidi e liquidi estratti dalla milza e purificati vengono innalzati al *jiao* superiore. La funzione di trasformazione e quella di innalzamento sono intimamente collegate, tanto che, in caso di malfunzionamento della milza, comparirà diarrea (un cibo impuro che, non potendo essere innalzato, si muove verso il basso) ed i liquidi ristagneranno sotto forma di umidità/edemi o di mucosità.

TRATTIENE IL SANGUE

Oltre che giocare un ruolo fondamentale nella formazione del sangue, come visto precedentemente, la milza, attraverso il suo *qi*, mantiene il sangue all'interno dei vasi. Se il *qi* della milza è valido, il sangue circola normalmente nell'albero vascolare. Se il *qi* della milza è in vuoto, potranno comparire emorragie, sotto forma di ematuria,

metrorragie, enterorragie, fragilità capillari, ematomi (il tutto associato a segni di vuoto).

REGGE LA CARNE E GLI ARTI

La buona salute della milza è fondamentale quindi per determinare la forza dell'individuo, in particolare quella dei quattro arti, ed il trofismo della muscolatura, la quale è nutrita da un lato dal *qi* della milza ed irrorata dall'altro, dal sangue, nella cui produzione la milza gioca un ruolo essenziale.

SI APRE NELLA BOCCA E SI MANIFESTA NELLE LABBRA

La masticazione, operata nella bocca, è il primo stadio della digestione, e quest'ultima è collegata con la milza. Ecco quindi il nesso tra bocca e milza. D'altra parte, quando il *qi* della milza è florido, il gusto è normale, le labbra sono rosee ed umide. Se il *qi* ed il sangue della milza sono in vuoto, le labbra sono pallide e secche, o appassite e gialle. Se la milza è affetta da calore, le labbra sono secche, il paziente non percepisce correttamente i sapori ed ogni cibo gli appare dolciastro.

CONTROLLA LA SALITA DEL *QI*

Il *jiao* medio assicura la salita del puro a mezzo della milza, la discesa dell'impuro grazie allo stomaco, l'ascesa dello *yang* puro agli orifizi superiori, la discesa dello *yin* impuro verso gli orifizi del basso.

Di questo movimento verso l'alto, impresso al *qi* da parte della milza, sono partecipi tutti gli organi, i quali rimangono in sede grazie al *qi* della milza. In caso di vuoto del *qi* della milza, in particolare di crollo del suo *qi*, potranno comparire ptosi gastriche, renali, prolapsi uterini, vescicali, anali, ai quali potranno associarsi offuscamenti visivi e vertigini.

ALLOGGIA LO *YI*

L'anima vegetativa associata alla milza è lo *Yi*, traducibile come proposito, idea, opinione. Secondo la Scuola Europea di Agopuntura lo *yi* è:

“Il proposito che dà forma, dà corpo al pensiero e lo rinnova. La ricostruzione propone mantenimento e nutrizione, rinnova le forme del corpo. L'uno e l'altra sono l'espressione del movimento naturale della milza. Tutto l'essere, dalla parte più esterna (quattro arti), alla parte più interna (cinque zang) dipende da questo mantenimento nutritivo, da questo permanente rimodellamento. Il pensiero e le attività della coscienza dipendono dalla nutrizione che parte dalla milza, magazzino e granaio dell'essere”.

Nel pensiero tradizionale cinese non esiste distinzione tra il piano fisico e quello mentale. Su un piano analogico terra, carni, sapore dolce, milza e proposito hanno la

stessa valenza, perché sottesi da una medesima qualità energetica. È il centro, è la forma del corpo o del pensiero, è il ricevere e il dare, è la capacità di accettare e di trasformare, è la Terra, perno e riferimento mediano di ogni trasformazione.

POLMONE - *fei*, corrisponde all'elemento Metallo, ed è situato nel riscaldatore superiore. È il maestro dell'energia, in quanto è a questo livello che le varie energie si combinano a formare *zhen qi* o energia Vera. È infatti proprio dal meridiano del polmone che l'energia inizia il suo ciclo circolatorio, tanto che si dice che questo *zang* regga tutti i meridiani. Posto nel riscaldatore superiore, controlla la discesa e l'eliminazione, cioè governa i movimenti del *qi* e dei liquidi organici verso il basso. È altresì incaricato di reggere la superficie corporea, garantendone le difese verso l'ambiente esterno tramite la diffusione dei liquidi e dell'energia difensiva alla cute, e la termoregolazione. Pelle, annessi piliferi, olfatto, naso e sonorità della voce testimoniano del buono stato di salute del polmone. Alloggia il *Po*, che è ritorno allo *yin*, come avviene d'autunno, interiorizzazione e raccolta in se stessi: il suo sentimento è la tristezza che ben rispecchia questo movimento.

Alla fase dell'espansione e dell'esteriorizzazione tipiche dell'estate, momento nel quale lo *yang* ha raggiunto il suo massimo, segue il tempo del raccolto, del rientro dello *yang* nello *yin*, tipici della fase autunnale. In questa stagione troviamo un'idea di equilibrio e per alcuni versi anche di punizione. Questo infatti è il momento nel quale viene corretto e tagliato tutto ciò che va oltre il limite: i cereali o le teste dei condannati. Allo stesso modo il polmone riceve in udienza al mattino tutti i *mai* del corpo, per ripristinare e correggere l'equilibrio energetico e per rilanciarne la circolazione.

Il polmone *fei* 肺 è vicino al cuore, così come lo è il cancelliere al suo signore. In qualità di maestro dei soffi esso propaga e diffonde i soffi *yin* e *yang* e li fa circolare fino alla pelle ed ai peli in modo equilibrato, regolare e ritmico. Esso, come un tetto, copre il resto degli *zang* e attrae gli influssi del cielo, trasmettendoli verso il basso attraverso i meridiani. Il polmone, all'interno del corpo, è assimilabile al cielo e ne compie le medesime funzioni: raccoglie, concentra, condensa, fa cadere la pioggia, dà impulso alla circolazione e alla propagazione.

Questa stessa qualità di movimenti, considerata a livello psichico, viene associata alla tristezza e all'afflizione.

L'ideogramma di tristezza 悲 *bei*, secondo la Scuola Europea di Agopuntura, è costituito da una parte inferiore 心 che rappresenta il cuore e da una parte superiore 非 che indica il rifiuto: è il cuore che si rifiuta, l'opposizione di una persona a se stessa (schiena contro schiena) nel suo cuore. L'accentuazione di un armonico movimento di interiorizzazione, proprio del metallo, che ferisce e comprime il cuore e la sua gioia di vivere.

FUNZIONI

1. Regge il *qi* e la respirazione
2. Controlla i meridiani ed i vasi sanguigni
3. Controlla la diffusione
4. Controlla la discesa e l'eliminazione
5. Regola i passaggi dell'acqua
6. Regge la pelle ed i peli
7. Si apre nel naso
8. Alloggia il *Po*

REGGE IL QI E LA RESPIRAZIONE

In tal senso il polmone inala l'aria (*da qi*), altresì detto il *qi* celeste (*tian qi*) o *qi* puro ed esala il *qi* impuro. Il costante ricambio del *qi* cosmico operato dal polmone garantisce il funzionamento di tutti i processi organici. Infatti il *qi* inalato dal polmone si combina con l'energia estratta dagli alimenti da parte della milza (*gu qi*), a formare il *qi* del torace (*zong qi*). Questa energia, che si forma nel *jiao* superiore, da una parte si dirige verso la gola, per sostenere la respirazione, dall'altra verso il cuore, laddove si formerà il sangue (in altri testi la *zong qi* origina dalla parte più pura degli alimenti nel riscaldatore medio, sale quindi al torace attraverso *xuli*, il Grande *Luo* dello stomaco). Il torace è quindi definito "mare del *qi*", o "mare superiore del *qi*" (in opposizione al mare inferiore del *qi*, localizzato sotto l'ombelico). Il dinamismo del polmone, che si manifesta nella ritmicità della respirazione, è quindi alla base del dinamismo del *qi*, il quale a sua volta fornisce l'impulso alla circolazione del sangue.

Se il *qi* del polmone è in vuoto, l'attività respiratoria si indebolirà, la produzione di *zong qi* sarà compromessa, compariranno dispnea e voce fioca, la circolazione sia del *qi* che del sangue saranno in vuoto, i quattro arti saranno deboli e freddi, gli organi ed i tessuti non saranno riforniti di energia e sangue e comparirà astenia.

CONTROLLA I MERIDIANI ED I VASI SANGUGNI

In quanto maestro dell'energia, il polmone dà il via alla circolazione nei meridiani, che veicolano il *qi*; d'altra parte, poiché il *qi* è il comandante del sangue - in quanto forza propulsiva della circolazione - i vasi sanguigni, benché sotto la diretta dipendenza del cuore, sono indirettamente controllati dal polmone.

Se il polmone è in buona salute, la circolazione del *qi* e del sangue sarà valida, gli arti saranno caldi e forti; se il polmone è in vuoto, le estremità saranno deboli e fredde.

CONTROLLA LA DIFFUSIONE

Il concetto di diffusione, da alcuni tradotto come “dispersione”, si riferisce a due aspetti, tra loro connessi:

1. diffusione del *qi*, in particolare l’energia difensiva (*wei qi*), ai tegumenti;
2. diffusione dei liquidi organici allo spazio tra pelle e muscoli;

Attraverso la diffusione di *wei qi* il polmone garantisce il riscaldamento della cute e la difesa dell’ambiente interno dai fattori patogeni esterni. Se il polmone è debole, il paziente contrarrà facilmente malattie di origine esterna, in particolare da raffreddamento. Quando una *xie qi* invade la superficie, il polmone non può diffondere *wei qi* ai tegumenti ed il paziente avvertirà un senso di intralcio, di ingorgo, consistente in sensazione di bastonatura, timore del freddo, febbre, naso chiuso, tosse, difficoltà respiratorie. Se la *xie qi* in causa è il freddo, la sensazione di bastonatura ed il timore del freddo saranno più consistenti, se l’energia perversa è il calore, la febbre sarà più elevata; in ogni caso permarranno l’insofferenza ai cambiamenti dell’ambiente esterno (freddo, vento, ecc., perché l’organismo è senza protezione dalle *xie qi*) e le difficoltà respiratorie (naso chiuso e/o tosse e/o dispnea, perché l’energia del polmone non può circolare).

Oltre che di *qi* il polmone rifornisce i tegumenti di liquidi organici, diffusi alla pelle sotto forma di rugiada: in tal senso il *jiao* superiore (polmone) è paragonato alla “nebbia”. Questa rugiada umidifica, lubrifica e nutre la pelle e viene regolata da *wei qi*, la quale regge l’apertura e la chiusura dei pori e l’emissione del sudore. Se la funzione di diffusione esercitata dal polmone tramite *wei qi* è intralciata dal freddo di origine esterna, i pori sono bloccati e la sudorazione è assente. Se il vento invade i pori e li lascia beanti, il sudore continua a fuoriuscire, così come la sudorazione è abbondante in caso di calore che invade la superficie. Si tratta di tre condizioni di pienezza. D’altra parte, anche quando *wei* sia in deficit, non può assicurare l’apertura/chiusura dei pori e compariranno sudorazioni spontanee o al minimo sforzo. In quest’ultimo caso si tratta di una condizione di vuoto.

CONTROLLA LA DISCESA E L’ELIMINAZIONE

Il polmone è spesso paragonato al “tetto del carro imperiale”, in quanto situato nel *jiao* superiore. Trovandosi in tale posizione, inevitabilmente, sarà deputato ad indirizzare il *qi* verso il basso. Tale azione di controllo della discesa si esercita su:

1. discesa dell’aria inspirata fino ai reni;
2. discesa delle feci nel grosso intestino (*fu* accoppiato del polmone);
3. discesa dei liquidi al *jiao* inferiore.

Se la discesa dell’aria inspirata è intralciata, il *qi* ristagnerà nel torace (causando oppressione al petto e dispnea) e potrà risalire controcorrente (provocando tosse).

Se il *qi* del polmone non è valido, le feci non progrediranno nel grosso intestino, come spesso succede negli anziani in stato di vuoto energetico.

Se il *qi* del polmone non discende perché in vuoto, ci potrà essere ritenzione urinaria, come spesso succede negli anziani. Questi ultimi due aspetti, insieme all'eliminazione dei liquidi attraverso il sudore, rendono conto dell'eliminazione controllata dal polmone.

Da ultimo, se la diffusione dei liquidi alla cute è intralciata perché il polmone è bloccato da una *xie qi* o perché in vuoto, potranno comparire edemi sottocutanei, localizzati prevalentemente nella parte superiore del corpo.

REGOLA I PASSAGGI DELL'ACQUA

Il cap. 21 del So Wen afferma:

“ I liquidi entrano nello stomaco, la parte pura è inviata alla milza. Il qi della milza la manda in alto al polmone che, poiché regola i passaggi dell'acqua, la rimanda in basso alla vescica”.

Questa funzione, pertanto, è strettamente connessa a quella precedente ed alla funzione di diffusione, che si inseriscono, con un ruolo di primaria importanza, nel metabolismo dei liquidi, tanto che il polmone è spesso definito “la sorgente superiore delle acque”.

Infatti, i liquidi, estratti dalla milza, vengo da quest'ultima innalzati al polmone, il quale

- da una parte li nebulizza, li distribuisce alla pelle, che ne viene irrorata e lubrificata, e li elimina sotto forma di sudore, la cui emissione è regolata da *wei qi*, retta dal polmone. Se questi dinamismi governati dal polmone sono intralciati i liquidi possono fuoriuscire in eccesso sotto forma di sudore, oppure depositarsi tra pelle e muscoli sotto forma di edemi;
- dall'altra vengono indirizzati in basso, al rene ed alla vescica. Il rene, a sua volta, trattiene la parte più pura dei liquidi e li invia nuovamente in alto ad irrorare il polmone, il quale può facilmente soffrire di secchezza. Come detto precedentemente, se il polmone è in vuoto, come spesso avviene negli anziani, può manifestarsi ritenzione urinaria.

REGGE LA PELLE ED I PELI

esso infatti

- attraverso la funzione di diffusione rifornisce i tegumenti di liquidi organici, fornendo alla cute ed ai suoi annessi nutrimento ed umidità
- reggendo *wei qi*, che scorre in superficie, prevalentemente fuori meridiano, assicura la protezione dell'ambiente interno dalle *xie qi*, il riscaldamento della cute, la regolazione della sudorazione attraverso l'apertura e la chiusura dei pori.

Se il polmone non diffonde il liquidi alla pelle, questa sarà secca, ruvida, fessurata, senza splendore, i peli saranno aridi e secchi.

Il polmone è quindi doppiamente esposto all'ambiente esterno, sia in quanto connesso con la pelle, sia in quanto unico *zang* in diretto contatto con l'esterno. Questo rapporto diretto con il macrocosmo, d'altra parte alla base delle funzioni fisiologiche del polmone (inspirazione/espiazione dell'energia dell'aria) lo rende un organo particolarmente esposto agli attacchi delle *xie qi*.

SI APRE NEL NASO

Poiché la respirazione avviene attraverso il naso, quest'ultimo rappresenta l'apertura somatica del polmone. Se il polmone è in buona salute, l'aria passa attraverso il naso senza difficoltà e gli odori sono percepiti correttamente.

Se il vento/freddo invade il polmone, il naso sarà otturato, vi saranno rinorrea di liquido chiaro, anosmia, starnuti e tosse. Se il vento/calore invade il polmone, vi saranno ostruzione nasale, muco giallo e denso, anosmia, starnuti e tosse. Se la secchezza perversa ferisce il polmone, il naso sarà secco, il muco adeso, vi sarà tosse.

Si tratta di condizioni di pienezza di origine esterna che colpiscono il polmone, che si manifestano con segni e sintomi viscerali, fra i quali sono costantemente presenti disturbi della respirazione nasale. Anche le patologie di origine interna potranno manifestarsi a livello nasale: ad esempio, una pienezza di calore nel polmone potrà manifestarsi con vibrazioni delle ali del naso ed epistassi.

ALLOGGIA I PO

Nel cap. 8 del Ling Shu è scritto:

“Ciò che si associa alle essenze nel loro uscire ed entrare denota i Po”.

e ancora, nel cap. 9 del So Wen viene detto:

“Il polmone è la radice dei soffi, la residenza dei Po”.

Le anime vegetative dei *po* sono legate al polmone. I *po* 魄, in numero di sette, rappresentano gli spiriti della terra 鬼 animati dal movimento del biancore 白, e sono in contrapposizione con *shen* che rappresenta gli spiriti del cielo.

I *po* hanno un movimento di tipo *yin*, di ritorno verso la terra e di infossamento. Ad un livello più sottile essi richiamano i movimenti tipici dell'autunno, di abbassamento, di concentrazione e di rientro. Durante la vita i *po* si esprimono nei nostri movimenti vitali, negli slanci istintivi, nelle sensazioni, nella vita vegetativa. Da qui la necessità che essi abbiano un radicamento nel *jing* e nel polmone, che li tesaurizza e li sostiene attraverso i suoi soffi.

I *po* sono vicini al suolo e hanno natura *yin*, o meglio sono lo *yang* in seno allo *yin*. La loro natura li porta ad infossarsi in profondità e, alla morte, il loro destino sarà quello di ritornare alla terra. Il polmone attraverso i suoi soffi li sostiene, impedendo un loro precoce distacco e il ritorno all'indifferenziato, al senza forma da cui ogni cosa manifesta proviene.

RENI - Shen, corrispondono all'elemento Acqua, che per sua natura è fredda, condensata, ed è caratterizzata dall'aver una direzionalità verso il basso. Al contempo essi sono anche Fuoco. Ed è proprio attraverso questo elemento che l'acqua acquisisce la sua capacità di cambiare di stato, passando dal ghiaccio al vapore, e rendendo così possibile ogni trasformazione, e con ciò la vita stessa. Questo essere contemporaneamente acqua e fuoco rappresenta il doppio aspetto dei reni, simboleggiato dalla loro natura *yin* (rene destro), e *yang* (rene sinistro o *ming men*). Il rene è visto anche come luogo di riserva di altre energie: di quella pura degli organi, che in eccedenza vi si raccoglie, in particolare sotto forma di un'energia particolarmente preziosa e raffinata, denominata *jing*, preposta alla crescita ed alla riproduzione dell'individuo. Il tessuto di pertinenza dei reni sono le ossa, le quali racchiudono e proteggono i "midolli", con ciò intendendosi sia quello emopoietico che quello spinale, ivi compreso il sistema nervoso centrale. Posti nel riscaldatore inferiore, assicurano l'accoglimento in basso dell'energia, controllano gli orifizi del basso (ano ed uretra) e provvedono a rilanciare verso l'alto i liquidi organici, assicurando il raffreddamento fisiologico dell'organismo. In coppia con la vescica, svolgono il ruolo predominante nel metabolismo dei liquidi organici.

L'ideogramma che designa i reni è *shen* 腎. La parte inferiore 卩 è rappresentata dal radicale di carne, suffisso utilizzato in tutti gli altri dodici organi ad eccezione del cuore, che, essendo l'imperatore, non fa parte del corpo, e per il triplice riscaldatore, che è al di fuori da ogni classificazione organica. La parte superiore di sinistra 卩 indica invece un dipendente o un ministro in posizione prostrata. Infine la parte destra 又 indica la mano (destra) di chi comanda solidamente e in modo fermo e saggio.

Nel corpo i reni svolgono questa stessa funzione, sostenendo ogni aspetto importante della vita, in modo fermo, solido e duraturo. Essi governano ciò che sta in profondità e tesaurizzano tutti gli elementi che servono alla strutturazione e al mantenimento della vita.

Soffi originali ed essenze, acqua e fuoco, *yin* e *yang*: nei reni questi duplici aspetti sono sempre miscelati l'uno con l'altro, ed è da questa compenetrazione del fuoco nei reni, del fuoco nell'acqua che diventa possibile ogni costruzione vitale nel corpo umano. In base a questa prerogativa, per esempio, il fuoco dei reni o di *ming men* si fa carico di elevare i vapori umidi al polmone nel *jiao* superiore, attraverso le trasformazioni proprie del *jiao* inferiore, in un dialogo continuo di innalzamento e di abbassamento tra questi due livelli.

È necessario infatti che vi sia acqua nel cielo per avere la pioggia. Ed è così che il polmone, sorgente superiore dei liquidi, che rappresenta il cielo nell'uomo, raccoglie e condensa il vapore, abbassandolo in seguito sotto forma di liquidi. D'altra parte è altrettanto indispensabile che vi sia una spinta dal basso, dal *jiao* inferiore, che faccia salire dalla terra l'umidità e che quindi vi sia fuoco nella terra. In assenza di questo non ci sarebbe alcuna possibilità di vita. Un fertile scambio tra questi due elementi risulta indispensabile e, nel corpo umano, esso trova una rappresentazione nella duplicità, e nello stesso tempo nell'unicità, dei reni.

Nella natura l'inverno ha lo stesso movimento che i reni hanno nel corpo umano: chiude e tesaurizza. A differenza di ciò che accade in estate, niente in questo periodo deve essere lasciato uscire fuori o perso, per esempio con la sudorazione o con un'eccessiva attività sessuale: né essenze, né soffi. Questa è la forza e il lavoro svolto dai reni che, in primavera, consentirà lo slancio del fegato e del legno.

L'inverno è il nord e il nord è il punto del ritorno alle origini e all'unità. Al contempo il nord è il luogo di separazione tra l'acqua e il suolo che, ghiacciati, non comunicano più tra di loro. È il momento nel quale, trattenendo il fuoco all'interno, il seme viene protetto e restituito alla germinazione in primavera, quando lo *yang* tornerà a crescere in superficie e all'esterno. L'acqua penetrerà allora il terreno rendendolo umido e di nuovo fertile.

FUNZIONI

1. Immagazzinano il *jing*, reggono la crescita e la riproduzione
2. Producono il midollo, riempiono il cervello, governano le ossa
3. Governano l'acqua
4. Assicurano la raccolta del *qi*
5. Controllano i due orifizi del basso
6. Si aprono nelle orecchie
7. Si manifestano nei capelli
8. Alloggiano lo *Zhi*

IMMAGAZZINANO IL JING, REGGONO LA CRESCITA E LA RIPRODUZIONE

Il *jing* è quindi costituito da due porzioni:

1. il *jing* innato o del cielo anteriore;
2. il *jing* acquisito o del cielo posteriore.

Il *jing* innato deriva dai genitori, dall'unione dello spermatozoo paterno con l'ovulo materno, nutre il feto durante la gravidanza e determina le caratteristiche somatiche e psichiche dell'individuo, rendendolo unico. Se vogliamo, è il patrimonio genetico.

Il *jing* acquisito deriva dalle trasformazioni operate sugli alimenti da parte della milza e dello stomaco dopo la nascita dell'individuo. Sebbene strettamente collegato

alla milza e allo stomaco, il *jing* acquisito deriva dall'attività metabolica di tutto l'organismo nel suo complesso e tutti gli organi partecipano alla sua produzione.

Queste due essenze, o “quintessenze” sono strettamente dipendenti e si aiutano vicendevolmente, in quanto, prima della nascita, il *jing* innato prepara la base per accogliere il *jing* acquisito, dopo la nascita il *jing* acquisito nutre, fortifica e sostiene il *jing* innato. E. Rochat de la Vallée e padre C. Larre lo definiscono nel seguente modo: “*il modello di ogni vita e la base del suo mantenimento. La dotazione originale di ciò che organizza lo sviluppo di una forma corporea e che dirige, lungo tutta la vita, il suo rinnovo sullo stesso modello*”. Considerate nella loro inscindibilità, queste due componenti vengono tesaurizzate a livello dei reni.

Il *jing* del rene fornisce la base materiale per entrambe le radici del rene, quella *yin* e quella *yang*. Di natura fluida è connesso allo *yin* del rene, e molte patologie da depauperazione del *jing* renale si manifesteranno con sintomi di vuoto dello *yin* del rene. D'altra parte, mantiene anche una connotazione *yang*, come dimostrato dai disturbi della sfera sessuale connessi ad un suo decadimento, peraltro correlati alla radice *yang* del rene.

L'azione riscaldante/dinamizzante del *ming men* (*yang* del rene) esercitata sul *jing* (*yin* del rene) è la base per la produzione del *qi* del rene, tanto che il *jing* del rene è il fondamento del *qi* del rene.

Il ciclo vitale dell'individuo è quindi legato al *jing* del rene, in ogni sua fase, in quanto:

- dopo la nascita regge lo sviluppo somatico e psichico
- nella vita adulta la libido e la fertilità
- nella vecchiaia il decadimento delle funzioni fisiche e mentali

Una sua insufficienza si paleserà

- nell'infanzia con ritardi di ossificazione delle fontanelle, ritardi di accrescimento somatico, di sviluppo psichico, nella deambulazione
- nella vita adulta con infertilità, aborti ripetuti, frigidità, impotenza, scarsa libido
- nella vecchiaia con deterioramento osteo-articolare, denti malfermi, calvizie, canizie, acufeni, sordità, vertigini, difficoltà di memoria, di concentrazione, scadimento intellettuale
- in generale con scarsa resistenza alle malattie e debolezza costituzionale.

PRODUCONO IL MIDOLLO, RIEMPIONO IL CERVELLO, GOVERNANO LE OSSA

Il So Wen, al cap. 5, afferma:

“I reni generano le ossa ed il midollo”.

Questo aspetto ci ricollega al *jing*, che abbiamo appena trattato, in quanto il midollo è considerato una manifestazione del *jing*.

In Medicina Tradizionale Cinese con il termine midollo (*Sui*) si indicano sia il midollo emopoietico, che il midollo spinale, che il cervello (*Nao*) altresì detto mare dei midolli (*sui hai*). Il concetto che ne deriva è che il rene, attraverso il suo *jing*, produce i midolli, i quali, a loro volta, nutrono le ossa.

GOVERNANO L'ACQUA

Ciò avviene in vari modi.

Regolazione dell'apertura e della chiusura. Al pari di un cancello che si apre e si chiude, i reni eliminano i liquidi in eccesso e trattengono quelli necessari. Un corretto funzionamento di questo meccanismo presuppone un equilibrio tra lo *yin* e lo *yang* dei reni. Se lo *yang* è in vuoto, il cancello rimane aperto e le urine fuoriescono abbondanti e chiare. Se lo *yin* è in vuoto, il cancello rimane chiuso e le urine sono scarse ed ipercromiche. Si consideri che il binomio vuoto di *yang* = urine abbondanti e chiare non è costantemente vero poiché, in caso di deficit cronico e consistente di *yang*, il rene può perdere la capacità di metabolizzare i liquidi organici, i quali non vengono più espulsi, con contrazione della diuresi, ma tendono a spandersi in tutto l'organismo causando edemi.

Produzione dell'energia per separare i liquidi puri da quelli impuri. Come sappiamo, il metabolismo dei liquidi è frutto di successive distillazioni dei liquidi di provenienza alimentare, operate dallo stomaco, dalla milza, dall'intestino tenue e dal grosso intestino. Fisiologicamente, queste separazioni sono operabili a patto che i reni forniscano l'energia/calore necessari.

I reni ricevono i liquidi indirizzati dal polmone verso il basso. Su questi liquidi così ricevuti i reni operano un'ulteriore distillazione, rinviando la parte più pura verso il polmone, al fine di mantenerlo umido, ed inoltrando quelli impuri ed in eccesso verso la vescica, dove, sotto l'azione del *qi* dei reni, verranno trasformati in urina e correttamente trattenuti o eliminati. Non vi è quindi una fase del metabolismo idrico, in tutti e tre i riscaldatori, che non sia sotto l'influenza diretta o indiretta dei reni.

ASSICURANO LA RACCOLTA DEL *QI*

Il fenomeno della respirazione è frutto della collaborazione del polmone, che inala il *qi* e lo indirizza verso il basso, e dei reni, che devono captarlo, accoglierlo e trattenerlo. Se i reni sono in vuoto e non riescono ad accogliere e trattenere il *qi*, questo si ribella verso l'alto, provocando oppressione toracica, dispnea, asma.

CONTROLLANO I DUE ORIFIZI DEL BASSO

I due orifizi del basso sono l'uretra e l'ano. Attraverso l'uretra passano le urine e, nel maschio, lo sperma. Se il *qi* del rene non è solido, non può trattenere le urine e si manifesterà incontinenza urinaria o enuresi. Nel maschio, un vuoto del *qi* del rene o un vuoto del suo *jing* potranno manifestarsi con spermatorrea, polluzioni notturne o ejaculazione precoce.

Per quanto concerne l'orifizio posteriore, sotto le dipendenze del grosso intestino, si consideri che molte patologie del transito intestinale, soprattutto la diarrea, sono inquadrate nella sfera della milza. Quest'ultima, per il rifornimento di *yang qi* dipende dallo *yang qi* dei reni, cosicché, il vuoto di questa polarità renale potrà trasmettersi alla milza e provocare la comparsa di diarrea o prolapsi anali. In ultimo, se lo *yin* dei reni è vuoto, le feci saranno secche, dure e scarse.

SI APRONO NELLE ORECCHIE

Il capitolo 17 del Ling Shu afferma:

“Il qi dei reni va alle orecchie; quando i reni sono in armonia, le orecchie possono udire i 5 suoni”.

Quando il *jing* dei reni, durante la vecchiaia, si impoverisce, compaiono acufeni e cali uditivi.

SI MANIFESTANO NEI CAPELLI

Se i reni sono in buon salute i capelli sono folti, lucidi, crescono rapidamente. Se i reni sono in vuoto, i capelli cadono, sono fragili, secchi, spezzati, si imbiancano. Questi aspetti inerenti la capigliatura sono in particolare connessi con lo stato del *jing* dei reni.

ALLOGGIANO LO ZHI

Il carattere *Zhi* 志 presenta nella parte inferiore l'immagine del cuore 心 e, nella parte superiore, una pianta che comincia ad innalzarsi dal suolo 土. È l'asse della vita che permette alla pianta di svilupparsi, di elevarsi e di tendere alla vita. È l'asse dello *shao yin* che comprende l'uomo tra il cielo e la terra, tra gli spiriti e le essenze, tra l'Acqua e il Fuoco. La Scuola Europea di Agopuntura traduce questo termine con: volere, volontà, disegno, scopo, tensione verso un fine, aspirazione.

MING MEN – il concetto di *ming men* è strettamente connesso ai reni. *Ming men* è la fonte dalla quale proviene il potere per creare una nuova vita.

A questo livello l'uomo immagazzina le sue essenze, in questo caso lo sperma, mentre la donna ancora gli organi riproduttivi. Esso rappresenta inoltre il luogo ideale per permettere all'embrione di svilupparsi, grazie all'azione di trasformazione svolta dal fuoco sulle essenze medesime.

Il *ming men* è l'incarnazione del fuoco dei reni, fonte del fuoco fisiologico per tutte le funzioni organiche. Benché ogni organo contenga una polarità *yang* ed una *yin*, queste nature opposte e complementari trovano piena estrinsecazione a livello dei reni, fonti dell'acqua e del fuoco, del vero *yin* e del vero *yang*. Nella tradizione taoista *ming men* rappresenta la porta della vita, la porta 門 del destino 命. Nel suo dizionario etimologico Wieger lo definisce nel seguente modo:

“Nel linguaggio filosofico ming men rappresenta l'ordine per mezzo del quale il cielo chiama l'uomo all'esistenza e attraverso il quale fissa a lui un destino”.

Ming men è il luogo simbolico di passaggio dal cielo anteriore al cielo posteriore, ed assume una connotazione più di tipo temporale che di tipo spaziale, rendendo in questo modo difficile una sua sicura localizzazione all'interno del corpo umano. Nell'alchimia interna taoista *ming men* corrisponde al campo di cinabro inferiore, localizzato tre distanze al di sotto dell'ombelico.

A partire da *ming men* inizia il mistero della vita, con la fusione dei tre tesori: *qi*, *jing* e *shen*. Un mistero in continuo rinnovamento che fa della trasformazione (*hua*) la sua parola chiave, nel divenire dell'essere nel cielo posteriore.

FUNZIONI

1. È la radice di *yuan qi*
2. È la fonte del fuoco di tutti gli *zang fu*
3. Riscalda il *jiao* superiore
4. Riscalda il *jiao* medio
5. Riscalda il *jiao* inferiore
6. Riscalda il *jing* e l'utero, armonizzando la funzione sessuale
7. Aiuta il rene ad accogliere il *qi*

E' LA RADICE DI YUAN QI

Questa forma di energia è la scintilla mobilizzatrice, l'innesco di ogni trasmutazione di ogni forma di *qi* in un'altra. Essa stessa, dinamizzata dal calore del rene *yang*, necessita di calore per innescare le trasformazioni alle quali presiede (alimenti, *qi*, *xue*, *jin ye*, ecc.)

E' LA FONTE DEL FUOCO DI TUTTI GLI ZANG FU

Sostiene l'attività funzionale di tutti gli *zang fu*. Se il fuoco di *ming men* declina compaiono freddolosità, letargia, il metabolismo rallenta.

RISCALDA IL JIAO SUPERIORE

Nel senso che fornisce al cuore il calore necessario per espletare le sue funzioni. Se il fuoco di *ming men* è vuoto, il paziente sarà poco vitale, demotivato, depresso.

RISCALDA IL JIAO MEDIO

Fornisce alla milza ed allo stomaco il calore per svolgere le loro funzioni di separazione, trasformazione e trasporto. Se il fuoco di *ming men* è vuoto, la produzione di energia del cielo posteriore è scarsa, il paziente è astenico, anoressico, gli arti sono deboli, l'umidità ristagna e compare diarrea.

RISCALDA IL JIAO INFERIORE

Fornisce alla vescica il calore necessario per metabolizzare i liquidi ed espellerli. Se il fuoco di *ming men* è vuoto, i liquidi si accumulano e provocano edemi.

RISCALDA IL JING E L'UTERO, ARMONIZZANDO LA FUNZIONE SESSUALE

Sostiene la libido e la fertilità. Se il fuoco di *ming men* è vuoto, l'uomo può accusare cali di desiderio, impotenza, polluzioni, spermatorrea, infertilità; la donna, frigidity, leucorrea, amenorrea, infertilità, incapacità a condurre a termine le gravidanze.

AIUTA IL RENE AD ACCOGLIERE IL *QI*

La capacità del rene di accogliere il *qi* è un fenomeno dinamico (tanto che si parla di "afferrare il *qi*"), connesso con il rene *yang* /fuoco di *ming men*. Se il fuoco di *ming men* declina, potranno comparire una dispnea ed un asma croniche.

In ultima analisi, tutto si gioca tra calore (fuoco di *ming men*) e *yuan qi* (la forma di energia più vicina allo *yang*). Questi due aspetti sono alla radice di ogni riscaldamento e di ogni dinamizzazione (δυναμις = energia) all'interno dell'organismo: senza di essi tutto rallenta, ristagna, si raffredda e, in ultima analisi, muore.

FEGATO – *gan* , legato al movimento del Legno, è posto nel riscaldatore inferiore. Agevola ed assicura la regolazione, con ciò intendendosi che provvede all'armonico fluire dell'energia in tutto l'organismo, sostenendo in particolare la circolazione del sangue, la secrezione della bile e le funzioni digestive della milza. Svolge l'importante funzione di magazzino del sangue, mettendolo a disposizione durante l'attività fisica diurna, richiamandolo durante il sonno notturno.

Secondo la Scuola Europea di Agopuntura, "*il fegato gan in un corpo di carne, 巛 è un pestello diritto 𠄎 pronto ad attaccare, ma anche a sostenere, oppure uno scudo conficcato nel terreno davanti a sé, che difende e protegge*". È il movimento

primaverile del legno, con il suo slancio vitale che ancora le sue radici nella profondità dell'acqua, dell'inverno e dei reni. Un movimento di elevazione e di espansione, che durante l'estate verrà conservato e stabilizzato. Il *qi*, in questo periodo, può andare liberamente all'esterno prima di ritrovare, dopo il massimo estivo, la sua via verso il rientro e la concentrazione. È un soffio primaverile che rompe la fredda rigidità dell'inverno, ed è il momento nel quale il cielo e la terra si incontrano di nuovo per produrre la vita.

Il vento è il messaggero di questo incontro, è il primo movimento, l'inizio, che corrisponde ad una sorta di agitazione e di eccitazione. I suoi soffi sono vento nel cielo e legno sulla terra, ed è questo che lo mette in relazione con la messa in moto e il dispiegamento delle energie vitali, traendo beneficio e potenza dalla tesaurizzazione invernale. Il fegato è manifestazione di forza e d'impulso alla vita, una forza che, come già detto, prende origine dai reni.

Esso si costituisce e si mantiene attraverso ciò che risuona delle sue medesime frequenze energetiche: il verde, il legno, il vento o, ancora per esempio, il sapore acido. Si esprime nel corpo attraverso la forza e il movimento muscolare, dando impulso al *qi* al fine di ottenere una buona circolazione e un buon nutrimento del sangue. È questa medesima forza che mette in rapporto il fegato con il cuore, sia attraverso il ciclo di generazione, sia attraverso la contrattilità del muscolo cardiaco.

La collera corrisponde al fegato. Il suo ideogramma 怒 *nu* presenta il carattere di cuore 心 nella parte inferiore, nella parte in alto a sinistra una donna 女 (ridotta in schiavitù) e, in alto a destra, una mano 又 (che trascina). Secondo padre *Larre* ed *E. Rochat de la Vallée* la collera è: *“sia quella che scoppia che quella che resta ritirata. Quando la pressione accumulata esplose, sangue e soffi sono spinti verso l'alto... quando è trattenuta si generano blocchi non risolvibili... Quando essa esprime la normalità dell'elemento legno, è l'impetuosità stessa della vita, soprattutto nella potenza degli inizi. La collera del cielo è il vento. La collera patologica è la perversione del movimento legno. Quest'ultimo è la forza che origina i movimenti e li spinge fino al loro punto estremo, lo slancio per l'elevazione, l'impetuosità che fa andare avanti. Quando rompe i suoi ormeggi, abbandona le sue radici, perde il controllo: è l'impeto d'ira, la rabbia irragionevole”*.

Il fegato, all'interno del corpo umano, ricopre la carica di generale delle forze armate. Un generale saldo, corretto, deciso e coraggioso, che analizza e concepisce i piani e le strategie, che prevede il futuro e che appronta i mezzi per raggiungere un obiettivo o per organizzare la difesa. Sono del fegato i movimenti di espansione, di elevazione e della libera circolazione. A livello mentale questo può essere visto come l'elaborazione di piani e di strategie. A livello del corpo, questo può essere evidenziato dalla potenza e dalla motilità muscolare, oppure dal ruolo che questo *zang* ricopre nella circolazione del sangue e dei soffi.

FUNZIONI

1. Agevola ed assicura la regolazione
2. Contiene e conserva il sangue
3. Controlla i tendini
4. Si manifesta nelle unghie
5. Si apre negli occhi
6. Alloggia lo *Hun*

AGEVOLA ED ASSICURA LA REGOLAZIONE

Questa funzione si esercita attraverso la promozione dell'armonico fluire del *qi* e nel sostegno alle sue trasformazioni, con ciò garantendosi l'attività fisiologica di tutti gli *zang fu*.

In particolare questo aspetto della fisiologica attività del fegato riguarda:

1. le emozioni,
2. la funzione digestiva,
3. la secrezione biliare,
4. la circolazione del sangue,
5. la messa in moto di *san jiao* e della sua attività nei confronti della via delle acque.

Le emozioni. Sebbene l'attività mentale/affettiva nella sua globalità sia di pertinenza dello *shen*, quindi correlata al cuore, ciononostante il fegato è largamente coinvolto nell'affettività ed è forse l'organo che più facilmente si squilibra per motivi psicologici.

Se il *qi* del fegato non circola in maniera armonica e ristagna, oltre ai sintomi fisici (dolore agli ipocondri, gonfiori addominali, oppressione toracica distensiva, tensione mammaria, globo isterico) compariranno tristezza, facilità al pianto, umore cupo, mutevolezza di umore, depressione. Se il *qi* del fegato è agitato e tende a risalire verso l'alto sotto forma di liberazione dello *yang* del fegato, oltre ai sintomi fisici (cefalea, sensazione di stordimento, disturbi visivi, acufeni e sordità improvvisi), compariranno insonnia, iperonirismo, nervosismo, irritabilità, collericità.

D'altro canto, il perdurare di situazioni che inducono un accumulo inespresso di emozioni, soprattutto frustrazione e collera, danneggiano il fegato e compromettono l'armonico fluire del suo *qi*. Questa evenienza è molto comune nella vita odierna e le patologie da ristagno del *qi* del fegato sono di frequente riscontro nella pratica clinica, soprattutto nel sesso femminile.

La funzione digestiva. Questa azione si esercita mediante una facilitazione dei movimenti fisiologici del *qi* del *jiao* medio, tali per cui il *qi* di milza deve fluire verso l'alto, trasportando il *jing* degli alimenti solidi e liquidi, mentre il *qi* di stomaco deve scendere verso il basso, indirizzando la quota impura derivante dalla prima estrazione verso gli intestini. Se il *qi* del fegato ristagna (e, talvolta, se la milza e lo stomaco

sono in uno stato di vuoto), il fegato/legno può inibire la milza/terra, con comparsa di gonfiori addominali, diarrea, e/o lo stomaco/terra, con manifestazioni quali eruttazioni acide, nausea, vomito.

La secrezione biliare. Fisiologicamente, il *qi* del fegato eccedente va a formare la bile, che aiuta la milza e lo stomaco nelle loro funzioni digestive. Se il *qi* del fegato è stagnante, anche il flusso della bile è intralciato e potranno comparire eruttazioni, dolori agli ipocondri, sapore amaro in bocca, ittero.

La circolazione del sangue. Il sangue circola in quanto il *qi* lo sospinge. Se il *qi* non fluisce armoniosamente anche il sangue tende a ristagnare. L'intralcio alla circolazione del *qi* e del sangue fino alla stasi è la causa più comune di dolore. Essendo il fegato l'organo che garantisce il libero fluire del *qi*, non stupisce che molte patologie del fegato si manifestino con dolore, in particolare nelle regioni attraversate dal meridiano di fegato: regione mammaria, regione costale laterale, ipocondri, addome laterale, fosse inguinali.

Messa in moto del *san jiao*. La funzione del fegato di agevolare ed assicurare la regolazione mette in moto le attività del triplice riscaldatore ed attiva la via delle acque. Se il *qi* non circola nei meridiani e nei vasi, la via delle acque potrà ostruirsi, con comparsa di edemi ed asciti.

CONTIENE E CONSERVA IL SANGUE

Contenere e conservare il sangue significa che il fegato ha la funzione di immagazzinare il sangue, mettendolo a disposizione in funzione delle necessità fisiche. Durante il riposo fisico, ed ancor più durante il sonno, il sangue necessario all'organismo è poco e quindi viene immagazzinato nel fegato. Durante la veglia, ed ancor più durante l'attività fisica, il sangue viene messo in circolo per supplire alle aumentate richieste.

Se il sangue del fegato è in vuoto la persona si stancherà facilmente.

Come detto ripetutamente, il *qi* è il comandante del sangue, in quanto lo sospinge nei vasi. Dato che il fegato assicura l'armonico fluire del *qi* in tutto l'organismo, le patologie del *qi* del fegato, essenzialmente il ristagno o la risalita sotto forma di *yang*/fuoco del fegato, saranno frequentemente associate a disturbi del sangue. Così:

- se il *qi* del fegato ristagna, anche il sangue ristagna, con comparsa di dismenorrea con coaguli, masse addominali associate a gonfiori e dolori;
- se il *qi* del fegato si libera verso l'alto, compariranno rossore al viso, ma anche, in casi gravi, emorragie come emottisi, ematemesi, epistassi.

Da ultimo l'immagazzinamento del sangue da parte del fegato gioca un ruolo importante nella distribuzione del sangue a livello del piccolo bacino e nelle

mestruazioni. Molte patologie mestruali dipendono da un malfunzionamento del fegato, spesse volte su base psicologica. Così:

- se il sangue del fegato è in vuoto, compariranno oligomenorrea o amenorrea;
- se il *qi* del fegato ristagna, anche il sangue ristagna, con comparsa di algomenorrea, irregolarità mestruali, coaguli ematici, tensione premestruale, masse addominali.

CONTROLLA I TENDINI

La possibilità dei tendini di contrarsi e rilassarsi e di assicurare quindi il movimento delle articolazioni dipende dal trofismo degli stessi, e quest'ultimo è garantito dal sangue del fegato, che li nutre ed umidifica. Se il sangue del fegato è in vuoto, si manifesteranno crampi, contratture, spasmi, rigidità, intorpidimento, tremori, tetania.

Anche l'agitazione interna del vento del fegato, conseguente o ad un vuoto di sangue o a un depauperamento dei liquidi e del sangue da calore, si manifesta con contrazioni, crampi, movimenti convulsivi degli arti, trisma, opistotono. Il fegato quindi, per quanto concerne i muscoli, è deputato alla funzione contrattile, mentre il trofismo, lo ricordiamo, è di pertinenza della milza.

SI MANIFESTA NELLE UNGHIE

Queste ultime sono considerate come un "prolungamento" dei tendini. Se il fegato è in buona salute ed il suo sangue è florido, le unghie sono resistenti, lucide ed elastiche. Se il sangue del fegato è vuoto, le unghie saranno secche e pallide, sottili, fragili, molli, deformate o striate.

SI APRE NEGLI OCCHI

La funzione e l'acuità visiva sono strettamente connesse con il fegato.

- Se il fegato è in vuoto di sangue/*yin*, gli occhi saranno secchi, ci saranno fotofobia, fosfeni, vista torbida, nictalopia, cecità per i colori.
- Se si libera lo *yang* del fegato, compaiono offuscamenti visivi, fosfeni, iniezione congiuntivale.
- Se si libera il vento interno del fegato, gli occhi possono essere deviati.
- Se il meridiano del fegato è colpito dal vento/calore, gli occhi sono pruriginosi o brucianti, iniettati e dolenti.

Molti altri organi, oltre al fegato, mantengono dei rapporti con gli occhi, due in particolare sono però collegati agli occhi: il rene, il cui *jing* nutre gli occhi (liquidi oculari, sia intraoculari che extra, parte nervosa, acuità visiva) ed il cuore, che manifesta l'acutezza e la buona salute dello *shen* proprio attraverso lo sguardo.

ALLOGGIA GLI HUN

Gli *Hun*, 魂 in numero di tre, rappresentano gli spiriti della terra 鬼 *gui*, animati dal movimento delle nubi 云. Al contrario dei *Po*, gli *Hun* hanno tendenza ad elevarsi, ad andare e venire e, alla morte, essi ritorneranno al cielo. Durante la vita essi si esprimono sotto forma di spiritualità, immaginazione, intelligenza, sensibilità, conoscenza, sogno.

Da qui la necessità che il loro andare e venire sia radicato nello *yin*, in modo che essi abbiano la possibilità di andare lontano e che, nello stesso tempo, abbiano la possibilità di tornare. Per questo motivo sono tesaurizzati nel fegato che, da una parte, è uno *zang* maschile che apre all'esterno, esteriorizza e slancia la vita, ma che dall'altra viene moderato e stabilizzato in questi suoi movimenti sia dall'acqua dei reni, *zang* femminile radice dello *yin*, sia dal sangue, di cui il fegato è custode. In questo modo l'andare e il venire degli spiriti, scortati dagli *hun*, può avvenire con calma e serenità.

Essi infatti mettono la persona in contatto con la grande e profonda realtà della vita, cosa resa possibile dalla loro stretta connessione con *shen*, di cui sono ministri e ausiliari. Questo, sia durante lo stato di veglia che durante il sonno o il sogno, momento nel quale il fegato ricopre un ruolo molto importante, nel quale si è in contatto con la parte più profonda del proprio essere.

La morte avviene quando gli *hun* sono impossibilitati nel loro naturale movimento di andare e venire, nel momento in cui non esiste più nulla di sufficientemente concentrato per riportarli indietro e per ancorarli all'essere. In queste condizioni *hun* e *po* tendono a separarsi e il rischio è la morte. La forza di concentrazione, data dall'acqua dei reni, dalla volontà di vivere e dal sangue nel quale essi trovano alloggio, non ha più sufficiente coesione per richiamarli.

È così che l'essere umano, risultato dalla condensazione e dalla coagulazione dei soffi, va incontro alla separazione e alla dispersione, così come ha scritto Zhuang zi:

“La vita è concentrazione di soffi, quando i soffi si concentrano allora c'è la vita, quando si disperdono allora c'è la morte”.

Quando *hun* e *po*, anime spirituali e anime vegetative, si uniscono è la vita, quando si separano è la morte.

I FU

腑

INTESTINO TENUE – *xiao chang*, collegato al Fuoco Imperatore ed accoppiato con il cuore, provvede alla separazione del chiaro dal torbido. Tale funzione si esercita sui cibi ricevuti dallo stomaco: la parte più pura viene avviata al

riscaldatore inferiore per la formazione dell'energia difensiva, quella più impura verrà inoltrata all'intestino crasso (quota solida) ed alla vescica (parte liquida). Questa funzione di discernimento tra il puro e l'impuro, l'utile ed il superfluo, lo collega in qualche modo al cuore, con il quale è accoppiato.

Il chiaro *qing* è in generale ciò che va verso l'alto, che si eleva e si diffonde grazie alla sua sottigliezza e leggerezza. È rappresentato da sostanze, liquidi e soffi sottoposti nel corpo ad un movimento di diffusione ed elevazione, in ragione della loro purezza. Il torbido *zhuo* è invece ciò che va verso il basso, che si concentra e che finisce per essere evacuato. È ogni sostanza che nel corpo subisca un movimento di condensazione e di abbassamento. Chiaro e torbido si separano ad opera dell'intestino tenue, attraverso una nuova trasformazione, che fa seguito a quella svolta dalla terra nel *jiao* mediano.

FUNZIONI

1. La ricezione e la trasformazione dei cibi
2. La separazione dei liquidi

LA RICEZIONE E LA TRASFORMAZIONE DEI CIBI

L'intestino tenue riceve i cibi solidi e liquidi che sono già stati sottoposti ad un processo digestivo da parte dello stomaco. L'intestino tenue opera un'ulteriore separazione del puro dall'impuro, distribuendo il primo a tutto l'organismo per mezzo della milza, inviando il secondo al grosso intestino ed alla vescica. In particolare la frazione impura solida viene trasmessa al grosso intestino che la espelle sotto forma di feci, la quota impura liquida alla vescica, che la elimina sotto forma di urine.

Si consideri che, nell'ottica della Medicina Tradizionale Cinese, molti aspetti fisiologici e patologici legati al transito intestinale sono riferiti alla milza, alla quale si rimanda. Più definita invece la funzione che segue.

LA SEPARAZIONE DEI LIQUIDI

I liquidi impuri trasmessi dallo stomaco all'intestino tenue vengo sottoposti ad un'ulteriore purificazione. La quota più pura verrà inviata al grosso intestino, dove verrà riassorbita, la parte impura verrà trasmessa alla vescica, che la eliminerà sotto forma di urine. Da un punto di vista dei quadri patologici della Medicina Tradizionale Cinese, il ruolo più importante dell'intestino tenue si gioca nel riassorbimento e nella separazione dei liquidi. Questo è possibile solo grazie all'energia/calore fornita dal *ming men*. Le patologie dell'intestino tenue si manifesteranno quindi soprattutto come affezioni del sistema urinario, nelle quali le urine possono essere più o meno abbondanti, di facile o difficile emissione, a seconda che prevalga il freddo (in genere vuoto) o il calore (in genere pienezza).

TRIPLICE RISCALDATORE – *san jiao*, collegato con il Fuoco Ministro ed accoppiato con il ministro del cuore, è una funzione organica, non un viscere anatomicamente definito. È considerato il coordinatore di ogni attività organica. Alla sezione superiore è affidato il controllo delle funzioni respiratoria e circolatoria, alla media quella digestiva di milza e stomaco, alla inferiore il compito di canale di drenaggio, di recupero e di eliminazione.

Il triplice riscaldatore è *san jiao*. Secondo padre C. Larre il significato di *jiao* è che tutti gli elementi del corpo sono ben collegati tra di loro e che, nello stesso tempo, il fuoco fornisce loro il calore necessario per tutte le trasformazioni vitali dell'uomo.

San jiao è uno dei sei *fu* ed accompagna tutte le possibili trasformazioni del *qi*. È il grande agente della circolazione energetica nel corpo e, attraverso il *qi*, assicura la circolazione dei liquidi fino alla loro eliminazione. Esso è la forza concentrata dello *shao yang*, che gli permette di passare attraverso gli ostacoli e di aprire ogni via, cosa che consente di mantenere il *qi* in movimento e di avere una circolazione armonica nel corpo e nei meridiani.

San jiao è connesso ai reni. Alcuni commentatori indicano il rene sinistro come collegato funzionalmente alla vescica, mentre il rene destro lo sarebbe con il triplice riscaldatore. Questo in base alla 36 difficoltà del Nan Jing, dove il rene sinistro viene messo in relazione con l'acqua, la vescica e i movimenti dei liquidi nel corpo. Il rene destro sembrerebbe invece collegato con il *ming men*, in relazione quindi con il fuoco dei reni.

Shang jiao, comprende le funzioni del riscaldatore superiore, ha tra i suoi compiti principali quello di collegare il cuore e il suo ritmico pulsare con il polmone e la sua funzione respiratoria e con il mare del *qi*. Esso è in sintesi la funzione che si occupa di tutto ciò che fa circolare e pulsare ritmicamente il *qi*.

Zhong jiao, il riscaldatore mediano, è associato con il centro dello stomaco, mare dei liquidi e dei cereali. Esso assicura la digestione e la trasformazione e possiede la capacità di estrarre dal cibo tutto ciò che costituisce il corpo umano. È a questo livello che inizia il tragitto interno del meridiano del polmone, nella dialettica funzionale con il riscaldatore superiore, che contribuisce tra l'altro alla formazione del sangue. Il sangue, rispetto agli altri liquidi, necessita di questo passaggio nel riscaldatore superiore per acquisire quelle che sono le sue caratteristiche e le sue specificità.

Xia jiao il riscaldatore inferiore, ha il compito di canale di drenaggio, di recupero e di eliminazione. Come detto in precedenza, anche a questo livello è necessaria la presenza di un fuoco che permetta a tutto ciò che può essere ancora utilizzato dal corpo di risalire verso l'alto. Un fuoco inferiore che stimola questo movimento

ascendente, che si associa ad un fuoco al centro del torace per governare il movimento di diffusione.

FUNZIONI

1. il triplice riscaldatore come via di *yuan qi*
2. il triplice riscaldatore come suddivisione del corpo.

IL TRIPLICE RISCALDATORE COME VIA DI YUAN QI

Yuan qi risiede tra i reni ed è la forza motrice che attiva tutte le funzioni e le trasformazioni dell'organismo, fornendo il calore necessario per la digestione. *Yuan qi* raggiunge tutti gli *zang fu* attraverso il triplice riscaldatore, per entrare nei 12 meridiani ed emergere ai punti *yuan*.

La stretta dipendenza tra triplice riscaldatore e digestione è ripresa nella trentunesima difficoltà del Nan Jing, dove leggiamo:

“Il triplice riscaldatore è la via del cibo e delle bevande, l’inizio e la fine del qi”.

In quest’ottica e sotto l’azione dinamizzante di *yuan qi*, il *jiao* superiore controlla la ricezione, il *jiao* medio la frammentazione e l’omogeneizzazione, il *jiao* inferiore l’espulsione. Il triplice riscaldatore è quindi incaricato di sovrintendere alla regolazione dei processi di assimilazione, distribuzione ed eliminazione dei cibi solidi e liquidi.

IL TRIPLICE RISCALDATORE COME SUDDIVISIONE DEL CORPO

I piani di separazione sono costituiti dal diaframma e da quello passante per l’ombelico, cosicché

- Il riscaldatore superiore si trova sopra il diaframma ed include cuore, polmone e ministro del cuore
- Il riscaldatore medio si trova tra diaframma ed ombelico ed include milza, stomaco e vescica biliare.
- Il riscaldatore inferiore si trova sotto l’ombelico ed include fegato, reni, intestini e vescica.

STOMACO - *wei*, collegato con l’elemento Terra ed accoppiato alla milza, è certamente il più importante dei *fu*, in quanto costituisce la base dell’acquisito, quell’energia quotidianamente assunta e metabolizzata grazie agli alimenti, tanto da essere definito “madre dei 5 *zang* e dei 6 *fu*”. Le sue funzioni, soprattutto se paragonate a quelle degli altri *fu* appaiono particolarmente importanti. Esso infatti decompone ed omogeneizza il cibo, ne trasporta l’essenza, fa discendere l’energia

lungo il canale digerente e, da ultimo, è considerato l'origine dei liquidi organici assunti con l'alimentazione.

Lo stomaco *wei* è nel corpo **胃** il luogo nel quale viene ricevuto il cibo **食**. Questo è lo stomaco con la sua funzione di granaio e di ricettacolo degli alimenti. Esso viene chiamato mare dei cinque *zang* e dei sei *fu*, mare dei liquidi e dei cereali, mare dei soffi, e la sua funzione, come detto in precedenza, è molto vicina se non inseparabile da quella del suo *zang* accoppiato, la milza.

Ciò di cui si necessita per sostenere la vita in un organismo dipende dallo stomaco. Da esso infatti traggono vita i meridiani, gli *zang fu* e i soffi. Lo stomaco è indispensabile produttore e fornitore di tutte le forme di energia: per il rinnovamento degli *zang* nella forma dei cinque sapori, per il rinnovamento dei *fu*, per la produzione e per il mantenimento dei liquidi corporei, per i soffi nutritivi e di difesa.

Come fienili e granai, stomaco e milza sono in grado di ricevere, per poi elaborare, trasformare e distribuire a tutto l'organismo. È a questo livello che si svolge la prima tappa di estrazione delle essenze: è lo stomaco infatti che si incarica di distruggere la forma di un alimento per ricavarne le essenze, che saranno utilizzate per ricostruire giorno per giorno l'essere. Milza e stomaco sono i due aspetti complementari della funzione svolta dal centro, dalla terra nell'uomo: innalzamento e discesa, ricezione e distribuzione, secchezza e umidità e così via.

FUNZIONI

1. Decompone ed omogeneizza il cibo
2. Trasporta il *jing* dei cibi
3. Fa discendere il *qi*
4. È l'origine dei liquidi organici
5. Mare del nutrimento

DECOMPONE ED OMOGENEIZZA IL CIBO

Il *jiao* medio è paragonato ad una camera di fermentazione, un calderone in ebollizione nel quale gli alimenti vengono decomposti, frantumati e resi omogenei, per permettere alla milza di operare la prima separazione tra impuro e puro ed innalzare quest'ultimo al *jiao* superiore.

TRASPORTA IL JING DEI CIBI

In associazione con la milza, lo stomaco trasporta le essenze del cibo all'intero organismo, in particolare ai quattro arti. Se il *qi* dello stomaco è florido, il soggetto è stenico, se è in vuoto, i quattro arti e tutte le funzioni organiche sono deboli.

FA DISCENDERE IL *QI*

Il cibo oggetto della fermentazione effettuata dallo stomaco, dopo la prima separazione operata dalla milza, viene avviato verso l'intestino tenue, per essere sottoposto ad ulteriori processi di separazione ed assorbimento. Come detto, lo stomaco lavora in accoppiata con la milza e, mentre quest'ultima imprime un movimento ascensionale ai prodotti della prima digestione, lo stomaco è incaricato di inviare in basso i suoi residui. Questi processi di innalzamento ed abbassamento sono coadiuvati dal fegato, che lavora in stretto contatto con il *jiao* medio nel processo digestivo.

Se lo stomaco è incapace di far discendere il suo *qi*, e con esso i cibi solidi e liquidi, questi ristagnano, generando gonfiori e sensazione di replezione gastrica. Se il ristagno perdura, il *qi* dello stomaco si muoverà controcorrente, verso l'alto, provocando singhiozzo, eruttazioni, nausea, vomito.

Anche il *qi* del fegato, che normalmente coopera con lo stomaco ad inviare in basso il frutto della digestione, se ristagna nello stomaco, può provocare i sintomi suddetti.

E' L'ORIGINE DEI LIQUIDI ORGANICI

Se, da una parte, il processo di decomposizione del cibo porta all'estrazione dei liquidi, tale processo deve svolgersi in ambiente umido, sotto l'influenza del calore, come in un vero e proprio calderone. Questo è il motivo per il quale si usa dire che lo stomaco "ama l'umidità e detesta la secchezza". Se i liquidi dello stomaco sono abbondanti, la digestione è valida, se invece sono in vuoto sarà cattiva.

D'altra parte, l'alimentazione, o meglio lo stomaco, è la fonte del continuo rinnovo dei liquidi organici. Un'insufficiente apporto di liquidi tenderà a riflettersi a livello generale, determinando sintomi da vuoto di *yin* (soprattutto di rene e/o di polmone) e sintomi di secchezza interna (polmone e/o grosso intestino).

MARE DEL NUTRIMENTO

Secondo il Ling shu, al cap. 33, lo stomaco riceve tutti gli alimenti e, dopo averli trasformati, ne libera i componenti che risultano assimilabili, che si volatilizzano ovunque nel corpo.

VARIE

STOMACO E POLSO

Possiamo leggere nel cap. 15 del So Wen:

"Il polso più importante è quello di stomaco. I visceri dipendono tutti da quello che lo stomaco fornisce ad ognuno di loro: Questa vitalità comandata all'interno del petto si esprime in periferia con i polsi".

Il polso radiale, per essere fisiologico, deve presentare delle “caratteristiche stomaco”, in tal caso non è né debole, né forte, con un battito regolare e tranquillo. Se il polso è ruvido e duro, si dice che manca delle “caratteristiche stomaco”.

STOMACO E LINGUA

L’umidità “sporca”, residuata dall’azione digestiva dello stomaco, sale alla lingua a formare l’induito. Un induito sottile e bianco depone per un corretto funzionamento dello stomaco, un induito scarso e secco per un vuoto dei liquidi dello stomaco, un induito bianco e spesso per un freddo/umidità, un induito giallo e spesso per un calore/umidità.

GROSSO INTESTINO – *da chang*, collegato con l’elemento Metallo ed accoppiato con il polmone, svolge la funzione di riassorbimento di una quota di liquidi organici e di evacuazione degli scarti solidi attraverso le feci.

Le funzioni del grosso intestino, benché importanti, sono piuttosto essenziali nell’ottica della Medicina Tradizionale Cinese, in quanto molto di ciò che la Medicina Occidentale attribuisce a questo viscere, viene invece ascritto alla milza che, con le sue attività di trasformazione e trasporto, ingloba buona parte delle funzioni sia del piccolo che del grosso intestino.

Il grosso intestino porta quindi a termine il lavoro di selezione sul materiale alimentare cominciato nel riscaldatore medio e proseguito poi nell’intestino tenue. Esso, infatti, svolge un’ulteriore azione di trasformazione degli alimenti, per presiedere infine all’eliminazione dei rifiuti solidi e liquidi. Nulla di prezioso deve andare perso con questi scarti, la presenza infatti di diarree lenteriche indica un malfunzionamento dei processi digestivi a vario livello, sia per quanto riguarda il metabolismo dei solidi che dei liquidi.

Questa funzione di riassorbimento dei liquidi è retta da *san jiao/yuan qi* che, come visto, mantengono connessioni con lo *yang* di rene/*ming men*, fornitori del calore/energia necessari. La progressione del contenuto intestinale è invece garantita dal *qi* del polomone, organo accoppiato.

VESCICA – *pang guang*, collegata con l’elemento Acqua ed accoppiata al rene, svolge una duplice funzione, da una parte operando l’ultima trasformazione sui liquidi impuri ricevuti dall’intestino tenue, dall’altra regolando l’immagazzinamento e l’eliminazione delle urine.

FUNZIONI

1. Trasforma i liquidi
2. Accumula ed espelle l'urina

TRASFORMA I LIQUIDI

Altresì detta “trasformazione del *qi* (*qi hua*), consiste appunto nell'ultima separazione del puro dall'impuro operata sui liquidi provenienti dall'intestino tenue. Intestino tenue e vescica, costituenti il livello *tai yang*, lavorano in stretta sintonia per muovere e separare i liquidi organici nel *jiao* inferiore. Molte patologie urinarie, nelle quali la separazione del puro dall'impuro è intralciata, e che si manifestano con disuria, stranguria, ematuria, dipendono da un calore/pienezza nell'intestino tenue, spesso proveniente dal cuore. L'energia per la trasformazione dei liquidi operata dalla vescica deriva dal rene *yang/ming men*.

ACCUMULA ED ESPELLE L'URINA

Anche questa funzione è correlata al rene, il quale regge gli orifizi del basso e, come un cancello, li apre e li chiude. D'altra parte, i sintomi di un vuoto/freddo della vescica (urine abbondanti e chiare, incontinenza, enuresi), sono sovrapponibili a quelli di un vuoto dello *yang* del rene.

L'eliminazione dell'urina costituisce la fase terminale delle trasformazioni dei liquidi, con un ulteriore recupero di energia.

VESCICA BILIARE - *dan*, collegata con l'elemento Legno ed accoppiata con il fegato, si differenzia dagli altri *fu* in quanto non riceve alimenti o scarti e perché le viene attribuita un'attività mentale, come fosse uno *zang*. Per questo viene annoverata anche tra i visceri straordinari. In qualità di viscere ordinario, la colecisti svolge la funzione di facilitare la digestione e l'assorbimento dei liquidi e dei cereali con l'emissione della bile. A questo viscere è attribuita anche la capacità di discernere le cose giuste da quelle ingiuste, di prendere decisioni e di portarle a termine, il coraggio.

La vescica biliare si differenzia dagli altri *fu* per due motivi:

1. non riceve alimenti o scarti
2. le viene attribuita un'attività mentale, come fosse uno *zang*

Per questi e per altri motivi la vescica biliare viene annoverata anche tra i *qi heng zi fu*, o visceri straordinari.

La vescica biliare spesso viene chiamata “*il fu delle essenze che sono nel centro, nel mediano*” o anche “*il fu di ciò che è chiaro e nel mezzo*”. L'idea del giusto, del mediano è espressa dall'ideogramma *zhong* 中. Esso raffigura un centro, un bersaglio, attraversato nel mezzo da una freccia e significa: essere al centro di noi stessi, essere giusti e corretti, anche rispetto agli altri.

Tutto questo sta a sottolineare come essa non sia solo un *fu* di tipo ordinario, ma anche di tipo straordinario, insieme a cervello, midollo, ossa, *mai*, vescica biliare appunto e, in ultima posizione, l'utero. Essa quindi è l'unica tra questi sei visceri ad avere una duplice funzione: ordinaria e straordinaria.

La colecisti ha a che fare con tutto ciò che è chiaro e puro (la bile è considerata come liquido puro), ed opera in modo centrale ed esatto. Essa lavora dall'interno e, a differenza degli altri *fu* interessati ai processi digestivi, non ha contatto con l'esterno. Inoltre non ha rapporti diretti con gli alimenti.

Il suo compito è legato alla messa in movimento, essa rappresenta l'aspetto *yang* del legno, prende le decisioni e fa sì che esse siano applicate senza ostacoli. Questo viene reso possibile dalla forza del *qi* di *shao yang* e dalla rettitudine che, applicata sin dal principio, assicura che sia percorsa e mantenuta la retta via. È per questo motivo che nel cap. 9 del So Wen viene detto:

“Gli undici zang prendono le decisioni tramite la vescica biliare”.

Il comportamento degli organi e dei visceri dipende da quello della vescica biliare. Essi la consultano per la sua capacità di dare giudizi corretti e questo ha un'influenza sul corpo intero e sulla sua vitalità.

In qualità di viscere ordinario, invece, la colecisti svolge la funzione di facilitare la digestione e l'assorbimento dei liquidi e dei cereali con l'emissione della bile. La perdita di tale funzione, avrà ripercussioni sulla digestione medesima, sullo stomaco e sulla milza.

FUNZIONI

1. Accumula e secerne la bile
2. Controlla i tendini
3. Regge la capacità di prendere decisioni

ACCUMULA E SECERNE LA BILE

Il Ling shu definisce la vescica biliare “dimora del *jing* mediano”. Essa racchiude la bile o *jing*, che deriva dalla quantità eccedente del *qi* del fegato. L'escrezione della bile, che avviene per facilitare la digestione, può essere ricondotta alla funzione di “agevolare ed assicurare la regolazione” svolta dal fegato. La funzione digestiva della vescica biliare è sottolineata dal fatto che, nonostante la contiguità anatomica con il fegato, *dan* è collocata nel *jiao* medio (a funzioni prevalentemente digestive), e non nel *jiao* inferiore, insieme al fegato.

Comunque, la vescica biliare mantiene uno strettissimo rapporto con il fegato e la maggior parte delle patologie coinvolge entrambi. Così, in caso di ristagno del *qi* del fegato, la bile non viene secreta agevolmente e le funzioni del *jiao* medio ne risentono.

Sarà in particolare colpito lo stomaco, affetto da un ristagno che sfocia in un controcorrente, testimoniato da eruttazioni, nausea e vomito biliare.

CONTROLLA I TENDINI

La funzione è analoga a quella svolta dal fegato, salvo che, mentre il fegato nutre i tendini con il suo sangue, la vescica biliare assicura la contrattilità tendinea a mezzo del suo *qi*. A tale proposito si rammenti come il punto *hui* dei tendini (34 GB – *yang ling quan*) appartenga al meridiano di vescica biliare.

REGGE LA CAPACITA' DI PRENDERE DECISIONI

Argomento già trattato precedentemente.

I VISCERI STRAORDINARI

奇恒之腑

Nel cap. 11 del So Wen leggiamo:

“Cervello, midollo, ossa, vescica biliare e utero, questi sei sono prodotti dal soffio della terra; tesaurizzano lo yin e rimandano all’immagine della terra; ecco perché tesaurizzano senza mai fare scorrere verso l’esterno. Il loro nome è: fu straordinari”

Questi sei visceri sono caratterizzati da alcune peculiarità: sono dei *fu* e quindi cavi, ma viene detto che tesaurizzano il *jing*, richiamando in questo modo la funzione degli *zang*. Sono sei, numero che corrisponde ai soffi celesti, ma il So Wen sottolinea la loro appartenenza alla terra. Inoltre, essi non sono sottoposti al sistema dei cinque elementi, non hanno quindi cicli stagionali, non sono accoppiati con alcun organo, e non hanno una prevalenza *yin/yang*.

Quindi, in sintesi, possiamo dire che i visceri straordinari hanno l’appellativo di *fu* (visceri), ma hanno un ruolo che richiama quello degli *zang* (organi), in quanto contengono e tesaurizzano il *jing* e, attraverso questo, sono ancorati al cielo anteriore ed al rene.

Bibliografia

- 1) Nguyen Van Nghi, *“Pathogénie et pathologie énergétiques en médecine chinoise”*, Imprimerie Ecole Technique Don Bosco, 13 Marseille 6°
- 2) Chamfrault, *“traiti de Médecine Chinoise”*, Edition Coquemard, Angouleme
- 3) *“PIEN T’SIO - NAN KING”*, traduzione P. Grison, Masson, Paris
- 4) Faubert, *“Traiti didactique d’Acupuncture Traditionelle”*, Gui Tredaniel Editeur
- 5) Centro Studi sull’Agopuntura - Milano, *“Malattie di Organi e Visceri”*, Edizioni SO WEN, Milano



SEMEIOTICA E DIAGNOSTICA

GENERALITÀ

L'esame di un individuo secondo il metodo utilizzato in agopuntura tradizionale è innanzi tutto una investigazione energetica; infatti per l'agopuntore si tratta di situare l'unità energetica rappresentata dal paziente in rapporto all'ambiente in cui egli vive e/o alla situazione patologica in cui si trova in quel momento.

Per fare questo è necessario eseguire una ricerca sistematica dei sintomi che, inquadrati in precisi parametri, permettono di risalire alle cause e alla essenza della manifestazione morbosa del soggetto. A tal proposito dice il Suwen al cap. 65°:

“Tutti i disordini hanno delle cause primitive e delle cause secondarie”. Ed ancora “L'arte di praticare l'agopuntura consiste anzitutto nel saper discernere ciò che è *Yin* e ciò che è *Yang*, ciò che bisogna pungere per primo e poi in secondo tempo. Inoltre, bisogna conoscere anche il cambiamento di polarità dello *Yang* e dello *Yin*”.

La ricerca sistematica dei segni viene esplicitata attraverso una sottile Semeiotica che tradizionalmente si avvale di un esame del paziente in 4 tempi:

ispezione
ascoltazione
interrogatorio
palpazione.

I parametri cui i dati desunti da tale indagine devono essere riportati per una corretta diagnosi energetica sono costituiti dalle 8 Regole Diagnostiche:

Yin---*Yang*
Interno---Esterno
Freddo---Calore
Vuoto---Pieno.

Così sarà possibile valutare lo stato energetico del paziente, individuarne le cause di malattia, in quale stadio questa si trovi, quale sarà la sua evoluzione e derivare da tutto ciò delle ipotesi terapeutiche di riequilibrio energetico.

SEMEIOTICA

Passando ora all'approfondimento delle quattro tecniche d'esame del malato prendiamo in considerazione l'Ispezione.

ISPEZIONE

È la prima tappa dell'esame clinico; essa si basa sull'esame dell'aspetto del paziente, della tinta, degli occhi, della lingua, delle labbra, dei denti e degli annessi cutanei.

Aspetto del paziente. Si valuta l'atteggiamento psichico e fisico del paziente per poterlo inquadrare in una tipologia *Yin/Yang* sia a livello costituzionale che nell'ambito della malattia.

- Personalità *Yang*: estroversione con il piacere di stare con gli altri, di parlare a voce alta, di trovarsi in ambiente luminoso e fresco, di essere in movimento.
- Personalità *Yin*: introversione con tendenza all'isolamento, al silenzio, all'eloquio scarso e con voce bassa, alla quiete e allo stare in ambiente poco luminoso.
- Atteggiamento fisico *Yang*: il soggetto *Yang* comunica a testa alta, petto in fuori, respira profondamente, nel sonno preferisce il decubito sul dorso a corpo completamente esteso e rivolto verso una sorgente luminosa; inoltre si copre poco perché non ama il caldo.
- Atteggiamento fisico *Yin*: il soggetto *Yin* comunica guardando a terra a spalle curve, respira superficialmente, tende a coprirsi molto perché non ama il freddo, nel sonno preferisce il decubito rannicchiato rivolto verso il muro o il buio.

Esame della tinta. Per tinta in medicina cinese tradizionale vengono indicati lo stato ed il colore dei tegumenti, mucose, denti e unghie.

Sappiamo che i cinque colori si integrano nel sistema dei Cinque Elementi così: Verde = Fegato, Rosso = Cuore, Giallo = Milza, Bianco = Polmone, Nero = Reni. Il colore della pelle è la sintesi dei cinque colori collegati ai cinque elementi e quindi l'estrinsecazione dell'equilibrio energetico esistente o meno tra i vari organi. Il colore base varia col tipo razziale, mentre il colore dominante è dato dall'organo dominante.

- **Pelle.** In un soggetto ben equilibrato la pelle deve essere un pò brillante, tonica e leggermente umida. L'osservazione della tinta viene effettuata a livello del viso e della faccia volare dell'avambraccio.

In particolare una tinta:

- giallo rossastra è indice di affezione *yang* o da vento e calore;
- biancastra è segno di affezione *yin* da vuoto o da freddo;
- verdastra è dovuta a congestione di energia e di sangue da freddo o da dolore;
- nerastra è indice di esaurimento dello *yang* oppure dell'energia vitale.

Secondo il Ling Shu (cap. 50), le affezioni da calore degli organi si traducono all'esterno con una tinta della cute corrispondente all'organo colpito. Se il colore è molto spiccato ciò è indicativo di affezione di origine esterna e superficiale; se è smorto, interna e profonda. Secondo il Suwen (cap. 57), in rapporto all'evoluzione della tinta è possibile emettere un giudizio prognostico che sarà favorevole se il colore varia secondo il ciclo di generazione (es. dal verde al rosso), sfavorevole se compare il colore dell'elemento nonna (es. dal verde al bianco).

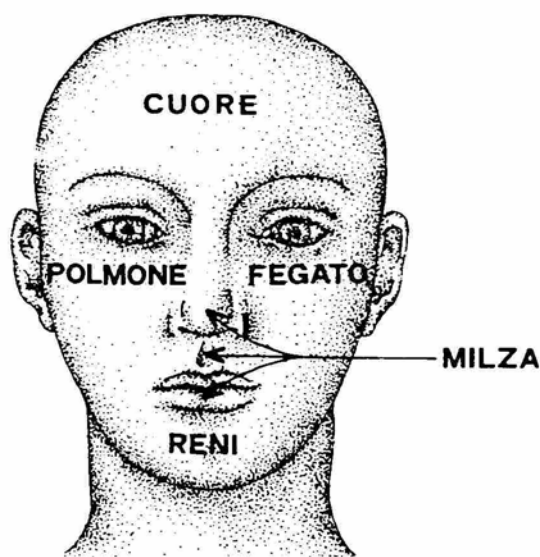
Una certa sfumatura giallastra della tinta deve sempre essere presente (tanto più per i cinesi) in quanto tale colore è associato alla terra (Milza-Stomaco) fonte fondamentale di energia.

Esame del viso. A livello del viso esiste un'attribuzione organo-zonale accettata dalla maggior parte degli autori:

la fronte al Cuore; lo zigomo destro al Polmone; lo zigomo sinistro al Fegato; naso, labbra e spazio naso-labiale alla Milza; il mento al Rene. In generale tuttavia il viso nel suo complesso corrisponde al Cuore.

Una colorazione di tali zone con il colore dell'organo corrispondente alla zona stessa è indice di calore nell'organo.

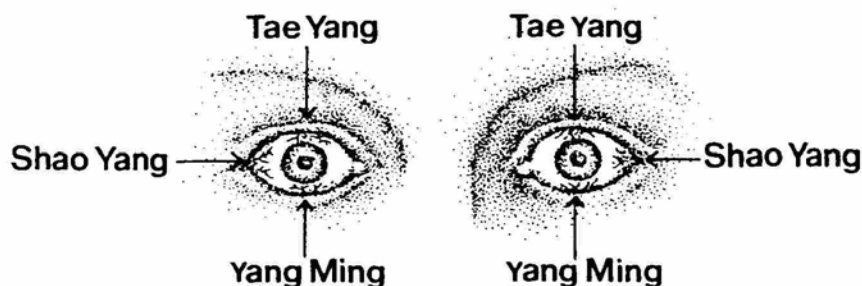
Se la fronte o l'insieme del viso sono rossi è segno di calore al cuore, se invece il viso è pallido e spento nella tinta, ciò indica che la Milza è in vuoto.



Esame degli occhi

L'occhio è un centro di riunione diretto o indiretto di tutti i meridiani sia principali che secondari; dice il Ling Shu (cap. 3) “bisogna esaminare gli occhi perché sono il riflesso dell'energia dei 5 organi”. Si osserverà in particolare:

- la vivacità dello sguardo: uno sguardo spento sarà indice di vuoto di energia; eccessivamente brillante invece indicherà un eccesso di energia *Yang* assoluto o relativo;
- il colore delle sclere e delle congiuntive: in generale gli occhi rossi saranno associati a malattia da calore, trasparenti da freddo; l'affiorare in queste sedi dei colori attribuiti agli organi secondo la legge dei 5 Elementi è espressione di patologia dell'organo corrispondente.
- i capillari congiuntivali: la loro accentuazione in un settore dell'occhio esprime l'interessamento dei meridiani principali *Yang* legati a tal settore e precisamente dall'alto verso la iride i meridiani di *Tai Yang*, dal basso verso l'alto i meridiani dello *Yang Ming*, dallo esterno verso l'interno i meridiani dello *Shào Yàng*.



- Il globo oculare: se intruso è segno *Yin*, se protruso è segno *Yang*.

Infine è importante rilevare come l'occhio in tutto il suo insieme sia considerato in medicina tradizionale cinese organo periferico di pertinenza del Fegato, tuttavia ogni parte dell'occhio è associata ad un organo:

iride, retina, cristallino al Fegato,
i capillari al Cuore,
i liquidi oculari e le palpebre alla Milza,
la sclera al Polmone, la pupilla al Rene.

Il canto interno (e da taluni anche quello esterno) è attribuito al Cuore.

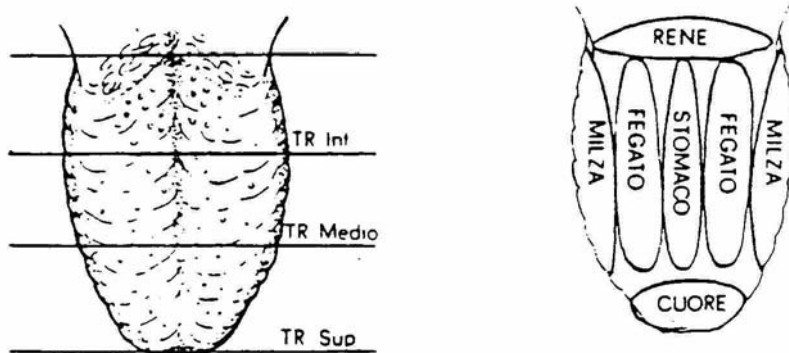
Esame della lingua

L'esame della lingua comporta due tempi:

- 1) l'esame delle caratteristiche globali della lingua
- 2) l'esame dell'induito

Il primo tempo permette di determinare il vuoto o la pienezza energetica dei cinque organi. Il secondo tempo fornisce elementi per determinare la localizzazione dell'energia perversa. La lingua normale non è né spessa né sottile, né troppo umida, né troppo secca, di colore rosso vermiglio, con induito lieve o assente.

Anche a livello della lingua esistono corrispondenze con i vari organi; tale suddivisione è valida sia nell'esame in toto della lingua che in quello dell'induito, ma mentre è concorde la suddivisione della lingua in tre parti corrispondenti ai tre Riscaldatori, per le altre attribuzioni non esiste univocità se si eccettua la base al Rene e la punta al Cuore. Noi vi presentiamo quella di più frequente riscontro.



L'induito è costituito dalla solidificazione dell'energia dello Stomaco, normalmente assorbita dagli organi e visceri.

Pertanto l'induito rispecchia le deficienze d'assorbimento dell'energia dello Stomaco da parte di organi e visceri, espressione di alterazione energetica dovuta a freddo e calore, vuoto, pienezza.

a) Caratteri patologici del corpo della lingua

Mobilità

Tremante con difficoltà di parola: insufficienza del Cuore e della Milza; tremolante da destra a sinistra: vuoto di Fegato; paretica: vuoto di Sangue ed Energia dopo lunga malattia; retratta: vuoto di Rene; se con scroto retratto, di Fegato.

Forma

Spessa: segno di pienezza;

fine: segno di vuoto;

sottile: vuoto di sangue ed energia;

gonfia: calore e/o pienezza della Milza; con colore rosso anche di Cuore;

molle o flaccida: vuoto di *Yin* da malattia cronica;

secca: insufficienza di liquido organico per eccesso di calore

Ruvida per papille dure e sporgenti: segno di calore; se distrettuale interessamento di un organo;

crepacciata o solcata: segno di calore con vuoto di *Yin*; se distrettuale interessamento di un organo.

Colore

È necessario distinguere il colore della lingua da quello dell'induito che si vedrà più avanti. L'umidità o la secchezza del corpo della lingua accompagnano i differenti colori che si possono osservare: l'umidità è segno di freddo, di pieno di *Yin*, la secchezza segno di calore e di pieno di *Yang*.

In generale: un aspetto brillante o splendente del colore indica una forte energia vitale e una prognosi buona; un aspetto smorto o spento è indice di mancanza di energia vitale e di prognosi sfavorevole.

- Rossa: il colore rosso è sempre indice di calore.
Rossa viva o rosso sangue: malattia da calore con febbre;
rosso carico solo sulla punta: risalita ed eccesso del fuoco del cuore nelle parti alte del corpo.
- Rosa spenta: vuoto d'Energia e di Sangue; rosa brillante: vuoto di *Yin* o di sangue e pienezza di *Yang* o di energia.
- Violetta: il colore violetto è indice di stagnazione energetica o di grave intossicazione organica.
Violetto scuro e opaco: ristagno sanguigno nel Fegato e nel Rene;
violetto con edema: intossicazione alcolica grave.
- Nera: il colore nero è sempre segno di malattia profonda e grave a prognosi sfavorevole; nera e secca: vuoto di sangue ed energia per eccesso di calore; nera e umida: vuoto di sangue ed energia per eccesso di freddo.

Una prognosi di vita o di morte può essere fatta sulla colorazione della base della lingua (corrispondente al Rene): se la colorazione è rosso vermiglia, prognosi benigna; se rosa pallido spento con secchezza, prognosi negativa per segni di esaurimento dell'energia vitale.

b) Caratteri patologici dell'induito

È necessario innanzi tutto informarsi che non vi sia stata assunzione recente di cibi o bevande.

- Non aderente: affezione benigna, prognosi buona;
- aderente: affezione grave: prognosi riservata;
- secco: segno di calore e pienezza;
- umido, grasso: segno di vuoto e di freddo.

Colori dell'induito

- Bianco è generalmente segno di malattia esterna;
- giallo è generalmente segno di malattia interna;
- nerastro è segno di esaurimento dell'energia vitale.

Anche l'evoluzione dell'aspetto dell'induito ha significato:

se da bianco vira al giallo per tornare al bianco con diminuzione dello spessore, la prognosi è favorevole;

se da bianco vira al giallo, poi al grigio e quindi al nero con ispessimento progressivo, la evoluzione è sfavorevole.

Esame delle labbra

Le labbra dipendono dalla Milza e dal viscere accoppiato Stomaco:

- secche segno di calore in Milza, Stomaco e Grosso Intestino;
- biancastre o violette: segno di freddo;
- pallide e spente: segno di vuoto di sangue;
- blu nerastre: eccesso di freddo;
- molto rosse: eccesso di calore;
- deviate: attacco di vento che va dritto allo scopo;
- contratte con contorni nerastri: segno di morte imminente.

Esame dei denti

I denti sono dipendenze dei Reni, le gengive sono invece in relazione con lo Stomaco e il Grosso Intestino.

- Secchi: calore nei Reni e nello Stomaco;
- smorti: insufficienza del Rene *yin*;
- gialli: calore nei Reni;
- Carie dentarie: calore nei Reni e nello Stomaco;
- Flogosi gengivarie: calore nello Stomaco;
- Emorragie gengivarie: calore nello Stomaco e nei Reni.

Esame del naso

Il naso come organo dell'olfatto e produttore di muco è sotto l'egida del Polmone. Ricordiamo ora solo che:

- naso chiuso con scolo mucopurulento: pienezza e calore nel Polmone da energia perversa esterna “vento-calore”,
- naso chiuso con scolo liquido, trasparente e chiaro: pienezza e freddo nel Polmone da energia perversa “vento-freddo”.

Esame delle unghie

Le unghie sono nutrite dal Fegato e dalla Vescica Biliare: quindi se la loro energia circola bene, le unghie sono ben lubrificate e rosee; se circola con difficoltà esse sono striate e deformi.

Bisogna richiamare l'attenzione sulle unghie, in particolare dei piedi, per il loro rapporto con le affezioni del meridiano o dei meridiani ad esse collegati: l'alterazione dell'unghia sarebbe espressione dello squilibrio energetico di questi meridiani.

L'esame delle unghie ha anche valore prognostico: la ripresa del colore normale dopo compressione è segno di prognosi favorevole; il contrario è segno prognostico sfavorevole.

Esame dei peli e dei capelli

I capelli sono dipendenza del Rene, i peli del Rene e dei Polmoni; alterazioni del loro trofismo sono indice d'alterazioni energetiche a carico di questi organi:

- fini e poco abbondanti sono caratteristici della tipologia *Yin*,
- abbondanti e spessi della tipologia-*Yang*.

Esame dell'indice nei bambini

Questo esame è importante sotto l'età dei tre anni.

La tecnica consiste nel frizionare l'indice del bambino, con il pollice della mano destra bagnato d'acqua fredda, dalla terza falange alla prima esaminandone poi il colore:

- giallo e rosso mescolati, segno di buona salute;
- rosso o violetto, malattia da calore;
- bianco, malattia da freddo;
- giallo, interessamento da umidità della Milza;
- bluastro, segno di convulsioni;
- nerastra, segno di intossicazione e di malignità.

ASCOLTAZIONE E VALUTAZIONE DEGLI ODORI

Ascoltazione e odorazione rappresentano la seconda tappa della visita al malato secondo i metodi tradizionali di medicina cinese.

a) Ascoltazione

Con l'ascoltazione si valutano i diversi suoni emessi dal paziente e precisamente:

- 1) i caratteri della voce;

- 2) i rumori respiratori;
- 3) il singhiozzo.

Caratteri della voce

si devono apprezzare le variazioni della sonorità della voce, non il significato delle parole e delle frasi espresse dal paziente che sono invece manifestazioni del suo *Shen*.

Il tono: è in rapporto allo stato emozionale e può essere collegato ai cinque organi secondo la legge dei Cinque Elementi:

al Fegato corrisponde la voce	forte, gridante, astiosa
al Cuore	ridente, gioiosa
al Maestro del Cuore	volubile con rinforzo e risatina finale alla frase
alla Milza	monocorde, cantante
al Polmone	triste, piagnucolosa
al Rene	timorosa, lamentosa con sospiri.

L'intensità:

debole	= vuoto interno di energia e/o sangue
bassa	= segno di affezione interna
forte	= pienezza di energia
sonora	= segno di affezione esterna.

Rumori respiratori

Respirazione forte = affezione di origine esterna

debole = affezione di origine interna o cronica

dispnea inspiratoria con sollievo espiratorio = pienezza, calore nel Polmone o nello Stomaco;

dispnea espiratoria con sollievo all'ispirazione = vuoto di Reni.

Tosse: i testi classici e precisamente il Suwen al cap. 38 affermano che la tosse non è solo legata alle affezioni polmonari, ma anche a quelle di tutti gli altri organi; inoltre tali testi distinguono la tosse senza da quella con escreato e la tosse secca cronica.

La tosse

secca senza escreato è d'origine polmonare

umida con escreato è dovuta ad affezione della Milza

secca e cronica è indice d'interessamento di tutti gli organi inoltre

debole, faticosa o notturna è *Yin* (affezioni croniche e da cause interne)

potente, diurna è delle malattie *Yang* (malattie acute, da cause esterne)

cronica con afonia o voce rotta è indice di spegnimento dell'energia vitale con rinite è dovuta ad energia perversa esterna.

Singhiozzo

Il singhiozzo è segno di squilibrio energetico a livello del Triplice Riscaldatore Medio cioè: vuoto di Stomaco e pienezza di Milza.

Viene considerato solo il singhiozzo molto frequente o a crisi prolungate.

b) *Valutazione degli odori*

Paziente

Nel soggetto ben equilibrato l'energia non ha odore o solo un lieve profumo, sintesi dei cinque odori legati alla legge dei Cinque elementi. In caso di malattia si libera l'odore collegato all'organo affetto o meglio più affetto:

squilibrio del Fegato	rancido,
del Cuore	bruciato,
della Milza	profumato, dolciastro,
del Polmone	carne all'inizio della putrefazione
del Rene	marcio.

Inoltre ricordiamo che all'inizio di una malattia da calore perverso tossico, il malato esala sempre un odore anormale, forte o nauseabondo che si diffonde intorno più o meno, a seconda della gravità della malattia, mentre nelle malattie da freddo, all'inizio manca odore, ma durante l'evoluzione in profondità appare senza diffondersi. Quindi un odore forte è segno di calore, assente o scarso di freddo.

Oltre all'odore emanato dal paziente si valuta anche quello delle eruttazioni, dell'alito, delle urine e delle feci.

Eruttazioni

Sono segni di ostruzione:

con odore acido ed acre sono segni di ostruzione o blocco energetico di Stomaco e Milza primitivo,

inodori o non acide né acri, idem ma secondari all'iperdominazione del Fegato.

Alito: l'alitosi è di solito considerata segno di calore nello stomaco.

Urine e feci: l'odore molto forte acido è segno di calore agli intestini (SI/LI) e della Vescica.

INTERROGATORIO

L'interrogatorio può essere considerato un equivalente dell'anamnesi occidentale. Esso è un momento fondamentale e lungo dell'esame tradizionale del malato, da non tralasciare perché le sue informazioni non sono acquisibili con nessun altro esame. Con esso infatti si raccolgono tutti quei dati che normalmente il malato non riferisce,

ritenendoli non essenziali, e che invece permettono di determinare o di precisare con maggiore chiarezza i caratteri energetici (freddo-caldo, vuoto-pieno, esterno-interno, *Yin-Yang*) del paziente e della malattia in esame. È quindi molto opportuno condurre l'interrogatorio secondo uno schema ordinato e sistematico.

Lo schema da seguire e i sintomi da ricercare sono i seguenti.

A) *Storia e caratteri essenziali della malattia*

- I) Tipo di malattia: acuta, cronica, ricaduta;
- II) Localizzazione della malattia: alto basso, destra sinistra, profondo, superficiale;
- III) Sue caratteristiche: decorso continuo o ad eccessi, durata e frequenza dei parossismi; aumento o diminuzione della intensità e dell'estensione;
- IV) Evoluzione della malattia e sue caratteristiche: periodi di aggravamento o di miglioramento (ora, stagione, giorno); cause di aggravamento o di miglioramento:
stagionali (primavera, estate, 5^a stagione, autunno, inverno)
climatiche orarie (freddo, calore, secchezza, vento, umidità), movimento, riposo, massaggio, pressione, posizione (seduto, in piedi, coricato), alimentari, stato psicologico;
- V) Presenza di sintomi concomitanti generali, riguardanti lo stato generale del paziente o parziali riguardanti i Meridiani principali, secondari, gli Strati Energetici il Triplice Riscaldatore Superiore, Medio, Inferiore, Organi e Visceri.

B) *Antecedenti personali e familiari*

- I) Anamnesi familiare
- II) Anamnesi fisiologica: raccolta di tutti i dati riferentesi al paziente dalla nascita sino al momento attuale riguardanti lo sviluppo somatico e psichico e le abitudini di vita. Ci si soffermerà con particolare accuratezza alla ricerca dei più minuti particolari sintomatologici per poter designare con maggior precisione la polarità energetica del soggetto e della malattia.

Sonno

Qualità: buono, leggero, profondo, agitato,
durata: orari in cui si sveglia o si addormenta,
fatica nell'addormentarsi e nello svegliarsi,
risveglio notturno: ora, fame, stimolo ad urinare ecc.,
posizione durante il sonno: prona, supina, rannicchiata su un fianco.

Abitudini alimentari

Appetito: molto discreto, scarso,

mangia molto o poco:
sete abbondante o scarsa,
beve molto o poco, bevande calde o fredde.

Abitudini voluttuarie:

caffè, tè, alcool, tabacco, oppiacei: inizio, ritmo, qualità, quantità.

Respirazione

profonda, superficiale, difficoltosa: se nella espirazione o nella inspirazione.

Tosse

Secca, grassa.

Espettorazione

Quantità, aspetto, colore.

Cuore e circolazione

Dolori precordiali e toracici,
palpitazioni: orario, cause scatenanti,
edemi periferici: permanenti o serali.

Digestione

Stato della bocca, se secca umida, con sapore particolare,
stato delle gengive e dei denti: infiammazioni, carie, dolori,
sanguinamenti,
alitosi,

gonfiori e dolori gastrici e addominali: localizzazione e carattere; orario e sintomi accompagnatori, nausea, vomito, eruttazioni, gas, borborigmi.

Feci

Aspetto, odore, colore, frequenza; se diarrea, frequenza con dolori o senza, con bruciori o no all'ano; se stipsi, frequenza, se dolore o no.

Urine

Frequenza, quantità, colore e odore, ritmo nictemeriale, minzione difficoltosa, dolorosa.

Apparato genitale e sessuale

Nella donna: ciclo mestruale, caratteristiche del ciclo e del mestruo; contraccezione, libido, esplicazione degli atti sessuali,
nel maschio, erezione, eiaculazione, libido, impotenza.

Dolori muscolari

Orario, crampi, astenia, paresi, parestesie.

Dolori articolari

Localizzazione, inizio, caratteri, circostanze di peggioramento o miglioramento, mobilità, con o senza parestesie.

Dolore in generale

Data d'insorgenza; continuo o parossistico;
localizzazione; irradiazione; tragitto; superficiale, profondo,
fattori scatenanti o di aggravamento e fattori di miglioramento: riposo, movimento, freddo, calore, notte, giorno, massaggio, pressione.

Manifestazioni varie

Sudore: generalizzato, localizzato, odore, circostanze di comparsa.

Termoregolazione: caldo, freddo, abituali, generalizzate o localizzate; febbre continua o intermittente con sudori o dolori. Presenza di brividi e tremiti.

Vertigini o mancanza di equilibrio, acufeni. Astenia e senso di corpo pesante.

Abitudini fisiche e preferenze

Posizione preferita: seduto, coricato, in piedi, in riposo, in movimento, al chiuso, all'aperto, di giorno, di notte, con gli altri o solo, freddolosità o calorosità,

preferenze o avversioni tra: primavera, estate, 5^a stagione, autunno, inverno; caldo, freddo, umidità, secco e vento; tra i colori verde, rosso, giallo, bianco, nero; e tra i sapori acido, amaro, dolce, piccante, salato.

Psichismo

Stato psichico abituale del malato: calmo, disteso, ottimista o teso, agitato, preoccupato e pessimista; inoltre facilmente collerico o no, rimuginatore, triste, ansioso, pauroso, apprezzamenti sulla propria vita coniugale, familiare, professionale, gioia e gusto di vivere o noia e apatia, abulia e pianto.

Anamnesi patologica remota e prossima con ricerca molto accurata della cronologia d'insorgenza delle malattie. Studiando infatti la patologia passata e prossima del nostro paziente secondo il suo presentarsi nel tempo possiamo in alta misura definire il suo primo e/o fondamentale deficit energetico.

C) *Valutazioni agli effetti cinesi degli esami di laboratorio e strumentali*

BIBLIOGRAFIA

-
- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 21) A. Chamfrault, "Traité de Médecine Chinoise", Vol. 1-2, Ed. Coquemard, Angouleme, 1964. | 23) Centro Studi sull'Agopuntura-Milano, "Meridiani principali e curiosi", Ed. So Wen, Milano. |
| 22) IV. Van Nghl, "Pathogénie et Pathologie énergétique en Médecine Chinoise", Imprimerie Ecole Technique Don Bosco, Marseille, 1977. | 24) A. Faubert, "Initiation a l'acupuncture Traditionelle", Ed. Pierre Belfont. |
| | 25) Institut de Médecine traditionnelle Chinoise de Shanghai, "Traité de Acupuncture", Vol. 1-2, Masson, 1978. |

LA PALPAZIONE DEL CORPO

Non ci occupiamo in questo capitolo della palpazione dei polsi che è trattata isolatamente altrove in modo esteso.

I testi classici cinesi di cui disponiamo attualmente sono pressochè muti circa la osservazione e la palpazione del corpo in generale. Sino a poco tempo fa, il medico di indirizzo orientale doveva accontentarsi, nel migliore dei casi, della osservazione e della palpazione delle sole zone scoperte. Per le donne di classe sociale più elevata non aveva neppure una tale possibilità e poteva ottenere informazioni circa la loro malattia grazie a statuette di legno o d'avorio (“bambola medica”) su cui la paziente segnava con l'inchiostro la regione sofferente.

Al contrario i testi di medicina tradizionale giapponese e coreana descrivono un esame completo del malato ed in particolare dell'addome, che trarrebbe origine dal Nei Jing, di cui possiederebbero edizioni molto antiche, anteriori a quella di Wang Bing (762 d.C.). Quest'ultima fu interamente rimaneggiata nel 1056 ed è questa versione riveduta e corretta che sarebbe all'origine (secondo Husson) di tutte le edizioni cinesi ulteriori, private di tutte le descrizioni del corpo umano che potevano colpire lo spirito puritano dell'epoca. È grazie ai corsi della “Facoltà orientale di Agopuntura e moxibustione” di Tokio, come sulla base di qualche allusione alla palpazione del corpo ritrovata nel Nei Jing (tradotto da Husson) e nel Nan Jing (tradotto da Grison) che è stato possibile descrivere una palpazione del corpo in generale e dell'addome in particolare.

Palpazione degli arti

Si farà per prima cosa sfiorando gli arti dalle estremità alla radice, il che permetterà di distinguere zone abnormemente fredde o calde in rapporto al resto del corpo o rispetto a zone vicine.

Il significato di queste differenze di temperatura varierà secondo la distribuzione di tali zone.

Ad esempio, i quattro arti freddi possono corrispondere fra l'altro a:

- vuoto di rene *yin* o *yang*
- vuoto o freddo della milza
- vuoto o freddo del grosso intestino
- vuoto di freddo nel *Shao Yin*
- vuoto di freddo nel *Jue Yin*.

I piedi diacci a:

- pienezza del luo del *Zu Shao Yang*.

I piedi e le gambe freddi a:

- interessamento di *Chong Mai*, *Dai Mai* e di *Zu Yang Ming*.

Le ginocchia fredde a:

- interessamento di *Yang Wei* o di *Zu Tai Yin* (limitatamente alla faccia interna del ginocchio).

I lombi freddi a:

vuoto di rene *Yang*.

Le palme e le piante calde, a:

vuoto di calore del sangue.

Le palme molto calde a:

pienezza de *luo* di *Shou Tai Yin*;

pienezza di polmone (meridiano principale);

pienezza di *Shou Jue Yin*.

In patologia, la palpazione permetterà anche di diagnosticare uno stato di vuoto o di pienezza a livello di un meridiano, di un punto (in particolare di un punto *luo*) o di una regione, secondo la resistenza dei tessuti alla palpazione e, in caso di dolore, secondo il suo miglioramento (vuoto) o aggravamento (pieno) alla pressione.

La palpazione dei punti *Qi* ha anche un significato diagnostico, denunciando attraverso un violento dolore alla pressione, la presenza di un'ostruzione energetica.

Palpazione dell'addome

L'addome (nei testi giapponesi tale termine indica tutto il tronco) contiene i cinque organi ed i sei visceri, la cui energia si manifesta da una parte a livello dei meridiani e dall'altra in corrispondenza della parete addominale che li ricopre.

Ricordi di anatomofisiologia energetica

- Circolazione energetica nei meridiani.

Tutti i meridiani *yin* ed alcuni meridiani *yang* attraversano la faccia anteriore del tronco.

Meridiani principali:

Dalla linea mediana (*Ren Mai*) verso i fianchi, troviamo

Zu Shao Yin

Zu Yang Ming

Zu Tai Yin

Zu Jue Yin

Zu Shao Yang.

In corrispondenza del solo torace, si trovano per un breve tratto, i tragitti di

Shou Tai Yin

Shou Shao Yin

Shou Jue Yin.

Meridiani tendino-muscolari:

Molti attraversano il torace e l'addome propriamente detto:

Zu Tai Yang discende a bretelle sulla parte anteriore delle spalle

Zu Shao Yang passa davanti alla spalla

Zu Yang Ming percorre addome e torace in tutta la loro estensione

Zu Tai Yin segue il *Ren Mai* dal pube all'ombelico

Zu Jue Yin contorna gli organi genitali

Shou Tai Yin copre la regione sopraclavare.

Si possono aggiungere inoltre le zone di riunione dei meridiani tendinomuscolari *Yin* degli arti superiori in sede ascellare e quella dei tendinomuscolari *Yin* del basso, in regione sovrapubica.

Meridiani distinti:

Le sei coppie contraggono rapporti con la faccia anteriore del tronco.

Vasi *luo*

I tre *Shou luo Yang* passano per il punto 12 ST.

Il *luo* longitudinale del *Zu Yang Ming* percorre dall'alto al basso tutto il tronco,

quello di *Zu Tai Yin* segue il tronco sino all'epigastrio,

quello di *Zu Jue Yin* contorna gli organi genitali.

Inoltre i Grandi *luo* della milza e di *Ren Mai* si stendono sul torace e sull'addome.

Meridiani curiosi:

Tutti quelli *Yin*: *Ren Mai*, *Chong Mai*, *Yin Qiao* e *Yin Wei* percorrono il tronco dal basso all'alto, come anche il vaso addominale del *Du Mai*.

Il *Dai Mai* attraversa l'addome come una cintura.

Si vede dunque che quasi tutte le correnti energetiche attraversano l'addome con un tragitto più o meno esteso, sia per mezzo dei loro meridiani principali, sia attraverso un vaso secondario, sia per mezzo dei loro vasi accoppiati.

Proiezioni cutanee delle energie degli organi

Sono stati proposti diversi schemi. Noi ne terremo presenti tre:

1°) secondo i tre riscaldatori (fig. 1)

2°) secondo i cinque organi (fig. 2)

3°) secondo una variante del precedente (fig. 3).

Va rilevato che nella terza figura, il fegato è rappresentato a livello dei due "fianchi": a destra nel suo aspetto "sangue", a sinistra nel suo aspetto "energia". La zona energetica del polmone in questo schema figura pertanto in corrispondenza delle regioni sottoclavari.

FIG.1

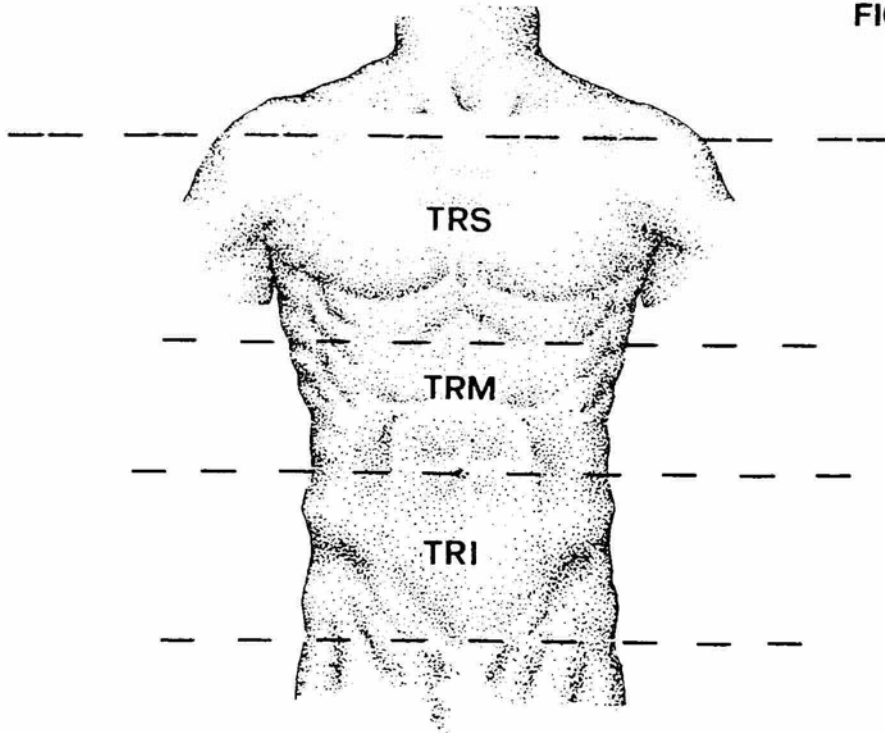


FIG. 2

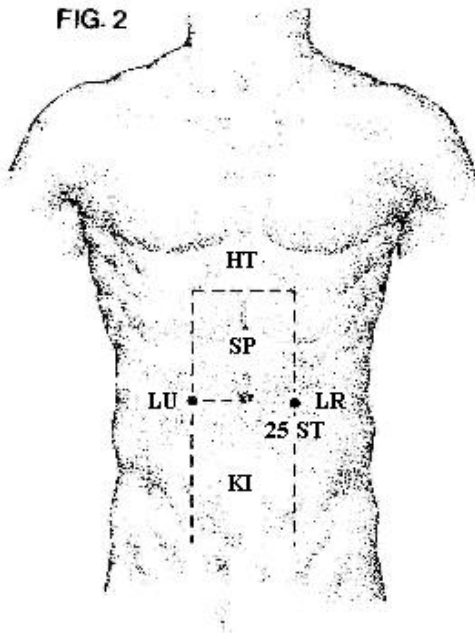
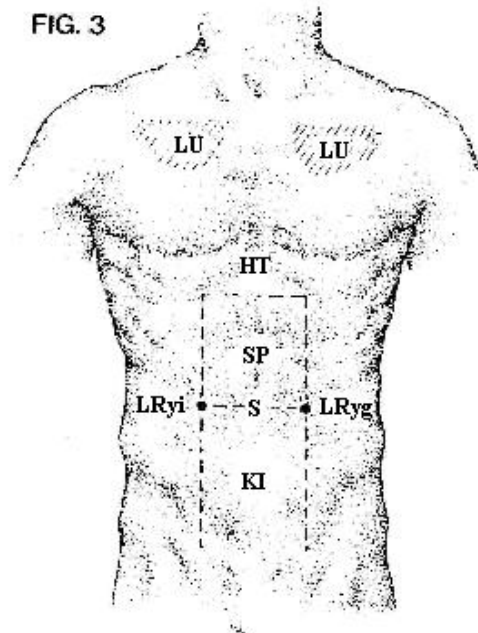


FIG. 3



Tecnica e semeiotica

La palpazione dell'addome si effettua sul malato in condizioni di calma e distensione, in decubito supino.

Permetterà di apprezzare:

- temperatura cutanea
- consistenza della parete addominale
- trofismo e stato di idratazione dei tegumenti
- zone eventuali di eccessiva traspirazione
- zone eventualmente dure o molli, in pienezza od in vuoto
- punti eventualmente dolorosi alla pressione
- tumefazioni eventuali.

1°) Temperatura della pelle

Si potranno rilevare zone fredde in relazione a stati di vuoto di energia o di sangue di un organo o di un riscaldatore; oppure zone calde, che traducono stati di pienezza.

2°) Umidità della pelle

È in dipendenza di una traspirazione più o meno abbondante, fredda o calda, diffusa o limitata ad un riscaldatore o ad una zona di proiezione di un organo.

3°) Tono della parete

In linea generale un addome duro, dolente alla palpazione, traduce uno stato di pienezza, mentre un addome molle, pallido, freddo, con riduzione della sensibilità alla pressione moderata, indica uno stato di vuoto. Questi stati di vuoto o di pienezza sono localizzati o diffusi. Come sempre in medicina cinese, l'esame dovrà essere comparativo fra le differenti regioni.

Potrà così mettersi in evidenza:

- pienezza epigastrica e vuoto ipogastrico in dipendenza di vuoto di rene;
- pienezza ipogastrica e vuoto epigastrico che indicano un vuoto di milza o una pienezza di rene;
- pienezza di tutto l'addome; vuoto di tutto l'addome;
- vuoto delle regioni ipogastrica e laterali in rapporto a vuoto di fegato; vuoto al centro con tessuti molto molli e depressibilità spinta in sede periombelicale indicano depauperamento di sangue ed energia;
- infine mollezza e depressibilità accentuata di una regione sottocostale, che permettono di introdurre le dita sotto e dietro l'arcata costale: indicherebbero una minaccia di apoplezia.

4°) Sensibilità di certi punti

Si studierà, naturalmente, la sensibilità alla pressione dei punti *Mu* e dei punti *Shu* del dorso. Questa tecnica d'esame è abbastanza nota.

I giapponesi aggiungono alla palpazione di tali punti, quella di una zona ad una distanza al di sotto del punto 13 LR, la cui sensibilità sarà in relazione con i disturbi digestivi e di un'altra zona al di sopra dello stesso 13 LR, la cui dolorabilità indicherebbe una malattia oculare con cefalea.

5°) Palpazione dei cinque organi

a) Regione del cuore

Si palpa a livello del triangolo formato dalla convergenza delle arcate costali e dall'orizzontale passante per i punti di intersezione fra le arcate costali stesse e le verticali passanti per i punti 25 ST. (fig. 2).

Se in tal regione i muscoli sono potenti e le pulsazioni cardiache non sono rilevabili ad una palpazione leggera, l'energia del cuore è normale; al contrario un vuoto di cuore si manifesta con rilasciamento muscolare e battiti cardiaci forti. Se i battiti si percepiscono proprio al di sotto dell'ombelico, si tratta di vuoto di fuoco e dell'acqua.

b) Polmoni

Si prendono in esame in corrispondenza delle regioni sottoclaveari (fig. 3). Se i muscoli pettorali sono robusti ed il torace è largo, i polmoni sono in stato di pienezza. Al contrario, se i muscoli sono deboli, la pelle è secca e la tinta è pallida, si tratta di vuoto.

c) Milza e stomaco

Sono rappresentati in corrispondenza della regione epigastrica (fig. 2 e 3). Normalmente se i muscoli sono potenti ed elastici, indicano che milza e stomaco sono equilibrati.

Se la palpazione di questa regione denota una pienezza non elastica, “come un sacco di sabbia”, indica indebolimento dell'energia dello stomaco.

Se al contrario la pressione, anche forte, a livello epigastrico non risveglia dolore, la milza è in vuoto.

d) Fegato

Si esamina in corrispondenza delle regioni laterali dell'addome (“fianchi”, fig. 3) e più particolarmente a sinistra per lo stato dell'energia ed a destra per il sangue (malattie funzionali o malattie organiche):

un fegato normale si riconosce per muscolatura tonica ed elastica se si percepiscono pulsazioni, si tratta di pienezza energetica

la comparsa di cisti, in tali regioni, è da porre in rapporto con un blocco dell'energia *Zu Jue Yin*.

e) Reni

Si esaminano in corrispondenza del basso ventre (fig. 2 e 3), dove si sentono, alla pressione, leggere pulsazioni attribuite alla *Yuan Qi* (energia originale):

normalmente tali battiti, in numero di 4 o 5 per atto respiratorio, interessano l'ombelico se si sente un addome freddo, una parete depressibile, dei battiti deboli e profondi, si tratta di vuoto dei reni; lo stesso vale se l'addome è molle

in superficie e duro in profondità nelle malattie ginecologiche, la palpazione del basso ventre varia da un giorno all'altro; è detto: “come un serpente in un sacco di carta”.

6°) Tumefazioni

Durante la palpazione dell'addome, è possibile trovare in profondità tumefazioni di varia natura ben descritte nella difficoltà, LXVI del Nan Jing. Esse sono di due tipi, dette *Ju* e *Shoku* dai giapponesi e *Ju* e *Ji* dai cinesi:

le prime sono tumori mobili, come bolle di gas; sono dovute a turbe dell'energia a livello dei visceri cavi

le seconde sono dure e fisse e sono attribuite a turbe del sangue a livello di organi. Secondo gli orientali, la distinzione fra le tumefazioni *Ju* e *Ji* si fa infiggendo un ago alla parte inferiore di queste tumefazioni: in caso di tumefazione *Ju*, scompare rapidamente, mentre se si tratta di tumori solidi, persistono.

Il termine *Ji* ha avuto traduzioni diverse a seconda degli autori: malattie da immagazzinamento (stockage) da parte di Nguyen Van Nghi; malattie da accumulazione da parte di Grison; “intasamento” da parte della scuola Europea. Sono state descritte e messe in rapporto con i cinque movimenti, cinque forme di *Ji*. Tali masse sono di taglia variabile: hanno il volume di una tazza a livello dei “fianchi” che sono in rapporto con fegato e polmoni; sono della taglia di un piatto a livello dell'epigastrio, ove è rappresentata la milza; grandi come l'avambraccio, dall'ombelico alla regione cardiaca, nella regione corrispondente al cuore, e infine, a livello di basso ventre, sono mobili, rappresentate dalla immagine di “un piccolo porco che sale e che scende”. Secondo il Nan Jing, ripreso successivamente dal Da Cheng, tali *Ji* sono dovuti alla azione delle energie perverse e la loro apparizione è legata alle branche terrestri ed ai tronchi celesti.

Tali ammassi energetici si accompagnano a segni clinici di pienezza dell'organo interessato. Al contrario, nell'articolo su la “Patologia interna in medicina energetica orientale”, Nguyen Van Nghi attribuisce gli intasamenti e le concentrazioni energetiche a due cause fondamentali:

le sette passioni

il freddo con mucosità (“glaires”)

che bloccano l'energia all'interno dell'organo.

Comunque sia, si tratta sempre di un blocco di energie in un organo, comportante una pienezza, che non può trasmettersi secondo il ciclo *Ke*.

Per completare la palpazione dell'addome e se la patologia del soggetto lo suggerisce, potrà essere indicato procedere alla palpazione macroscopica degli organi, come si pratica in medicina occidentale. Come si vede, ricercando nei classici, si arriva a ricostruire una palpazione del malato che completa l'esame clinico, permettendo così di precisare ancor meglio la diagnosi.

BIBLIOGRAFIA

- 26) *Cours de la "Oriental Faculty of Acupuncture and Moxibustion"*, Tokyo, 1966.
- 27) *"Huang Di Nei Jing Su Wen"*, trad. Husson, Ed. A.S.M.A.F., 1973.
- 28) *"Nan Jing"*, trad. Grison, Com. Mussat, Ed. Masson, 1979.
- 29) *"Zhen Jiu Da Cheng"*, trad. Leung Kwok Po, Ed. Darras, 1981.
- 30) *"Pathologie interne en médecine énergétique orientale"*, Nguyen Van Nghi, Mensuel du Médecin Acupuncteur, N° 91, Mai 1982.
- 31) *The Academy of Traditional Chinese Medicine, "An Outline of Acupuncture"*, Foreign languages Press, Peking, 1975.
- 32) T. Cantoni, R. Dujany, G.P. Garavaglia, Y Mollard, *"Principi di diagnostica e terapia agopunturistica"*. Ed. So Wen, 1978.
- 33) A. Chamfrault, *"Traité de Médecine Chinoise"*, Ed. Coquemard, Angouleme, 1964.
- 34) *"ESSENTIALS OF CHINESE ACUPUNCTURE"* compiled by:
 - 35) *Bei jing College of Traditional Chinese Medicine*
 - 36) *Shanghai College of Traditional Chinese Medicine*
 - 37) *Nan jing College of Traditional Chinese Medicine*
 - 38) *The Acupuncture Institute of the Academy of Traditional Chinese Medicine, Foreign Languages Press, Bei jing, 1980.*
 - 39) A. Faubert, *"Traité Didactique d'Acupuncture Traditionelle"*, G. Trédaniel, Paris, 1977
 - 40) U. Lanza, *"Agopuntura classica"*, Ed. Gros-Tomasone, Torino, 1976
 - 41) Nguyen Van Nghi, *"Pathogénie et pathologie énergétique en médecine chinoise"*, Imprimerie Don Bosco, Marseille, 1977



LA PALPAZIONE DEI POLSI

POLSI RADIALI – GENERALITÀ

I rapporti tra polso radiale e Cinque Movimenti furono definitivamente stabiliti da Wang Chou-Ho intorno al 200 d.C.

Il primo dettaglio sensibile agli osservatori era stato il lieve sfasamento dei battiti tra il polso destro e quello sinistro. In effetti, e benché la differenza sia minima, essi non sono perfettamente sincronizzati: rispetto alla stessa pulsazione, il polso di sinistra leggermente più precoce rispetto al polso destro. Questo fenomeno trova la sua spiegazione nella differenza di percorso che segue l'onda pulsatile: l'arteria radiale è un ramo dell'arteria omerale, a sua volta ramo della succlavia. Mentre la succlavia sinistra è un ramo dell'aorta, la succlavia destra deriva dal tronco brachiocefalico, o arteria anonima, che dà origine alla carotide destra e alla succlavia destra. E' la presenza di questo tronco anonimo che rende ragione del piccolo ritardo del polso destro su quello sinistro.

I cinesi videro in questo fatto un'espressione della contrapposizione *yin-yang*: il polso sinistro (*yang*) è in anticipo sul polso destro (*yin*). Il polso sinistro riflette pertanto un dinamismo *yang*, una crescita dall'acqua al fuoco, mentre il destro risponde a una dinamica *yin*, ossia la diminuzione dell'energia dal fuoco all'acqua. Ogni polso, però, è diviso in tre livelli per ogni lato, per cui abbiamo in tutto sei polsi; ma i Movimenti sono solo 5: questa apparente discordanza è stata risolta con l'ipotesi più valida, ossia quella confermata dall'esperienza. Il fuoco va infatti diviso in due parti, ossia il fuoco imperiale, da cui dipende il cuore, e il fuoco ministeriale, ove inizia la fase discendente dell'energia, ossia il *San Jiao* e il *Xin Bao*. Ecco che allora i polsi possono essere disegnati secondo quanto illustrato nella Fig. 1.

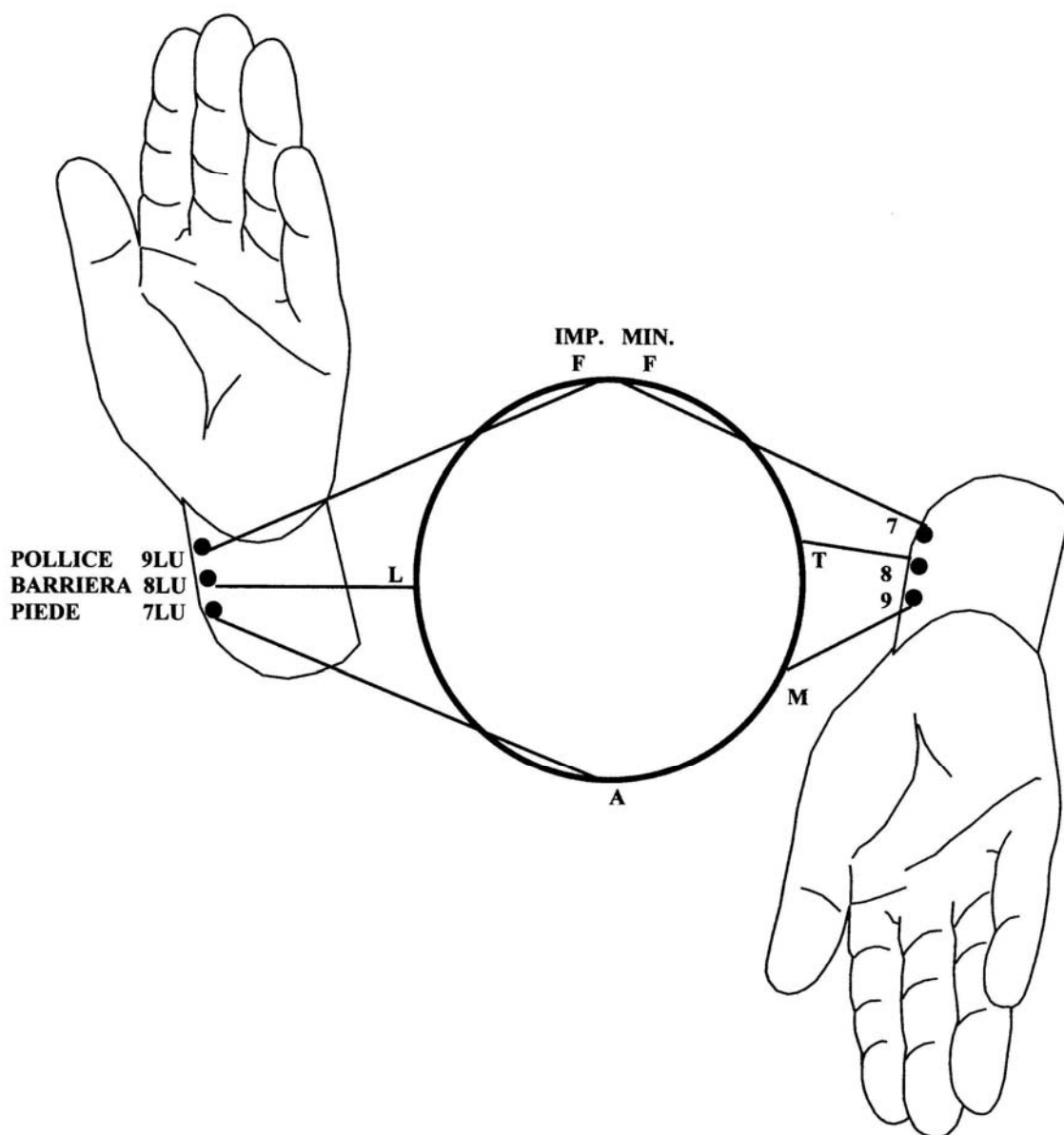
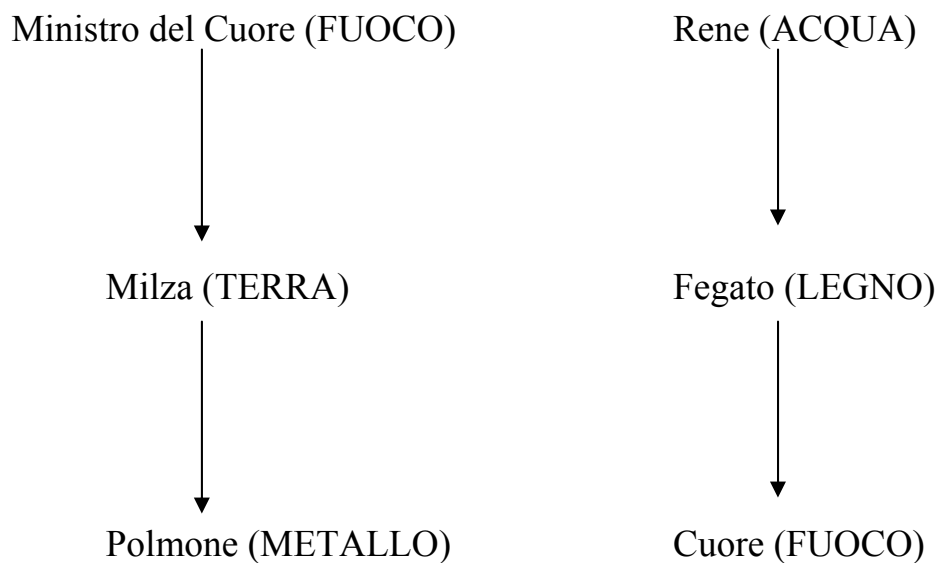


Fig. 1

Si parte dall'acqua (rene e vescica), il cui polso è situato sul punto 7LU, si passa al legno all'8LU (fegato e colecisti), e poi al fuoco imperiale al 9LU (cuore e tenue) per il braccio sinistro, dove l'energia è in crescita (*yang*), e si prosegue con il calo dell'energia sul polso destro, sempre seguendo il senso dell'onda pulsatoria, cominciando dal fuoco ministeriale (TE e PC, ossia rene-*yang*) al 7LU, e passando alla terra (milza e stomaco) all'8LU e al metallo (polmone e colon) al 9LU. Il polso corrispondente al 7LU è detto "piede", in quanto si trova a un piede di distanza dal gomito, il polso situato sull'8LU si chiama "barriera" in quanto è in mezzo, e il polso più distale del 9LU è detto "pollice" in quanto si trova vicino alla base di tale dito. Dei tre settori in cui viene suddiviso il polso, il pollice è il più *yang*, la barriera è

l'equilibrio *yin-yang*, e il piede è il più *yin*. Oltre all'analogia coi 5 Movimenti, è possibile trovare una spiegazione delle corrispondenze polso-organi/visceri rifacendosi al mistero delle origini della vita che le tradizioni hanno sempre collegato all'acqua: secondo la legge dei 5 Movimenti l'acqua nell'essere umano è il rene, e il rene è ereditarietà e procreazione. A livello del rene inoltre esistono, funzionalmente diversificate, espressioni complementari dell'unica realtà Acqua, ossia due "radici": una radice *yin* coincidente col rene propriamente detto, e una *yang* energeticamente sovrapponibile al Maestro del Cuore (*Xin Bao*). Si ricordi che quest'ultimo fa parte dell'elemento Fuoco. La legge di generazione che regola i 5 elementi-movimenti può quindi spiegare le concatenazioni:



La particolare sequenza longitudinale prossimale-distale dei vari organi e visceri fa riferimento all'identificazione con le tre sezioni del Triplice Riscaldatore: sappiamo infatti che il cuore e il polmone fanno parte del Riscaldatore superiore, che in quanto superiore è *yang*, e che pertanto deve coincidere con il polso del "pollice", la zona più *yang* del polso. Il Riscaldatore medio invece si identifica con la barriera, che è la zona di passaggio *yin-yang* e della quale fanno parte la milza, lo stomaco e, per la loro posizione anatomica, il fegato e la vescica biliare. Il Riscaldatore inferiore che è il rene nelle sue componenti *yin* e *yang*, sarà situato al piede in quanto questa è la zona *yin* del polso. Per comprendere infine la lateralizzazione, ossia la disposizione dei polsi dei vari organi su un lato o sull'altro del polso dobbiamo rifarci alla dialettica *yin-yang* sangue-energia: il polmone che si trova sul polso destro è il Maestro dell'energia, e l'energia è *yang*; il cuore che si trova sul polso sinistro è il Maestro del sangue, e il sangue è *yin*. Però è noto che la destra è *yin* e la sinistra è *yang*, e potrebbe non essere chiaro perché polmone, milza e rene-*yang* si trovano a destra (lato *yin*), mentre cuore, fegato e rene-*yin* si trovano a sinistra (lato *yang*). La risposta è semplice: assioma fondamentale della MTC è che lo *yin* genera lo *yang* e lo *yang* muove lo *yin*; ne consegue che anche la valutazione del polso sarà

necessariamente un atto dinamico, per cui a destra apprezzeremo lo *yin* in quanto mosso dallo *yang*, e a sinistra lo *yang* perché generato dallo *yin*.

E' ora necessario porre una distinzione importante tra i polsi che si palpano in superficie (visceri) e quelli che si palpano in profondità (organi): mentre i polsi degli organi presentano variazioni, sia fisiologiche che patologiche, più lente, i visceri hanno dei polsi che cambiano di continuo: per esempio, il polso superficiale del piede sinistro (BL) sarà ampio e duro subito prima della minzione, e diverrà piccolo e debole subito dopo, in quanto la vescica si è svuotata.

La palpazione dei polsi non è importante solo nel malato, ma anche nel sano, in quanto consente di captare uno squilibrio energetico che permetterà in un secondo tempo a un'energia perversa di prender campo in quanto andrà a installarsi in un "locus minoris resistentiae"; nello stesso modo è possibile smascherare un'energia perversa che si è già installata, ma che non ha ancora dato sintomi o segni clinicamente evidenti. La medicina occidentale dichiara sano un soggetto se gli esami clinico-strumentali sono in ordine, ma non tiene conto dell'assetto energetico, che può preludere a una malattia: la MTC, invece, anche se rileva uno stato di buona salute, valuta le eventuali alterazioni energetiche anche potenziali, e tramite le tecniche che utilizza (agopuntura, dietetica, farmacoterapia, *Qi Gong*, stile di vita etc), e consente al futuro paziente di guarire ancora prima di ammalarsi.

E' molto importante, tuttavia, allo scopo di evitare diagnosi fuorvianti: conoscendo la variazione di consistenza dei polsi secondo le stagioni, bisognerà tenerne conto al momento dell'esame, e un interrogatorio preventivo potrà fornire informazioni sul probabile stato dei visceri (digestione, minzione, etc), di cui i polsi riflettono fedelmente lo stato di riempimento. Inoltre, le maree energetiche si fanno sentire sui polsi: ad esempio, un eccesso del polso del KI tra le 17 e le 19 non deve far concludere frettolosamente per un eccesso dell'organo, perché in quel momento il KI è in fase di picco energetico. Per evitare queste cause di errore, la tradizione ha fissato l'ora più favorevole per l'esame dei polsi, che dovrebbero essere palpati al mattino, a digiuno, nel momento in cui lo *yin* della notte non è stato ancora del tutto disperso, e quando lo *yang* del giorno non è ancora troppo manifesto. Per apprezzare al meglio lo stato dell'energia, pertanto, dobbiamo riferirci ai polsi profondi, che sono meno mutevoli, e utilizzare orari durante i quali gli organi non subiscono l'effetto delle maree energetiche. Quindi, l'orario migliore è quello che si riferisce a due visceri, ossia il colon e lo stomaco, cioè tra le 5 e le 9. Anche se i visceri non ci interessano per appurare lo stato dell'energia nutritiva (*rong*, *ying*), sarà bene, per precauzione, esaminare un soggetto a stomaco vuoto e con intestino svuotato; in quel momento, inoltre, si dovrà ricordare che il KI e il PC, che hanno la marea tra le 17 e le 21, sono in bassa marea tra le 5 e le 9, e la debolezza del loro polso è fisiologica a quell'ora.

Inoltre, vi sono periodi critici durante i quali i polsi sono molto difficili da interpretare: durante i cambi di stagione (stagione cinese, però, di cui i solstizi e gli equinozi sono il centro) i polsi sono incerti, nel senso che accusano allo stesso tempo le caratteristiche della stagione che termina e quelle della stagione che inizia.

Occorre, inoltre, ricordare che l'organismo ha un certo ritardo sul cosmo e che gli organi reagiscono ai ritmi dell'ambiente con un ritardo di circa 24 giorni.

POLSI RIVELATORI

Oltre ai polsi radiali, esistono anche i cosiddetti "polsi rivelatori", situati in tre regioni del corpo: la testa, il braccio e la gamba, a definire, come sempre, la tripartizione in Cielo, Uomo, Terra che ricorre in tutta la MTC. Questi polsi esplorano lo stato dell'energia delle varie zone corporee e l'equilibrio energetico-sanguigno, e hanno un significato più squisitamente topografico: in altre parole, non sono collegati a una loggia energetica come i polsi radiali.

TESTA. La testa esprime il Cielo, ma a sua volta è tripartita nelle tre zone che ancora una volta riproducono Cielo, Uomo e Terra.

Cielo: per il livello Cielo della testa il polso rivelatore si trova al 9 P.C. (*Tae Yang*), che è un punto curioso situato sull'arteria temporale a una distanza dal margine del sopracciglio. Questo polso esplora l'energia dei 2 emicrani.

Uomo: il polso è al 21 TE, situato davanti all'inserzione del padiglione auricolare e dietro all'arteria temporale; esplora l'energia delle orecchie e degli occhi.

Terra: il polso è il 3 ST, situato sull'arteria facciale, sotto lo zigomo, all'altezza del bordo inferiore dell'ala del naso, sulla verticale della pupilla. Esplora l'energia della bocca e dei denti.

BRACCIO. Il braccio esprime l'energia dell'Uomo, e anch'esso viene diviso nei soliti tre livelli:

Cielo: il polso è il punto 8 LU, che si trova 1 *cun* sopra la piega del polso, e coincide con la "barriera" dei tre polsi radiali; esplora l'energia dei polmoni.

Uomo: il polso è il 7 HT, sull'arteria ulnare alla piega del polso, a lato dell'osso pisiforme: esplora l'energia del cuore.

Terra: il polso è il 4 LI, sull'arteria palmare, ed esplora l'energia intratoracica.

GAMBA. Anche per la gamba vale sempre la tripartizione Cielo, Uomo e Terra, ma per la gamba i livelli Cielo e Uomo sono doppi, ossia presentano due posizioni ciascuno:

Cielo: il 10 LR, che si trova nel triangolo di Scarpa sull'arteria femorale, che esplora l'energia del fegato nel maschio, mentre il 3 LR, situato due *cun* dietro la commissura interdigitale delle due prime dita del piede, sull'arteria tibiale, esplora la sfera genitale femminile.

Uomo: l' 11 M, sulla femorale, a 6 cun sopra il 10 M, insieme al 42 ST, sul collo del piede sulla tibiale, situato a 1,5 cun dal 41 ST, esplorano entrambi l'energia di milza e stomaco.

Terra: il 3 R, situato sulla tibiale posteriore dietro al malleolo interno, esplora l'energia del rene.

Tra i polsi non radiali, c'è un polso particolare: quello del “gran *LUO*” dello Stomaco, che si trova nel quinto spazio intercostale sull'emiclaveare sinistra: se il polso viene avvertito con pulsazioni regolari, non troppo rapide né concitate, indica che vi è normale concentrazione dell'energia al 17 CV (*Shanzhong*, il mezzo del torace), dove si riuniscono le energie. Se invece batte violentemente con ampie pulsazioni durature, significa che l'energia originale è perduta, ed è un segno prognostico sfavorevole. Se invece batte molto lievemente contro le dita, vuol dire che l'energia è in vuoto.

CARATTERI DEI POLSI RADIALI NORMALI

Dei polsi radiali va valutata sia la profondità che la superficie, per almeno 50 – 100 battiti, considerando il grado di profondità (superficiale o profondo), il ritmo (regolare o irregolare), la velocità di salita (lento o rapido), la forza (flebile o possente), la consistenza (molle o duro), la forma (grande o piccolo, lungo o corto), l'aspetto (scivoloso o rugoso).

Il polso normale esprime l'energia valida della mente, l'energia essenziale dei reni, e l'energia nutritiva dello stomaco. La prima rende il polso forte ed equilibrato, quella digestiva dello stomaco lo rende calmo, regolare, armonioso, ondulante, e l'energia essenziale dei reni lo rende di capitale importanza nella prognosi: se il polso del piede è valido, la malattia ha prognosi buona, anche se il polso del pollice e della barriera diventano molto deboli.

Riguardo ai caratteri di un polso normale, ogni polso può presentare singolarmente otto caratteristiche fondamentali, in parte *yang* e in parte *yin*. Testimoniano lo *yang* la superficialità, la rapidità, la pienezza e la scivolosità del polso; indicano invece caratteri *yin* la profondità, la lentezza, il vuoto e la rugosità.

- Prima caratteristica di un polso normale è quella di mantenere un rapportocostante tra i battiti del cuore e gli atti respiratori: sono normali 4-5 battiti per ogni atto respiratorio completo, anche se per i bambini sono ritenuti normali fino a 6 battiti.
- Seconda caratteristica è quella di non presentare aritmie per almeno 50 pulsazioni consecutive.
- Terza: il polso deve contenere l'energia dello stomaco, quindi deve essere elastico, calmo, regolare (quindi né lungo né corto, né largo né stretto, né superficiale né profondo).

- Quarta: la zona del pollice deve avere le caratteristiche dell'energia *yang*, la zona del piede quelle dell'energia *yin*.
- Quinta: il polso deve essere conforme alla stagione in cui viene esaminato. Quest'ultima caratteristica merita una spiegazione più approfondita: nel capitolo VII del So Wen è scritto:
 in **primavera** il polso è leggermente **teso**: la primavera è legno, ossia fegato, quindi il polso di fegato è leggermente teso
 in **estate** il polso è **ampio e soffice**, e l'estate-fuoco è cuore, quindi il polso del cuore è ampio e soffice
 in **quinta stagione** il polso è **calmo ed elastico**: la quinta stagione (terra) è milza, e pertanto il polso di milza è calmo ed elastico; in realtà il polso di milza rappresenta l'energia dello stomaco-centro, e quindi tale polso deve essere presente sempre
 in **autunno** il polso è **superficiale e leggero**: l'autunno-metallo è polmone, per cui il polso del polmone deve essere superficiale e leggero
 in **inverno** il polso è profondo e un po' duro, e l'inverno-acqua è il rene, per cui il polso di rene dev'essere profondo e un po' duro.

Le varie stagioni influiranno quindi di volta in volta sui polsi aggiungendo a ciascuno il loro carattere fondamentale, per cui:

- in **primavera** non solo il polso di fegato sarà leggermente teso e lungo, ma anche quello di cuore, che normalmente è ampio, sarà ampio e leggermente teso, quello di milza calmo, elastico e leggermente teso, quello di rene profondo e leggermente teso
- in **estate** la caratteristica che si aggiungerà ai singoli polsi sarà l'ampiezza per cui, ad esempio, il polso di fegato sarà leggermente teso e ampio
- in **autunno** poi ogni polso dovrà essere piuttosto superficiale e leggero
- in **inverno** ogni polso sarà un poco profondo e duro.

Oltre alla stagione, non bisogna però dimenticare i fattori che influenzano il polso normale:

- Sesso: in generale, nella donna il polso è più molle e più flebile
- Età: nel giovane è pieno e grande, nell'anziano è flebile, nel bimbo è rapido
- Costituzione: nel longilineo è più lungo che nel brevilineo; nel magro è più superficiale che nel grasso, nello sportivo è più pieno
- Sforzi fisici: dopo un intenso sforzo fisico è ampio e rapido
- Alimentazione: con l'alcool diventa rapido, dopo il pasto è ampio e possente (secondo alcuni Autori, dopo un pasto abbondante tutti i punti di *Yang Ming* pulsano)
- Emozioni: hanno tutte influenza sui polsi, secondo la legge dei 5 Movimenti (la rabbia rende il polso teso, la gioia ampio, etc)

I VENTOTTO POLSI TRADIZIONALI

Nei trattati tradizionali antichi sono descritti 28 polsi, solo alcuni dei quali hanno significato patologico. In genere, ogni polso può essere interpretato come patologico o no a seconda dei casi e delle eventuali associazioni con altri polsi.

- 7) POLSO *FU* (SUPERFICIALE). Lo si sente facilmente sotto le dita e finché non si esercita alcuna pressione, sembra forte, ma appena si applica una pressione anche leggera lo si avverte privo di forza.
- 8) POLSO *KOU* (DICROTO). Lo si sente sotto le dita premendo leggermente; quando si accentua la pressione si ha la stessa sensazione di premere il gambo di una cipolla: la sensazione è che ci sia vuoto all'interno
- 9) POLSO *HUA* (SCIVOLOSO). Va e viene molto facilmente come una perla che rotola o l'acqua che scorre regolarmente: dà la sensazione di qualcosa di lubrificato.
- 10) POLSO *SHI* (PIENO). Si riscontra tanto a livello profondo quanto a quello superficiale: è grande e lungo, non troppo rapido né lento, e si sente battere sotto le dita con una certa forza.
- 11) POLSO *XIAN* (TESO). E' teso come la corda di un arco o di una chitarra. Batte regolarmente e si presenta come una linea diritta. Lo si avverte premendo superficialmente e non sempre premendo profondamente.
- 12) POLSO *JIN* (AFFRETTATO). Dà l'impressione di diverse corde intrecciate, e si sente in qualunque maniera si preme, sia in superficie che in profondità; dà sempre la stessa impressione di forza e di pressione.
- 13) POLSO *HONG* (AMPIO). E' largo e grande: la sua forza, quando arriva e quando va via, è sempre la stessa.
- 14) POLSO *WEI* (PICCOLO). E' un polso molto fine e molto molle. E' ben percettibile, ma quando si preme dà l'impressione di un filo sul punto di rompersi. Pur essendo fine, è un polso lungo.
- 15) POLSO *CHEN* (PROFONDO). E' forte all'interno, ma molle all'esterno. Premendo superficialmente non è molto percettibile: bisogna premere in profondità fino all'osso per sentirlo bene, come "se il cotone avvolgesse la sabbia".
- 16) POLSO *HUAN* (RITARDATO). E' leggermente più rapido rispetto al polso lento (*CHI*): batte 4 volte per respiro ed è regolare. Rappresenta il polso normale dell'energia dello stomaco.
- 17) POLSO *SE* (RUGOSO). E' fine e lento, corto e disperso, ma non è regolare. Si manifesta come i movimenti di una lama che taglia una bacchetta di bambù; si può anche paragonare al battito della pioggia sul terreno, e infatti i suoi battiti sono piuttosto irregolari. In genere si sentono da tre a cinque battiti e poi una pausa.
- 18) POLSO *CHI* (LENTO). Batte tre volte per ogni respiro, ed è più forte quando si preme in profondità.

- 19) POLSO *FU* (NASCOSTO). E' difficile da percepire, e bisogna spingere e spostare il tendine dall'osso per poterlo raggiungere: è ancora più profondo del polso profondo (*CHEN*)
- 20) POLSO *RU* (MOLLE). E' superficiale, piccolo e molle. Scompare appena si preme appena oltre la superficie. Dà l'impressione di un pezzo di cotone o di una bolla d'aria che galleggi sull'acqua.
- 21) POLSO *RUO* (DEBOLE). Bisogna premere con forza per riuscire a sentirlo: è molle e fine. Sotto le dita dà la stessa sensazione di una pallina di cotone e se si preme leggermente non lo si avverte.
- 22) POLSO *CHANG* (LUNGO). Batte in tutta la sua lunghezza, superando la sua sede naturale. Batte con dolcezza, e dà la stessa sensazione che si ha passando la mano su una canna. Il polso lungo che batte con regolarità è un segno di buona circolazione del sangue e dell'energia.
- 23) POLSO *DUAN* (CORTO). Non riempie nemmeno tutto il suo spazio. Quando lo si preme lo si sente di più al centro che alle estremità, ossia la sua percezione è nitida soltanto nella regione della barriera ed è incerta nelle zone del piede e del pollice: dà una sensazione analoga al premere un chicco di riso, nel senso che il centro è più grosso delle estremità.
- 24) POLSO *XU* (VUOTO). Lento e molle, arriva solo in superficie, mentre lo si sente molto debolmente quando si accentua la pressione.
- 25) POLSO *CU* (ECCITATO). E' abbastanza rapido e in effetti assomiglia al polso rapido, però non è regolare: talvolta si ferma, ma la pausa non si presenta mai in modo prevedibile: queste fermate sono paragonabili a una persona che cammina velocemente e cade di tanto in tanto.
- 26) POLSO *JIE* (ANNODATO). E' lento e saltuariamente irregolare: ogni tanto c'è una pausa, poi batte di nuovo regolarmente per poi segnare un nuovo arresto.
- 27) POLSO *DAI* (MUTEVOLE). Ha delle pause ogni 10, 20 o 30 battiti circa. Queste pause si presentano abbastanza regolarmente e durano piuttosto a lungo. Indica un indebolimento dell'energia *Yuan*.
- 28) POLSO *LAO* (LABORIOSO). Si trova a un livello profondo e assomiglia al polso profondo e nascosto, tuttavia è pieno e leggermente teso: dà la sensazione di premere un bambù. Bisogna premere con forza per sentirlo.
- 29) POLSO *DONG* (TURBOLENTO). Si riscontra nella regione della barriera, è forte, teso e corto. Non lo si rileva nel pollice e nel piede. Si sente premendo leggermente, e se si preme di più scompare subito.
- 30) POLSO *XI* (FINE). Come dice il nome, è fine, un po' più lungo del polso piccolo (*WEI*). Batte senza sosta come un filo di cui non si vede la fine e viene percepito abbastanza molle sotto le dita.
- 31) POLSO *SHUO* (RAPIDO). Ha sei battiti per respiro, quindi viene avvertito rapido sotto le dita: è normale nei bambini.
- 32) POLSO *DA* (GRANDE). Molto largo, si manifesta quando la malattia si sta aggravando.

- 33) POLSO *SAN* (DISPERSO). E' un polso *yin*. Le sue manifestazioni sono molto irregolari: appare talvolta rapidamente per poi ripartire lentamente e viceversa: come le infiorescenze dei salici che volano.
- 34) POLSO *GE* (SEPARATO). E' un polso *yin*. Teso e dicreto, quando lo si preme si ha la stessa sensazione che si ha premendo sulla pelle della cornice cilindrica del tamburo.

POLSI E SEMEIOTICA ENERGETICA

Le caratteristiche dei polsi possiedono un valore di orientamento diagnostico:

- 1) il polso superficiale e profondo orienta sul carattere *yang* e *yin*, esterno – interno
- 2) il polso lento e rapido distingue il freddo dal calore
- 3) il polso vuoto e pieno indica l'insufficienza energetica e l'eccesso di energia perversa
- 4) il polso lungo e breve indica eccesso o insufficienza di energia e sangue
- 5) il polso scivoloso e rugoso indica eccesso di sangue e insufficienza di energia o viceversa
- 6) il polso grande e ritardato rivela la gravità della malattia.

In sostanza, l'esame dei polsi è volto a determinare:

- l'insufficienza o l'eccesso di energia e di sangue, lo *yin* e lo *yang*
- l'assetto dell'energia corretta e/o dell'energia perversa nei confronti del vuoto e del pieno
- lo stato normale o patologico degli organi e dei visceri.

Inoltre, l'esame dei polsi fornisce indicazioni sui seguenti aspetti:

- 1) Eziologia: eziologie diverse danno polsi diversi
 - a) Il vento dà un polso superficiale e teso
 - b) Il freddo dà un polso lento
 - c) Il calore dà un polso rapido
 - d) L'umidità dà un polso flebile e scivoloso
- 2) Organi interessati:
 - a) Se è interessata la milza per sovradominazione del fegato, ad esempio, avremo alla barriera destra (SP) un polso teso, perché il carattere del polso del LR (tensione) ha invaso la SP
- 3) Caratteri della malattia
 - a) Se un paziente ha manifestazioni assimilabili a un attacco del calore (febbre, tachipnea, etc) con un polso *yin* (profondo, flebile) ma rapido, si può diagnosticare una malattia da falso calore.
 - b) Un paziente con arti freddi, corpo freddo, ma con un polso *yang* (scivoloso, superficiale e ampio) ci fa diagnosticare una forma da falso freddo.

4) Andamento della malattia.

- a) Un attacco esterno di energia perversa dà un polso prima superficiale e poi profondo, se la malattia progredisce verso l'interno.

IN GENERALE:

- A) Sintomi *yang* con polso *yang*: PROGnosi BUONA
B) Sintomi *yin* con polso *yin* : PROGnosi BUONA
C) Sintomi *yin* con polso *yang* : PROGnosi BUONA
D) Sintomi *yang* con polso *yin* : PROGnosi NEGATIVA

BIBLIOGRAFIA

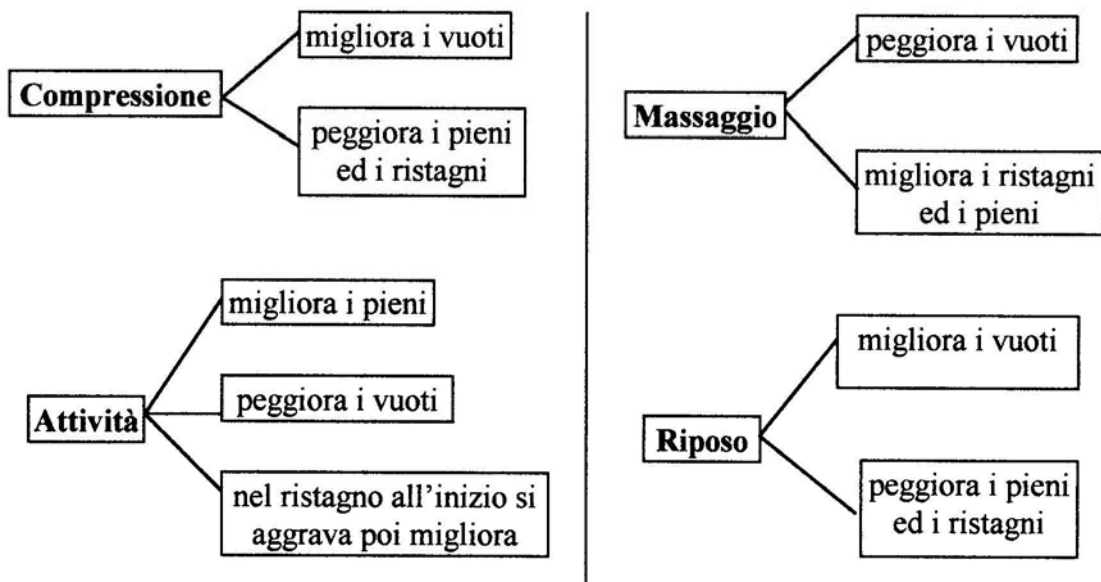
- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) Yamonobo Tshi: <i>Trattato dei polsi</i> . SoWen ed, Milano | 6) Faubert A: <i>Traité didactique d'Acupuncture traditionnelle</i> . Guy Tredaniel ed, Paris |
| 2) Cantoni T: <i>Anche i cinesi morivano, però...</i> Jaca Book ed | 7) Pien T'Sio: <i>Nan King</i> . Trad. P. Grison, Masson, Paris |
| 3) Borsraello J: <i>Les pouls en Médecine Chinoise</i> . Masson, Paris | 8) Niboyet JEH: <i>Traité d'acupuncture</i> . Maisonneuve ed |
| 4) Bossy, Lafont, Maurel : <i>Semeiotica agopunturistica</i> . Marrapese ed., Roma | 9) Chamfrault A: <i>Traité de médecine chinoise</i> . Cocquemard ed, Angouleme |
| 5) Van Nghi N: <i>Medecine traditionnelle chinoise</i> . NVN ed, Marseille, 1984 | 42) |

LE OTTO REGOLE - BA GANG

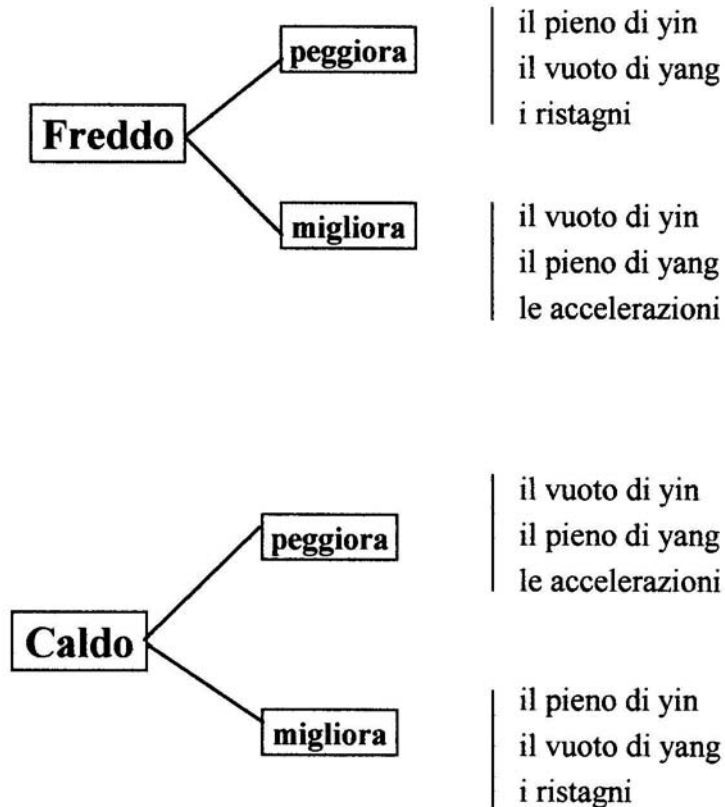
Yin-Yang: ci indica la **qualità** del sintomo, per cui un sintomo viene definito yin o yang in base alle caratteristiche che presenta:

Yin	cronico continuo pesantezza spasmo	Yang	acuto parossistico bruciore strappo
------------	---------------------------------------------	-------------	----------------------------------------------

Xu-Shi: ci da indicazioni sulla **pienezza** e sul **vuoto** principalmente, ma anche sul **ristagno** e sulle **accelerazioni**, questa regola è molto importante, e si apprezza dalla valutazione dei cambiamenti del sintomo in base alla applicazione della **compressione**, **massaggio**, **attività fisica** ed il **riposo**.

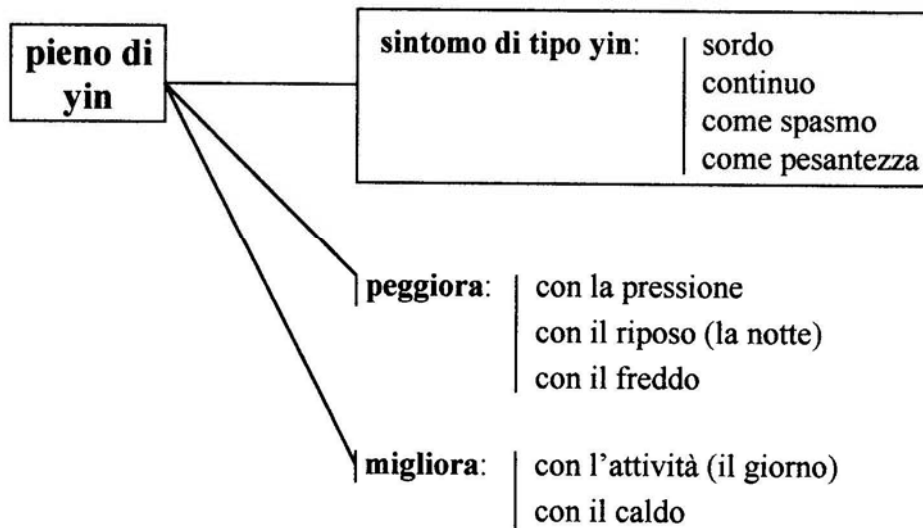
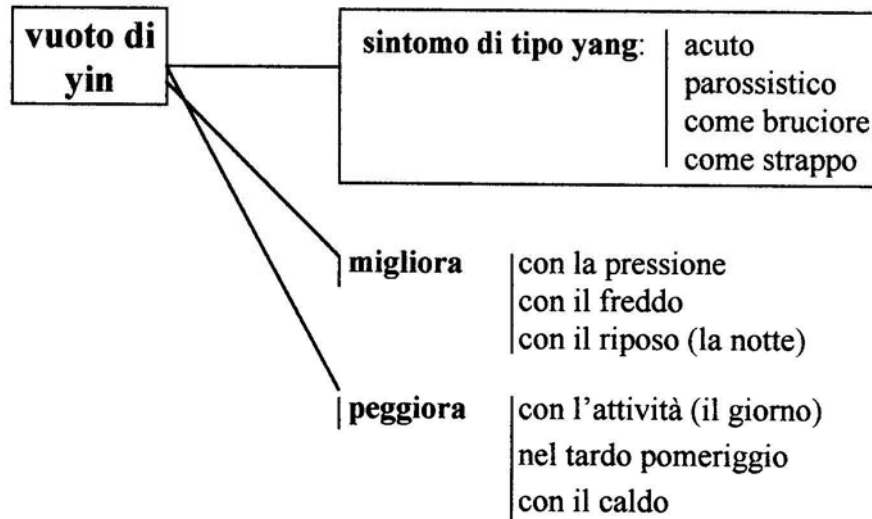


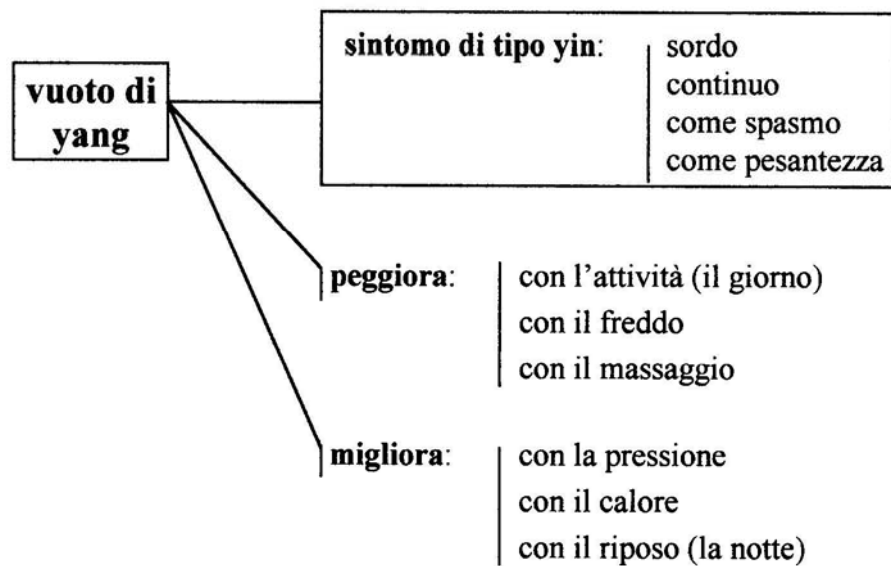
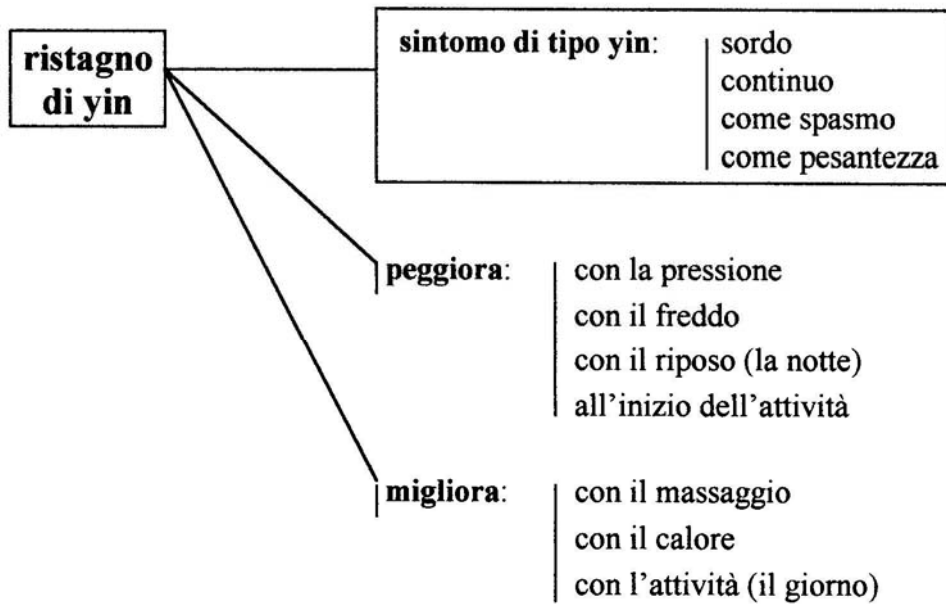
Han-Re: è la regola che si basa sulla applicazione locale del **caldo** e del **freddo**, tale applicazione avrà una azione **quantitativa** ed una azione **dinamica** a seconda che si tratti di un vuoto, di un pieno, di un ristagno, di una accelerazione.

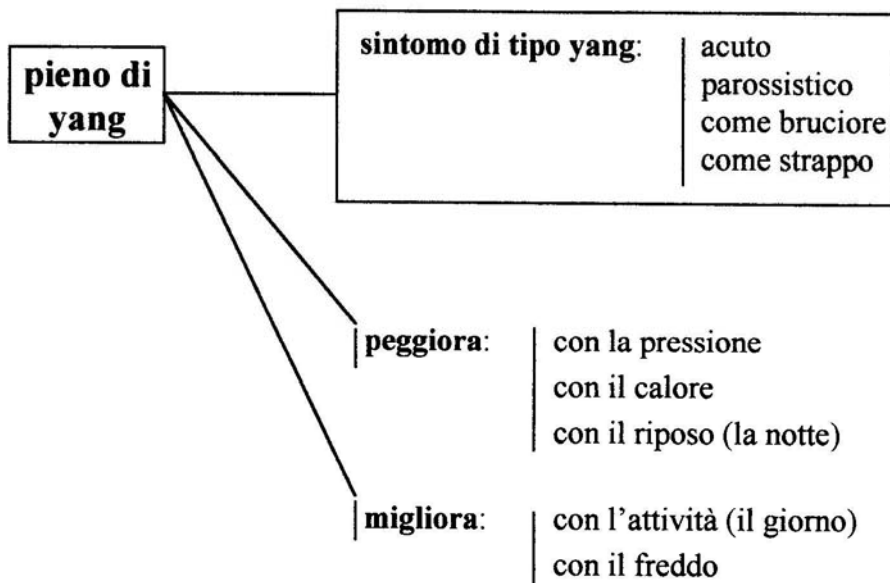


Biao-Li: ci da indicazioni sulla localizzazione del dolore, localizzazione soggettiva superficiale o profonda.

TIPI DI SINTOMI







Xu-Shi: ci da indicazioni sulla **origine** della malattia.

Xu è vuoto di Zheng Qi

Shi è il pieno di Xie Qi

Criteri di valutazione:

comportamento
movimenti
voce
respirazione
pressione
lingua
polso

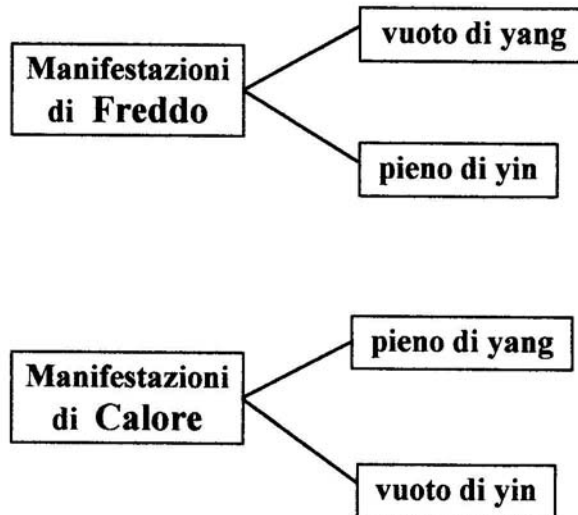
Vuoto

comportamento:..... astenia, stanchezza, sbadigli
movimenti: lenti, ritardati
voce: debole
colorito: pallido
respirazione: debole
pressione: è ricercata (cintura, reggiseno)
lingua: pallida, senza patina, gonfia
polso: vuoto, debole

Pieno

comportamento:..... stenico, attivo, agitato, sospiri
movimenti: vivaci
voce: forte
colorito: rosso
respirazione: forte
pressione: evita le costrizioni
lingua: stretta, rossa, con patina
polso: pieno, forte

Han-Re: ci indica il modo con cui **appare** e si manifesta la malattia, ci dice quindi il carattere, cioè l'aspetto, l'apparenza.



Criteri di valutazione:

- comportamento
- sintomi
- colorito
- orine
- feci
- lingua
- polso

**sintomi di
Freddo**

comportamento:...evita il freddo, cerca il calore, (bevande)
sintomi:.....sensazione di freddo, freddo ai 4 arti
colorito:.....pallido
orine:.....abbondanti e chiare
feci:.....liquide
lingua:.....patina bianca
polso:.....lento

**sintomi di
Calore**

comportamento:...evita il caldo, cerca il fresco, (bevande)
sintomi:.....sensazione di calore arti, viso, sete
colorito:.....rosso
orine:.....oliguria, orine cariche
feci:.....stipsi, feci secche
lingua:.....patina gialla, segni di calore
polso:.....veloce

Yin-Yang: questa non è una regola specifica, ci serve per fare la sintesi, per riordinare il tutto.



MERIDIANI PRINCIPALI - JING MAI

PREMESSE ALLO STUDIO DEI SINGOLI MERIDIANI

Prima di affrontare lo studio dei tragitti dei meridiani è necessario acquisire alcune nozioni sul reperimento dei punti di agopuntura e sulle caratteristiche generali dei “punti di comando”.

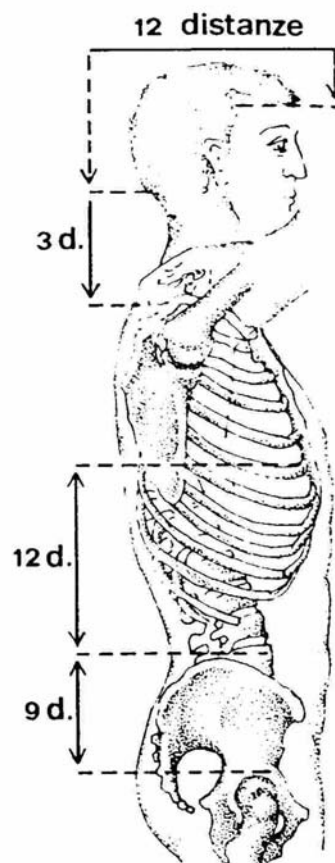
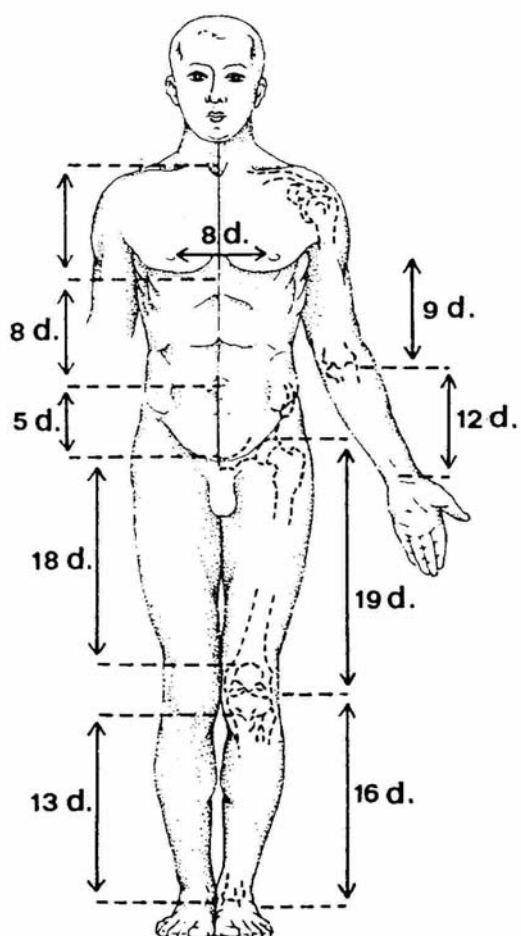
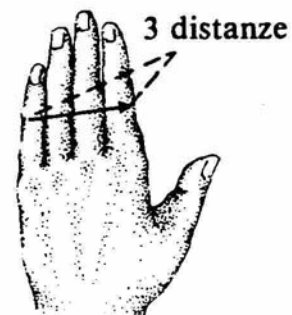
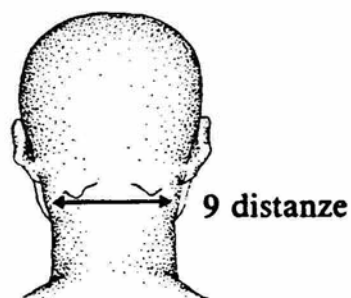
I *meridiani* vanno interpretati come una unione lineare, lungo la pelle, di punti che hanno per ogni meridiano una comunanza organofunzionale. *Come i punti*, possono essere rilevati mediante misurazioni di resistenza elettrica cutanea (diminuita rispetto alla cute circostante) (vedi il capitolo basi neurofisiologiche); *a differenza dei punti*, non hanno reperibilità tattile digitale. I punti sono infatti normalmente reperibili in fondo a piccoli avvallamenti cutanei, di più o meno facile ritrovamento, che presentano una consistenza ed elasticità difficilmente definibile, ma comunque diversa rispetto alla cute circostante.

MISURE E REPERI

Per quanto concerne in pratica la localizzazione dei punti lungo i meridiani, esistono due metodi:

- 1) Misurazione di distanze: le distanze variano secondo la regione anatomica, ricordando che per gli arti ed il dorso, per distanza, si intende la lunghezza del tratto compreso tra le pieghe interfalangee del medio del paziente (a sinistra per il maschio e a destra per la femmina).

2) Reperi anatomici:



PUNTI DI COMANDO

Sono i seguenti:
Su antichi
di Tonificazione

di Dispersione
 Luo (Lo)
 Qi (Tsri)
 Shu del dorso (Iu, assentimento)
 Mu (Mo, allarme)
 Hui (Roé, riunione)
 Feng (Fong, vento).
 Pen
 Finestra del cielo
 He (Ho) ad azione speciale
 Jing (King) ad azione speciale
 Jiao Hui (Chiave)
 Assentimento di zona.

Dei punti Shu antichi si è già parlato nel capitolo riguardante IL SISTEMA DEI MERIDIANI.

Forniamo qui una tabella dei punti *Su* antichi dei meridiani *Yin* e *Yang*:

M. Yin	LU	METALLO	11 LU	10 LU	9 LU	8 LU	5 LU
	SP	TERRA	1 SP	2 SP	3 SP	5 SP	9 SP
	HT	FUOCO	9 HT	8 HT	7 HT	4 HT	3 HT
	KI	ACQUA	1 KI	2 KI	3 KI	7 KI	10 KI
	LR	LEGNO	1 LR	2 LR	3 LR	4 LR	5 LR
	PC	FUOCO	9 PC	8 PC	7 PC	5 PC	3 PC
			Jing LEGNO	Ying FUOCO	Shu-Yuan TERRA	Jing METALLO	He ACQUA

M. Yang	LI	METALLO	1 LI	2 LI	3 LI	4 LI	5 LI	11 LI
	ST	TERRA	45 ST	44 ST	43 ST	42 ST	41 ST	36 ST
	SI	FUOCO	1 SI	2 SI	3 SI	4 SI	5 SI	8 SI
	BL	ACQUA	67 BL	66 BL	65 BL	64 BL	60 BL	54 BL
	GB	LEGNO	44 GB	43 GB	41 GB	40 GB	38 GB	34 GB
	TE	FUOCO	1 TE	2 TE	3 TE	4 TE	6 TE	10 TE
			Jing METALLO	Ying ACQUA	Shu LEGNO	Yuan LEGNO	Jing FUOCO	He TERRA

PUNTI DI TONIFICAZIONE E DI DISPERSIONE

Questi punti si trovano tra i *Ben Shu* (*Su* antichi) che rappresentano sul meridiano i 5 elementi, cioè tutti i movimenti energetici che avvengono nell'universo. La loro

funzione si esplica in accordo alle regole del ciclo *Sheng* (generazione). Quindi, per ogni meridiano, il punto di tonificazione sarà quello che rappresenta l'elemento madre dell'elemento al quale il meridiano appartiene; quello corrispondente all'elemento figlio, sarà il punto di dispersione.

Con i *Ben Shu* si può anche tonificare o disperdere la qualità energetica corrispondente (vento, calore, umidità, secchezza, freddo) in carenza o in eccesso.

M E T A L L O	T: 9 LU = <i>Yú-Yuan-Terra</i> : sulla piega distale del polso, lateralmente all'arteria radiale.
	D: 5 LU = <i>Hé-Acqua</i> : al centro della piega del gomito, lateralmente al tendine del bicipite.
	T: 11 LI = <i>Hé-Terra</i> : all'estremità esterna della piega del gomito.
	D: 2 LI = <i>Ying-Acqua</i> : a valle e lateralmente all'articolazione metacarpofalangea dell'indice.

F U O C O	T: 9 HT = <i>Jing-Legno</i> : all'angolo ungueale radiale del mignolo.
	D: 7 HT = <i>Shu-Yuan-Terra</i> : all'estremo ulnare sulla piega del polso, all'inserzione del flessore ulnare del carpo sul pisiforme.
	T: 3 SI = <i>Shu-Legno</i> : a monte dell'articolazione metacarpo falangea del 5° raggio.
	D: 8 SI = <i>Hé-Terra</i> : nella doccia olecranica medialmente alla punta dell'olecrano.

A C Q U A	T: 67 BL = <i>Jing-Metallo</i> : all'angolo ungueale esterno del 5° dito del piede.
	D: 65 BL = <i>Shu-Legno</i> : a monte dell'articolazione metatarsofalangea del 5° dito del piede.
	T: 7 KI = <i>Jing-Metallo</i> : 2 distanze sopra il malleolo interno, 1/2 distanza dietro il bordo postero-mediale della tibia.
	D: 1 KI = <i>Jing-Legno</i> : sulla pianta del piede, all'apice della V formata dai cuscinetti carnososi dell'alluce e delle altre dita.

F U O C I O	T: 9 PC = <i>Jing-Legno</i> : all'angolo ungueale laterale del dito medio.
	D: 7 PC = <i>Shu-Yuan-Terra</i> : sulla piega del polso tra i tendini del piccolo e grande palmare ed il collegamento anulare anteriore.
	T: 3 TE = <i>Shu-Legno</i> : a monte del capitello del 4° metacarpale (tra 4° e 5°).
	D: 10 TE = <i>Hé-Terra</i> : 1 distanza a monte dell'olecrano, sulla faccia posteriore del gomito.

L E G N O	T: 43 GB = <i>Ying-Acqua</i> : a valle dell'articolazione metatarsofalangea del 4° dito (tra 4° e 5°).
	D: 36 GB = <i>Jing-Fuoco</i> : 4 distanze sopra il malleolo peroneale, contro il perone.
	T: 8 LR = <i>Hé-Acqua</i> : all'estremità interna della piega di flessione del ginocchio, contro la tuberosità mediale della tibia.
	D: 2 LR = <i>Ying-Fuoco</i> : alla base della falange prossimale dell'alluce tra 1° e 2° dito.

E R R	T: 2 SP = <i>Ying - Fuoco</i> : sul lato mediale dell'alluce, distalmente all'articolazione metatarsofalangea
	D: 5 SP = <i>Jing - Metallo</i> : nella depressione sul bordo anteriore del malleolo interno
	T: 41 ST = <i>Yann - Fuoco</i> : nel mezzo del collo del piede, fra i tendini dell'estensore comune delle dita ed estensore lungo dell'alluce
	D: 45 ST = <i>King - Metallo</i> : all'angolo ungueale esterno del II dito

Sono situati, come i *Su Antichi*, sotto il ginocchio e il gomito e sono 12 per i meridiani principali: 7 LU – 6 LI – 40 ST – 4 SP – 5 HT – 7 SI – 58 BL – 4 KI – 6 PC – 5 TE – 37 GB – 5 LR. Si considera punto *Luo* anche il 21SP perché da qui parte il grande *Luo* della milza. Anche *Du Mai* e *Ren Mai* hanno un punto *Luo*, rispettivamente l'1 GV e il 15 CV, dai quali partono i loro vasi *Luo*.

La funzione *Luo* è in genere quella di far comunicare; infatti dai punti *Luo* dei meridiani principali partono due vasi *Luo*: il trasversale che mette in comunicazione due meridiani accoppiati, andando dal punto *Luo* dell'uno al punto *Yuan (Junn)* dell'altro; il longitudinale che, eccetto che per il polmone e la vescica biliare, ha un decorso centripeto che segue abbastanza quello principale e arriva all'organo o al viscere o/e alla testa. Con la tecnica *Yuan-Luo* si opera un transfert di energia dal punto *Luo*, e quindi dal meridiano che lo porta, al punto *Yuan* del meridiano accoppiato; il punto *Luo* è un punto che dà energia, il punto *Yuan* un punto di assorbimento. Pungendo solo il punto *Luo* di un meridiano si attua un apporto energetico in profondità. La prima tecnica serve quindi per scaricare un eccesso energetico da un meridiano al suo accoppiato che è in carenza; la seconda per rafforzare l'energia lungo il percorso più profondo del meridiano.

Il punto *Luo* comanda inoltre il passaggio dell'energia fra le due branche di uno stesso meridiano; lo squilibrio si avverte al polso, preso con la tecnica di Niboyet, e il trattamento consiste nel tonificare il punto *Luo* della branca in difetto.

Una funzione *Luo* particolare è quella dei *Luo di gruppo* che agiscono su gruppi di 3 meridiani dell'arto superiore e dell'arto inferiore, *yin* e *yang*.

Sono:

8 TE	per i 3 m. <i>yang</i> del braccio
5 PC	per i 3 m. <i>yin</i> del braccio
39 GB	per i 3 m. <i>yang</i> della gamba
6 SP	per i 3 m. <i>yin</i> della gamba.

Questi punti vengono usati negli squilibri *yin-yang* tra alto e basso; es.: nell'eccesso di *yang* in alto il 39 GB porterà questo *yang* verso il basso; come il 6 SP farà circolare lo *yin* accumulato in basso verso l'alto.

Trovano indicazione anche nello squilibrio *yin-yang* tra le parti destra e sinistra del corpo rilevata pulsologicamente con la presa dei fianchi; es.: nell'insufficienza di *yang* a ds. si tonificano 8 TE e 39 GB a ds.

Inoltre vengono usati negli squilibri *yin-yang* di uno stesso arto rilevati pulsologicamente; es.: se i tre *yin* della gamba sono in insufficienza rispetto ai tre *yang*, si pungerà il 6 SP; però, per avere questa azione bisogna che almeno uno dei tre meridiani del gruppo sia in eccesso rispetto al più forte dell'altro gruppo.

PUNTI XI (TSRI)

Sono punti profondi (*Xi* significa fessura) in cui sangue e energia si riuniscono. La loro utilizzazione riguarda le affezioni acute, i blocchi energetici di qualsiasi origine dei meridiani e degli organi e visceri (coliche viscerali, blocchi psichici, ristagni di sangue quali ematomi...).

Si trovano anch'essi al di sotto dei gomiti e delle ginocchia; oltre ai meridiani principali hanno un punto *Xi* anche *Yin e Yang Qiao* e *Yin e Yang Wei*.

- 6 LU: 5 d. sotto il 5 LU, sulla linea che lo unisce al 10 LU
- 7 LI: 7 d. sopra il 5 LI (4 d. da 6 LI)
- 34 ST: 2 d. sopra la rotula, sulla verticale passante per il margine esterno
- 8 SP: 5 d. sotto l'interlinea articolare del ginocchio, sul bordo postero-interno della tibia
- 6 HT: 1/2 d. sopra la piega distale del polso, lato ulnare
- 6 SI: 1 d. a monte della stiloide ulnare, all'unione del capitello con la diafisi
- 63 BL: all'estremo laterale dell'articolazione calcaneo-cuboidea, 1 d. sotto e 1 d. avanti al 62 BL.
- 5 KI: sulla faccia mediale del calcagno, 1 d. sotto e 1/2 d. dietro il 3 KI.
- 4 PC: 7 d. sotto il 3 PC, 5 d. a monte di 7 PC tra grande palmare e lungo supinatore
- 7 TE: 3 d. sopra la piega dorsale del polso, 1 d. da 6 TE dal lato ulnare
- 36 GB: 7 d. sopra il malleolo esterno, 1 d. posteriormente al 35 GB (circa a metà gamba)
- 6 LR: 2 d. sopra il 5 LR (7 d. sopra il malleolo) sul bordo tibiale interno
- Yin Qiao: 8 KI: sul bordo postero-mediale della tibia, sull'orizzontale del 7 KI.
- Yang Qiao: 59 BL: 3 d. sopra il malleolo esterno
- Yin Wei: 9 KI: 5 d. sopra il malleolo interno, 1,2 d. dietro il bordo della tibia
- Yang Wei: 35 GB: 7 d. sopra il malleolo esterno, posteriormente al perone.

PUNTI SHU DEL DORSO (IU, assentimento)

Sono situati tutti in zona *yang*, sul dorso lungo la branca mediale del meridiano della BL, 1 e 1/2 d. lateralmente alle apofisi spinose, sull'orizzontale passante sotto a queste. Sono punti di concentrazione dell'energia *yang* degli organi e dei visceri e preferibilmente andrebbero trattati con le moxa. Il Neijing li indica per disperdere lo *yang* degli organi e quando il polso è pieno, ampio e intenso.

Si usano separatamente per trattare lo *yang* degli organi o accoppiati ai punti *MU*, nella tecnica *SHU-MU*, per regolarizzare l'energia degli organi. La via *SHU-MU* può considerarsi un percorso che attraversa un organo collegandolo allo *yin* e allo *yang*. I punti *SHU* del dorso degli organi e dei visceri sono i seguenti:

LU:	13 BL (D3)
PC	14 BL (D4)
HT	15 BL (D5)
LR	18 BL (D9)
GB	19 BL (D10)
SP:	20 BL (D11)
ST:	21 BL (D12)
TE:	22 BL (L1)
KI:	23 BL (L2)
LI:	25 BL (L4)
SI:	27 BL (S1)
BL:	28 BL (S2)

Inoltre vengono considerati i punti *SHU* del dorso di:

Du Mai:	16 BL (D6)
Diaframma:	17 BL (D7).

PUNTI MU (MO)

Sono situati tutti, ad eccezione del *Mu* del KI, sulle zone *yin*, addome e torace; sono punti di concentrazione dell'energia *yin* degli organi e dei visceri. Quando sono dolenti spontaneamente o alla palpazione denunciano sofferenza dell'organo o del viscere al quale appartengono e per questo sono anche detti punti di allarme o araldi. Alcuni si trovano su *Ren Mai* e quindi sono impari, gli altri sono pari. Pungendo il punto *MU* si richiama, si concentra l'energia dell'organo (il p. *MU* è *yin*); pungendo il punto *Shu* la si diffonde (il p. *Shu* è *yang*). Elenchiamo i punti *Mu*:

1 LU (LU) - 25 ST (LI) - 12 CV (ST) - 13 LR (SP) - 14 CV (HT) - 4 CV (SI) -
3 CV (BL) - 25 GB (KI) - 5 CV (TRi) - 12 CV (TRm) - 17 CV (TRs) - 24 GB
(GB) - 14 LR (LR)

PUNTI HUI (ROE, Riunione)

Sono rappresentativi dei distretti più importanti dell'organismo, la cui energia si riunisce a loro livello. Vengono usati quando si voglia sostenere l'energia di questi complessi dell'organismo; es. nelle malattie ossee di qualsiasi origine si pungerà il p. *Roé* delle ossa.

13 LR	degli organi
12 CV	dei visceri
17 CV	dei soffi o dell'energia
17 BL	del sangue
9 LU	delle arterie
5 SP	delle vene

32 ST	delle arterie e delle vene
34 GB	dei muscoli e tendini
11 BL	delle ossa
39 GB	dei midolli.

PUNTI FENG (FONG, Vento)

Sono situati nella parte superiore del corpo, spalle, collo, nuca, ad eccezione del 31 GB situato circa a metà coscia e il 41 GB, SHU, vento sul vento, sul piede: 16 GV - 20 GB - 17 TE - 12 BL - 12 SI - 31 GB - 41 GB.

Possono essere usati per disperdere il vento, energia perversa che colpisce particolarmente le regioni alte, dando origine a dolori, contratture, febbre, o per far circolare l'energia a livello dei distretti in vicinanza dei quali si trovano (capo, faccia, regione dorsale, toracica, arti inferiori).

PUNTI BEN

Si trovano sui meridiani principali dei quali rappresentano i punti maestri: sono i punti corrispondenti all'elemento al quale il meridiano appartiene e quindi più attivi nella stagione legata all'elemento.

Legno: 1 LR - 41 GB; Fuoco: 8 HT - 8 PC - 5 SI - 6 TE; Terra: 3 SP - 36 ST; Metallo: 8 LU - 1 LI; Acqua: 10 KI - 66 BL.

PUNTI FINESTRA DEL CIELO

Sono punti che facilitano la circolazione dell'energia verso la testa; sono situati sul collo e la nuca ad eccezione del 3 LU (parte superiore del braccio) e dell'1 PC (regione mammaria). Hanno nel loro ideogramma la parola "Cielo", vengono spesso usati per le affezioni della testa (cefalee, nevralgie), ma di alcuni il Neijing dà indicazioni più specifiche o diverse:

9 ST:	cefalea con pienezza al petto e difficoltà respiratorie
10 BL:	cefalea con vertigini, spasmi, contratture
16 TE:	sordità improvvisa
18 LI:	afasia
22 CV:	respirazione bruciante
3 LU:	sete improvvisa
16 SI:	sordità, acufeni, tonsillite, afonia
17 SI:	difficoltà di respiro con pienezza al petto
1 PC:	nevralgie intercostali, adeniti, mastiti
16 GV:	tutte le affezioni della testa

PUNTI XIA-HE (HO) AD AZIONE SPECIALE

Oltre agli *He* normali degli *yang* che hanno un'azione spiccata sul viscere corrispondente, ve ne sono altri tre:

- 37 ST: Xia-He speciale del grosso intestino
- 39 ST: " " dell'intestino tenue
- 39 BL: " " del triplice riscaldatore.

PUNTI JING (KING) AD AZIONE SPECIALE

Sono circa 90 punti di riunione fra uno o più meridiani che permettono di agire su zone con le quali i meridiani non hanno contatti. Es.:

- 5 ST, riunione di LI e ST., permette all'energia di penetrare in profondità nella mandibola.
- 20 TE, riunione di TE e GB, ha un'azione sul mascellare.
- 1 BL, riunione di *Yin Qiao*, *Yang Qiao* e BL, permette la penetrazione dell'energia nell'occhio.

PUNTI JIAO HUI (CHIAVE)

Permettono l'apertura dei meridiani curiosi. Situati sugli arti superiori e inferiori, si usano accoppiati, uno dell'alto e uno del basso, secondo l'accoppiamento dei meridiani curiosi dei quali comandano la funzione.

- | | | | |
|--------|-----------|--------|---------------|
| 4 SP: | Chong Mai | 6 PC: | Yin Wei Mai |
| 3 SI: | Du Mai | 62 BL: | Yang Qiao Mai |
| 41 GB: | Dai Mai | 5 TE: | Yang Wei Mai |
| 7 LU: | Ren Mai | 6 KI: | Yin Qiao Mai |

PUNTI ASSENTIMENTO DI ZONA

Sono punti genericamente indicati per le affezioni di determinate regioni:

- 4 LI viso
- 7 LU testa
- 40 BL regione dorso-lombare
- 2 GV regione sacrale
- 10 SI regione superiore del braccio
- 14 SI regione esterna della spalla
- 15 SI regione media della spalla
- 15 LI regione anteriore della spalla
- 27 GB grosso intestino

16 KI torace e cuore
30 BL dolori a bracciale.

BIBLIOGRAFIA

- 43) Nguyen Van Nghi, "Pathogénie et Pathologie énergétiques en Médecine Chinoise", Imprimerie Ecole Technique Don Bosco, 13 Marseille 6°.
- 44) A. Chamfrault, "Traité de Médecine Chinoise", Edition Coquemard, Angoulême.
- 45) A. Husson, "Hoang Di Nei Jing Suwen", Ass. Scien. Med. Acupuncteur de France.
- 46) "Pien T'sio - Nan King", traduzione P. Grison, Masson, Paris.
- 47) A. Faubert, "Initiation a l'Acupuncture Traditionelle", Ed. Pierre Belfond.
- 48) Centro Studi sull'Agopuntura - Milano, "Meridiani principali e curiosi", Ed. So Wen - Milano.

MERIDIANO PRINCIPALE DEL POLMONE - SHOU TAI YIN

Tragitto Interno:

Inizia al Riscaldatore medio; scende al grosso intestino; risale al cardias; attraversa il diaframma; entra nei polmoni; segue la trachea sino alla gola; discende all'ascella; esce al petto, iniziando il:

Tragitto esterno:

- 1 LU, al secondo spazio intercostale; sale al
- 2 LU, sotto la clavicola; discende verso la faccia mediale del braccio ed anteriorizzandosi passa per il
- 3 LU, a tre distanze al di sotto del cavo ascellare; giunge al
- 5 LU, in mezzo alla piega del gomito; prosegue lungo l'avambraccio, portandosi lateralmente sino al "polso del piede", al punto
- 7 LU, nella doccia radiale, circa 1,1/2 distanza a monte della piega del polso, ove raggiunge il punto
- 8 LU, a metà della "barriera", e quindi al
- 9 LU, sulla piega di flessione del polso, donde arriva al
- 10 LU, a livello dell'articolazione carpometacarpale del primo raggio e prosegue sull'eminanza tenare sino all'
- 11 LU, all'angolo ungueale esterno del pollice.

Punti di comando:

- 1 LU = punto *Mù* del Polmone;
- 3 LU = punto Finestra del cielo;
- 5 LU = punto *Hé* (acqua) e punto di *Dispersione*;
- 6 LU = punto (*Xì*) *Qi*;
- 7 LU = punto *Luò*;
- 8 LU = punto *King* (metallo)
- 9 LU = punto *Shù-Yuàn* (terra) e punto di *Tonificazione* e punto *Sorgente*;
- 10 LU = punto *Ying* (fuoco);
- 11 LU = punto *Jing* (legno);
- 13 BL = punto *Shù* (del dorso).

Orario dell'energia:

L'energia è massima dalle 3 alle 5.

MERIDIANO PRINCIPALE DI GROSSO INTESTINO – SHOU YANG MING

Tragitto Esterno

Inizia allo

- 1 LI, all'angolo ungueale esterno dell'indice; seguendo il bordo superoesterno dell'indice arriva al
- 2 LI, a valle e sul bordo esterno della articolazione metacarpo-falangea dell'indice; prosegue sino al
- 3 LI, a monte e sul bordo esterno della stessa articolazione; continua al
- 4 LI, sulla faccia dorsale della mano, a valle dell'angolo fra le estremità prossimali dei due primi metacarpali; giunge al
- 5 LI, al fondo della tabacchiera anatomica; quindi arriva al
- 6 LI, a tre distanze dalla piega dorsale del polso, sul bordo esterno e posteriore del radio; prosegue sino al
- 7 LI, a 7 distanze dalla piega dorsale del polso, sempre sul bordo postero-esterno del radio; guadagna l'estremità esterna della piega di flessione del gomito al
- 11 LI, percorrendo il bordo esterno del braccio, arriva alla spalla, ne contorna il bordo anteriore, posteriorizzandosi sino al 14 GV, ritorna in avanti alla fossa sopraclaveare, al 12 ST, dove si divide in due rami, di cui l'esterno sale lungo la faccia laterale del collo, al
- 18 LI, sullo sternocleidomastoideo a livello del bordo superiore della cartilagine tiroidea; passa al bordo inferiore della mandibola, attraversa la faccia da dietro in avanti, oltrepassa la linea mediana anteriore sotto il naso, per terminare dalla *parte opposta* al di fuori dell'ala del naso al punto
- 20 LI, L'altro ramo dà il:

Tragitto Interno

dal 12 ST, tale ramo penetra nei polmoni, attraversa il diaframma ed arriva nel grosso intestino.

Punti di comando

1 LI	=	punto <i>Jing</i> (metallo);
2 LI	=	punto <i>Ying</i> (acqua) e punto di <i>Dispersione</i> ,
3 LI	=	punto <i>Shu</i> (legno);
4 LI	=	punto <i>Yuan</i> (legno) e punto <i>Sorgente</i> ;
5 LI	=	punto <i>Jing</i> (fuoco);
6 LI	=	punto <i>Luo</i> ;
7 LI	=	punto (<i>Xi</i>) <i>Qi</i> ;
11 LI	=	punto <i>He</i> (terra e punto di <i>Tonificazione</i> ;
18 LI	=	punto <i>Finestra del cielo</i> ;
25 BL	=	punto <i>Shu</i> (del dorso);
25 ST	=	punto <i>Mu</i> ;
37 ST	=	punto <i>Xia He</i> .

Orario dell'energia:

l'energia è massima dalle 5 alle 7.

MERIDIANO PRINCIPALE DELLO STOMACO - ZU YANG MING

Tragitto Esterno

Comincia al punto 20 LI, da dove un ramo profondo risale all'1 BL ritornando superficiale al contorno orbitario inferiore (1 ST), scende lungo la guancia, penetra nelle gengive superiori, riappare intorno alla bocca, arriva a contatto del meridiano omonimo opposto, al punto 24 CV; giunge alla mandibola al 5 ST, risale sul lato esterno della stessa sino al 6 ST; prosegue davanti all'orecchio sino alla radice dei capelli ed alla fronte, lateralmente. Sempre dal 5 ST discende alla faccia anteriore del collo, passa alla regione sopraclaveare: discende lungo la linea mammaria, alla parete addominale, parallelamente alla linea mediana sino al pube, al 30 ST.

Da qui discende alla coscia anterolateralmente, e sopra il ginocchio tocca il

- 34 ST, due distanze al disopra del bordo superoesterno della rotula; sotto il ginocchio trova il
- 36 ST, a tre distanze al disotto della punta della rotula, leggermente lateralizzato; prosegue sino al
- 40 ST, a otto distanze al disopra del malleolo esterno, leggermente spostato lateralmente; discende in basso sino al
- 41 ST, a metà della articolazione tibioastragalica, anteriormente, raggiunge il
- 42 ST, al polso pedidio; scende al
- 43 ST, tra le basi del secondo e terzo metatarso; prosegue sino al

- 44 ST, tra le basi delle falangi prossimali del secondo e terzo dito; termina al
 45 ST, all'angolo ungueale esterno del secondo dito del piede.

Tragitto Interno:

Dal 12 ST una branca penetra nel petto, attraversa il diaframma; entra prima nello stomaco, poi nella milza; sempre internamente, prosegue sino al 30 ST, ove si riunisce alla branca esterna.

N.B.: esiste anche una branca che partendo dal 36 ST e scorrendo lateralmente al tragitto già descritto, arriva direttamente al 45 ST.

Punti di comando

- 45 ST = punto *Jing* (metallo) e punto di *Dispersione*;
 44 ST = punto *Ying* (acqua);
 43 ST = punto *Shu* (legno);
 42 ST = punto *Yuan* (legno);
 41 ST = punto *Jing* (fuoco) e punto di *Tonificazione*;
 40 ST = punto *Luo*;
 36 ST = punto *He* (terra);
 34 ST = punto (*Xi*) *Qi*;
 21 BL = punto *Shu* (del dorso);
 12 CV = punto *Mu*;
 9 ST = punto *Finestra del cielo*.

Orario dell'energia

L'energia è massima dalle 7 alle 9.

MERIDIANO PRINCIPALE DELLA MILZA - ZU TAI YIN

Tragitto Esterno:

Inizia all'angolo ungueale interno dell'alluce al punto

- 1 SP, continua lungo il bordo interno del piede toccando:
 2 SP, subito prima dell'articolazione metatarsofalangea dell'alluce,
 3 SP, subito dietro alla stessa articolazione,
 4 SP, una distanza dietro la stessa articolazione,
 5 SP, a mezza distanza avanti e sotto il malleolo interno; sale lungo il bordo interno tibiale sino all'
 8 SP, a cinque distanze dalla interlinea articolare del ginocchio, sulla faccia interna della tibia; successivamente tocca il
 9 SP, tra tuberosità interna e metafisi tibiale; sale lungo la faccia interna della coscia sino al triangolo di Scarpa, giungendo all'estremità esterna della piega inguinale, donde raggiunge il 3 CV; segue il CV sino al 4; si lateralizza in seguito per riconvergere nel CV al punto 10 CV; si fa

di nuovo laterale, salendo lungo il torace sino al secondo spazio intercostale; da qui ridiscende al sesto spazio intercostale al 21 SP, ove termina.

Tragitto Interno:

Dal 10 CV una branca si affonda entrando prima nella milza, poi nello stomaco, e quindi nel cuore; un'altra, dal 21 SP arriva alla gola ed alla bocca.

Punti di comando

1 SP	=	punto Jing (legno);
2 SP	=	punto Ying (fuoco) e punto di Tonificazione;
3 SP	=	punto Shù-Yuàn (terra) e punto Sorgente;
4 SP	=	punto Luò;
5 SP	=	punto Jing (metallo) e punto di Dispersione;
8 SP	=	punto (Xi) Qi;
9 SP	=	punto Hé (acqua);
20 BL	=	punto Shù (del dorso);
13 LR	=	punto Mù;
21 SP	=	punto Grande Luò;

Orario dell'energia

l'energia è massima tra le 9 e le 11.

MERIDIANO PRINCIPALE DEL CUORE – SHOU SHAO YIN

Tragitto Interno:

Inizia nel mezzo del cuore, attraversa il diaframma ed entra nell'intestino tenue; dal cuore, un ramo va alla gola ed alla faccia, terminando all'1 BL; un altro ramo si dirige all'ascella, ove emerge, iniziando il

Tragitto Esterno

- all'1 HT, nel mezzo del cavo ascellare; discende quindi lungo la faccia interna del braccio,
- al 3 HT, all'estremo mediale della piega di flessione del gomito; lungo la faccia mediale dell'avambraccio giunge al
- 4 HT, a 1 1/2 distanza a monte della piega di flessione del polso, sull'arteria cubitale; incontra il
- 5 HT, ad 1 distanza dalla piega del polso; quindi il
- 6 HT, a mezza distanza dalla stessa piega, poi il
- 7 HT, sulla stessa piega, esternamente al pisiforme; sul palmo della mano passa per il punto

- 8 HT, fra quarto e quinto metacarpale, un poco a monte delle articolazioni metacarpofalangee; prosegue lungo la faccia antero-esterna del mignolo, dorsalizzandosi al termine, che è nel punto:
 9 HT, all'angolo ungueale radiale del quinto dito.

Punti di comando

- 9 HT = punto *Jìng* (legno) e punto di *Tonificazione*;
 8 HT = punto *Yìng* (fuoco);
 7 HT = punto *Shù-Yuàn* (terra) e punto di *Dispersione Sorgente*;
 6 HT = punto *(Xì) Qì*;
 5 HT = punto *Luò*;
 4 HT = punto *Jìng* (metallo);
 3 HT = punto *Hé* (acqua);
 15 BL = punto *Shù* (del dorso);
 14 CV = punto *Mù*.

Orario dell'energia:

l'energia è massima fra le 11 e le 13.

MERIDIANO PRINCIPALE DELL'INTESTINO TENUE - SHOU TAI - YANG

Tragitto Esterno

Inizia all'

- 1 SI all'angolo ungueale cubitale del mignolo, che sul lato esterno presenta il
 2 SI un poco prima dell'articolazione metacarpofalangea; lungo il bordo esterno della mano, arriva al
 3 SI, poco dopo l'articolazione anzidetta; poi al
 4 SI, in una depressione fra quinto metacarpale e osso crociato; quindi al
 5 SI, in una depressione della piega dorsale del polso, poco a valle della stiloide ulnare; prosegue sul bordo interno dell'avambraccio, al
 6 SI, una distanza a monte della stiloide ulnare; quindi al
 7 SI, a cinque distanze cranialmente al polso; giunge al
 8 SI, al gomito, nella doccia cubitale; continua posteromedialmente sul braccio, poi sulla faccia dorsale della spalla, sulla regione scapolare; si porta alla fossa sopraclaveare, risale lungo il collo sino dietro l'angolo mandibolare; va poi attraverso la regione masseterina sino al contorno orbitario esterno; si ripiega in addietro e termina dinanzi al trago al punto 19. Dalla fossa sopraclaveare, un ramo penetra nel torace, costituendo un

Tragitto Interno:

Passa nel cuore, e, lungo l'esofago, attraverso il diaframma, giunge allo stomaco e termina nell'intestino tenue.

N.B.: un ramo parte a livello della guancia e si porta all'1 BL.

Punti di comando

- 1 SI = punto Jing (metallo);
- 2 SI = punto Ying (acqua);
- 3 SI = punto Shu (legno) e punto di Tonificazione;
- 4 SI = punto Yuan (legno) e punto Sorgente;
- 5 SI = punto Jing (fuoco);
- 6 SI = punto (Xi) Qi;
- 7 SI = punto Luo;
- 8 SI = punto He (terra) e punto di Dispersione;
- 16 SI = punto Finestra del cielo;
- 17 SI = punto Finestra del cielo di GB
- 27 BL = punto Shu (del dorso);
- 4 CV = punto Mu;
- 39 ST = punto Xia He.

Orario dell'energia:

l'energia è massima fra le 13 e le 15.

MERIDIANO PRINCIPALE DELLA VESCICA – ZU TAI – YANG

Tragitto Esterno:

Parte dall'1 BL, all'angolo interno dell'occhio, risale alla fronte sino al 24 GV, da dove rilateralizzandosi a circa cm. 3 dalla linea mediana, percorre tutta la calvaria sino al 10 BL, poco al disotto e lateralmente all'inion, dove si divide in una branca mediale ed in una laterale. La mediale, toccando prima 14 e 13 GV, continua lungo il rachide (a circa cm. 3 dalle spinose), sino alla estremità caudale dell'articolazione sacroiliaca, risalendo quindi medialmente sino al primo foro sacrale, ridiscendendo lungo i fori sacrali, quindi lungo la faccia posteromediale della natica e posteriore della coscia, sino al

- 39 BL, all'estremo esterno della piega poplitea, della quale raggiunge il centro, al
- 40 BL, ridiscende lungo il polpaccio sino al solco fra i capi distali del muscolo gemello; si lateralizza al
- 58 BL, a sette distanze sopra il malleolo esterno, scende poi verticalmente al
- 60 BL, a metà circa fra bordo malleolare e tendine di Achille; contorna il malleolo esterno ed arriva al
- 63 BL, a livello dell'articolazione calcaneo-cuboidea; lungo la faccia esterna del piede, tocca il
- 64 BL, dietro la tuberosità basale del quinto metatarso; prosegue sino al

- 65 BL, dietro l'articolazione metatarsofalangea del quinto dito, poi al
- 66 BL, avanti alla stessa articolazione per terminare al
- 67 BL, all'angolo ungueale esterno del quinto dito del piede.

La branca laterale decorre a 3,1/2 distanze dalle spinose; incrocia la mediale a metà coscia e le si ricongiunge al 40 BL.

Tragitto Interno:

Dal 7 BL un ramo, che segue il GV, giunge al 20 GV, e penetra nel cervello, per riuscire all'8 BL; da qui si continua nel tragitto esterno. Dal 23 BL un altro ramo penetra nei reni e nella vescica. N.B.: dal 20 GV, un ramo esterno arriva all'angolo superiore dell'orecchio, al 7 GB.

Punti di comando:

- 67 BL = punto *Jing* (metallo) e punto di *Tonificazione*,
- 66 BL = punto *Ying* (acqua);
- 65 BL = punto *Shu* (legno), e punto di *Dispersione*;
- 64 BL = punto *Yuan* e punto *Sorgente*;
- 63 BL = punto *(Xi) Qi*;
- 60 BL = punto *Jing* (fuoco);
- 58 BL = punto *Luo*;
- 40 BL = punto *He* (terra);
- 28 BL = punto *Shu* (del dorso) della vescica;
- 3 CV = punto *Mu*;
- 10 BL = punto *Finestra del cielo*.

Orario dell'energia:

l'energia è massima dalle 15 alle 17.

MERIDIANO PRINCIPALE DEL RENE – ZU SHAO – YIN

Tragitto Esterno:

Parte dall'estremità del quinto dito del piede ed arriva al

- 1 KI, a metà circa del terzo anteriore della pianta del piede;
- 2 KI, avanti al malleolo interno; risale al
- 3 KI, a mezza distanza dietro il malleolo interno, sulla arteria tibiale posteriore; scende al
- 4 KI, dietro il malleolo interno; scende al
- 5 KI, sulla faccia mediale del calcagno; risale al polpaccio, ove è il
- 7 KI, a due distanze sopra il malleolo interno, poco dietro il bordo postero-interno della tibia; sale ancora sino al
- 10 KI, sulla piega di flessione del ginocchio verso l'interno; continua lungo la faccia posterointerna della coscia sino al perineo, dove si interiorizza;

riemerge all'angolo costale, all'altezza della punta della apofisi ensiforme; prosegue lateralmente allo sterno sino a poco sotto e lateralmente all'articolazione sternoclavicolare, terminando al 27 KI.

Tragitto Interno:

Dal perineo segue il rachide, entra nei reni, ridiscende nella vescica, donde risale sino a riemergere all'inizio della seconda parte del tragitto esterno (21 KI). Dai reni un altro vaso va direttamente al fegato, attraversa il diaframma ed i polmoni, da dove giunge al cuore, unendosi anche al meridiano del Pericardio; un altro ramo, passando per la gola, arriva alla radice della lingua.

Punti di comando

- 1 KI = punto *Jing* (legno) e punto di *Dispersione*;
- 2 KI = punto *Ying* (fuoco);
- 3 KI = punto *Shu-Yuan* (terra) e punto *Sorgente*;
- 4 KI = punto *Luo*;
- 5 KI = punto *(Xi) Qi*;
- 7 KI = punto *Jing* (metallo) e punto di *Tonificazione*;
- 10 KI = punto *He* (acqua);
- 23 BL = punto *Shu* (del dorso);
- 25 GB = punto *Mu*.

Orario dell'energia

L'energia è massima fra le 17 e le 19.

MERIDIANO PRINCIPALE DEL PERICARDIO O MAESTRO O MINISTRO DEL CUORE – SHAO JUE – YIN

Tragitto Interno:

Inizia nel torace, al suo centro, si unisce al pericardio, attraversa il diaframma, si dirama nel triplice riscaldatore.

Un ramo, dal mezzo del torace, segue il quarto spazio intercostale sulla parete interna del torace stesso, emerge tre distanze sotto l'ascella lateralmente al capezzolo, iniziando ivi il

Tragitto Esterno:

All'1 PC; attraversa l'ascella; scende lungo la faccia interna del braccio, passa al mezzo circa della faccia flessoria del gomito; prosegue al mezzo circa della faccia volare dell'avambraccio e della mano; segue poi il bordo infero-mediale del medio, e termina dorsalizzandosi, lateralmente all'unghia dello stesso dito; tocca lungo tale percorso i punti:

- 3 PC, alla piega di flessione del gomito medialmente al tendine bicipitale;

- 4 PC, al mezzo della faccia volare dell'avambraccio, a cinque distanze a monte della piega del polso;
- 5 PC, a tre distanze dalla stessa piega;
- 6 PC, a due distanze dalla stessa piega;
- 7 PC, al mezzo della stessa piega;
- 8 PC, al mezzo della piega trasversale mediana del palmo;
- 9 PC, all'angolo ungueale radiale del medio.

N.B.: un vaso parte dall'8 PC e arriva all'estremità dell'anulare, all'1 TE.

Punti di comando:

- 9 PC = punto *Jing* (legno) e punto di *Tonificazione*;
- 8 PC = punto *Ying* (fuoco);
- 7 PC = punto *Shu Yuàn* (terra) e punto di *Dispersione* e punto *Sorgente*;
- 6 PC = punto *Luo*;
- 5 PC = punto *Jing* (metallo);
- 4 PC = punto *(Xi) Qi*;
- 3 PC = punto *He* (acqua);
- 14 BL = punto *Shu* (del dorso);
- 17 CV = punto *Mu*;
- 1 PC = punto *Finestra del cielo*.

Orario della energia:

l'energia è massima dalle 19 alle 21.

MERIDIANO PRINCIPALE DEL TRIPLICE RISCALDATORE – SHOU SHAO - YANG

Tragitto Esterno

Inizia all'angolo ungueale cubitale dell'anulare, al

- 1 TE, arriva al
- 2 TE, fra quarto e quinto metacarpale, dorsalmente, a livello dell'articolazione metacarpofalangea; prosegue sul dorso della mano al
- 3 TE, una distanza a monte del precedente; continua sino al
- 4 TE, a metà circa della piega dorsale del polso; prosegue dorsalmente sull'avambraccio, al
- 5 TE, due distanze al disopra del precedente, tra radio ed ulna; continua sino al
- 6 TE, ad una distanza a monte del precedente; si medializza al
- 7 TE, a una distanza sulla trasversale che passa per il precedente; risale sopra l'olecrano, al

10 TE, una distanza dall'olecrano stesso; prosegue lungo la faccia postero-esterna del braccio e della spalla, poi lungo il bordo anteriore del trapezio, e si anteriorizza scendendo alla fossa sopraclaveare al 12 ST, da dove risale dietro alla nuca; percorre il solco retroauricolare, arriva alla tempia, scende all'angolo della mandibola e risale al contorno orbitario inferiore; un'altra branca, partendo davanti e cranialmente al trago, scende verso l'angolo mandibolare e risale poi all'estremità esterna del sopracciglio, al 23 TE.

Tragitto Interno:

Dal 12 ST una branca penetra nel torace, si collega con il meridiano del pericardio, attraversa il diaframma e penetra nel triplice riscaldatore. Un ramo parte da dietro l'orecchio, penetra nell'orecchio stesso, ne riemerge in avanti, al 3 GB, e continua nella branca esterna descritta per ultima.

Punti di comando:

- 1 TE = punto *Jing* (metallo);
- 2 TE = punto *Ying* (acqua);
- 3 TE = punto *Shu* (legno) e punto di *Tonificazione*;
- 4 TE = punto *Yuan* (legno) e punto *Sorgente*;
- 5 TE = punto *Luo*;
- 6 TE = punto *Jing* (fuoco);
- 7 TE = punto *(Xi) Qi*;
- 10 TE = punto *He* (terra) e punto di *Dispersione*;
- 16 TE = punto *Finestra del cielo*;
- 22 BL = punto *Shu* (del dorso);
- 5 CV = punto *Mu* del *Riscaldatore Inferiore*,
- 12 CV = punto *Mu* del *Riscaldatore Medio*;
- 17 CV = punto *Mu* del *Riscaldatore Superiore*;
- 7 CV = punto *Mu Generale dei tre Riscaldatori*.

Orario della energia:

l'energia è massima dalle 21 alle 23.

MERIDIANO PRINCIPALE DELLA VESCICA BILIARE - ZU SHAO - YANG

Tragitto Esterno:

Inizia all'1 GB all'estremità esterna della piega palpebrale; scende davanti al lobulo dell'orecchio; risale al bordo superiore dell'arcata zigomatica, alla regione temporale; ridiscende dietro l'orecchio sino alla base della mastoide, di nuovo risale lateralmente e posteriormente all'orecchio sino alla regione frontale alta, dove, con un'ansa, si

rivolge in addietro, esternamente e parallelamente al meridiano della Vescica, per giungere al disotto e posteriormente alla mastoide; prosegue lungo il collo, posterolateralmente, sino alla base dello stesso; da qui raggiunge il 14 GV e con un tragitto, parte esterno e parte interno, giunge al 12 ST (qui si riunisce ad un vaso, che partendo sempre dall'1 GB, discende verso il bordo inferiore della mandibola al punto 5 ST; formando un'ansa in sede geniena, ritorna all'angolo mandibolare, da dove scende al 12 ST)- Dal 12 ST discende alla ascella, va lungo le coste sino all'articolazione dell'anca, dove si approfonda; riappare in superficie al primo foro sacrale e discende lungo i fori sacrali sino al coccige, ove si riapprofonda, riemergendo in sede trocanterica; quindi discende lungo la faccia esterna dell'arto inferiore, contornando in avanti il malleolo peroneale; arriva alla faccia dorsale del piede, prosegue tra quarto e quinto metatarsale, e termina all'estremità del quarto dito, esternamente. Lungo tale tragitto troviamo i punti:

- 24 GB, all'estremità interna del nono spazio intercostale,
- 34 GB, anteroinferiormente alla testa peroneale,
- 36 GB a 7 distanze dal malleolo esterno, davanti al perone,
- 37 GB, a 5 distanze al disopra del malleolo esterno, davanti al perone,
- 38 GB, a 4 distanze al disopra del malleolo, davanti al perone,
- 39 GB, a 3 distanze sopra il malleolo, davanti al perone,
- 40 GB, leggermente avanti e sotto il malleolo,
- 41 GB, all'estremo prossimale dello spazio fra quarto e quinto metatarso,
- 43 GB, fra le basi delle falangi prossimali del quarto e quinto dito,
- 44 GB, all'angolo ungueale esterno del quarto dito.

Tragitto Interno:

- 1°) Dal 14 GV al 12 ST.
- 2°) Un vaso parte da dietro l'orecchio, vi penetra, riappare davanti a quest'ultimo e arriva all'angolo esterno dell'occhio.
- 3°) Dal 12 ST entra nel torace e attraversando il diaframma entra nel fegato, poi nella vescica biliare, segue le false coste, riemerge all'inguine al 30 ST, contorna i genitali e si dirige al 30 GB.

Punti di comando:

- 44 GB = punto *Jing* (metallo);
- 43 GB = punto *Ying* (acqua) e punto di *Tonificazione*;
- 41 GB = punto *Shu* (legno);
- 40 GB = punto *Yuan* (legno) e punto *Sorgente*;
- 38 GB = punto *Jing* (fuoco) e punto di *Dispersione*;
- 37 GB = punto *Luo*;
- 36 GB = punto *(Xi) Qi*;
- 34 GB = punto *He* (terra);
- 19 BL = punto *Shu* (del dorso);
- 24 GB = punto *Mu*;
- 17 SI = punto *Finestra del cielo*.

Orario della energia:
l'energia è massima dalle 23 all'1.

MERIDIANO PRINCIPALE DEL FEGATO ZU JUE - YIN

Tragitto Esterno:

Inizia al:

- 1 LR, all'angolo ungueale esterno dell'alluce; giunge al
- 2 LR, alla base della falange prossimale dello stesso dito; prosegue dorsalmente sino al
- 3 LR, a 1,1/2 distanza dal precedente, all'unione prossimale del primo e secondo metatarso; sale al
- 4 LR, una distanza davanti al malleolo tibiale e leggermente al disotto; risalendo lungo il bordo interno della tibia, arriva al
- 5 LR, cinque distanze al disopra del malleolo tibiale; tocca il
- 6 LR, due distanze sopra il precedente, sempre sul bordo tibiale interno, sul quale si trova il punto
- 8 LR, all'estremità interna della piega poplitea; prosegue lungo la faccia interna della coscia sino alla piega inguinale; ridiscende ai genitali esterni, che contorna risalendo al 2, 3 e 4 CV; da qui si dirige lateralmente arrivando all'estremità libera dell'XI costa, al 13 LR; poi nel settimo spazio intercostale al 14 LR, ove inizia il

Tragitto Interno:

Dal 14 LR penetra prima nel fegato e poi nella vescica biliare; attraversa il diaframma, si ramifica all'interno della parete toracica; sale nel collo sino ai mascellari, arrivando allo occhio; proseguendo sulla fronte arriva al 20 GV. Un vaso che parte dall'interno dell'occhio ridiscende alle guance e contorna le labbra. Un vaso che parte dal fegato, attraversa il diaframma, entra nei polmoni, e si unisce al meridiano principale degli stessi.

Punto di comando:

- 1 LR = punto *Jìng* (legno);
- 2 LR = punto *Ying* (fuoco) e punto di *Dispersione*;
- 3 LR = punto *Shu-Yuàn* (terra) e punto *Sorgente*;
- 4 LR = punto *Jìng* (metallo);
- 5 LR = punto *Luo*;
- 6 LR = punto *(Xi) Qi*;
- 8 LR = punto *He* (acqua) e punto di *Tonificazione*;
- 18 BL = punto *Shu* (del dorso);
- 14 LR = punto *Mu*.

Orario della energia:
l'energia è massima tra la 1 e le 3.

BIBLIOGRAFIA

- 49) Nguyen Van Nghi, "Pathogénie et pathologie énergétiques en Médecine Chinoise", Imprimerie Ecole Technique Don Bosco, 13 Marseille 6°.
- 50) A. Chamfrault, "Traité de Médecine Chinoise", Editions Coque-mard, Angouleme.
- 51) Centro Studi sull'Agopuntura - Milano, "Meridiani Principali e Curiosi", Ed. So Wen – Milano.
- 52) Institut de médecine traditionnelle chinoise de Shanghai, "Traité de Acupuncture", Masson, 1978.
- 53) J. E. H. Niboyet, "Traité d'ACUPUNCTURE"; Maisonneuve.
- 54) Centro Studi sull'Agopuntura - Milano, "Testo Esplicativo dei Punti di Agopuntura" (+ Tavole Allegate), Ed. So Wen – Milano.

MERIDIANI SECONDARI

I meridiani secondari comprendono:

- i Meridiani Tendino-Muscolari (*Jing Jin*)
- i Meridiani *Luo* (*Luomai*), longitudinali e trasversali
- i Meridiani Distinti (*Jing Bie*)

Le funzioni dei meridiani secondari sono diverse: completano la rete formata dai meridiani principali e dai meridiani straordinari, distribuendo più diffusamente l'energia nei distretti corporei, collegano le varie zone del corpo tra loro, e svolgono funzioni di difesa, nutrizione e riequilibrio energetico.

In generale, i meridiani secondari sono circuiti energetici che completano e perfezionano la rete circolatoria principale, rappresentata dai meridiani principali e straordinari; è evidente che ogni energia perversa (*Xie Qi*) che attacchi l'organismo incontrerà, via via che si approfondisce, strutture diverse. Prima "barriera" verso l'esterno è la superficie cutanea, poi troviamo i meridiani tendino-muscolari, i meridiani *Luo*, i meridiani distinti, i meridiani principali, ed infine gli *Zang Fu* (organi e visceri).

I MERIDIANI TENDINO-MUSCOLARI (JIN JING)

Come abbiamo già accennato, i meridiani tendino-muscolari (MTM) sono i più superficiali tra i meridiani secondari e svolgono un'importante funzione di difesa dall'attacco delle energie perverse esterne (*Xie Qi*). Quando una *Xie Qi* attacca l'organismo incontra dapprima la superficie cutanea, e subito dopo i MTM: il loro decorso viene, infatti, descritto subito al di sotto della cute, nei solchi formati dalle masse muscolari e dai tendini (Jin significa "tendine, muscolo").

I MTM sono meridiani yang, superficiali, essenzialmente percorsi da *Wei Qi*, l'energia di difesa prodotta nel Riscaldatore Inferiore; essi nascono tutti dalla parte distale dei meridiani principali, a livello del punto *Jing* (*Ting*), e prendono il nome del meridiano principale da cui nascono. Avremo quindi 12 MTM, percorsi tutti dalla *Wei Qi* in senso centripeto, privi di punti propri, ma che seguono il decorso ed "utilizzano" i punti del meridiano principale di origine.

Essi riconoscono quattro "punti di riunione":

- 13 GB (regione fronto-parietale) per i 3 MTM yang dell'arto superiore (SI, TE, LI)
- 22 GB (parete toracica laterale, zona ascellare) per i 3 MTM yin dell'arto superiore (LU, PC, HT)
- 18 SI o 3 ST (regione zigomatica) per i 3 MTM yang dell'arto inferiore (BL, GB, ST)

- 3 CV o 2 CV (zona sovrapubica) per i 3 MTM *yin* dell'arto inferiore (SP, LR, KI)

Grazie a questi punti di riunione, ogni gruppo di MTM è intercomunicante; ogni MTM comunica inoltre, attraverso i “punti di inserzione”, con il meridiano principale corrispondente, ed anche con i meridiani curiosi.

La *Weiqi* (energia di difesa) circola nei MTM durante tutte le 24 ore del giorno e della notte. Distinguiamo una circolazione diurna che (secondo Chamfrault e Van Nghi) inizierebbe allo *Zu Tai Yang* (BL), per poi passare allo *Shou Tai Yang* (SI), allo *Shou Shao Yang* (TE), allo *Zu Shao Yang* (GB), allo *Zu Yang Ming* (ST), ed infine allo *Shou Yang Ming* (LI); questo circuito viene percorso 25 volte al giorno, nello *yang*. Nelle 12 ore notturne l'energia circolerebbe nello *yin*: prima nello *Zu Tai Yin* (SP), poi nello *Shou Tai Yin* (LU), nello *Zu Jue Yin* (LR), nello *Shou Yue Yin* (PC), nello *Zu Shao Yin* (KI), ed infine nello *Shou Shao Yin* (HT).

Il Ling Shu precisa invece che “Le dodici ore del giorno sono suddivise in 25 periodi, ognuno corrispondente al passaggio dell'energia *Wei* in un meridiano tendino-muscolare”. Così la *Weiqi* circolerà nel primo periodo nel *Tai Yang*, nel secondo nello *Shao Yang*, nel terzo nello *Yang Ming*, nel quarto nello *Yin*, nel quinto nel *Tai Yang*, nel sesto nello *Shao Yang*, nel settimo nello *Yang Ming*, nell'ottavo nello *Yin*, per iniziare poi di nuovo lo stesso ciclo, sino al 25°, in cui ritornerà nel *Tai Yang*. La circolazione notturna inizierebbe nei Reni, per poi passare (seguendo il ciclo di dominazione) nel Cuore, nei Polmoni, nel Fegato, nella Milza, ancora nei Reni, e ricomparire di nuovo al mattino nello *Yang* a livello degli occhi.

Vale la pena di insistere su alcune fondamentali differenze tra il sistema dei meridiani principali e quello dei meridiani tendino-muscolari:

- i MTM non fanno comunicare l'interno con l'esterno; il loro decorso è sempre superficiale, non arriva mai agli *Zang/Fu*. Ne consegue che, a meno di un approfondirsi della *Xieqi*, non avremo mai sintomatologia a livello di organo o viscere per un attacco di un MTM
- non seguono un'alternanza *yin/yang*: come abbiamo visto, sono riuniti in gruppi di tre, con polarità uguale
- iniziano tutti all'estremità delle dita a livello dei punti *Ting*
- nei MTM il senso della circolazione è sempre centripeto
- essi riconoscono particolari “punti di riunione”, non hanno punti propri; ci sono punti, detti “di inserzione”, mediante i quali si connettono con i meridiani principali e con i meridiani straordinari.

TRAGITTI DEI MERIDIANI TENDINO-MUSCOLARI E LORO SINTOMATOLOGIA

I TRE MTM YANG DELL'ARTO INFERIORE

1) ZU TAI YANG – VESCICA

Inizia all'angolo ungueale esterno del 5° dito del piede, sale lungo il malleolo esterno, lungo la parte esterna del ginocchio; ridiscende verso il malleolo esterno, si ramifica nel tallone, risale lateralmente al tendine d'Achille, lungo il polpaccio, sino al cavo del poplite, ove si ramifica.

Un'altra branca, che parte dalla regione malleolare, sale seguendo il corpo muscolare del gemello esterno e arriva al cavo popliteo, dove si congiunge con la branca precedentemente descritta.

Dal cavo del poplite, percorrendo la faccia posteriore della coscia, il meridiano arriva al gluteo e, fiancheggiando la colonna vertebrale, risale sino alla nuca.

Da questo punto una branca collaterale, dirigendosi in avanti, raggiunge la lingua. La branca principale, invece, passando dietro alla mastoide, si dirige anteriormente verso il viso, sino al naso (invia ramificazioni alla palpebra superiore ed alla regione zigomatica - dove si trova il punto 18 SI, punto di riunione dei 3 MTM Yang dell'arto inferiore).

Dalla branca principale, a livello interscapolovertebrale, parte un vaso che arriva al 15 LI, discende sul petto, risale sino alla fossa sovraclaveare e si ramifica alla mastoide, riunendosi così al tragitto principale.

Un altro vaso, partendo dalla fossa sovraclaveare, arriva allo zigomo e vi si ramifica.

PUNTI DI INSERZIONE: 40 GB, 34 GB, 61 BL, 57 BL, 40 BL, 30 BL, 12 BL, 10 BL, 1 BL, 15 LI, 12 GB

SINTOMATOLOGIA: spasmi, contratture e dolori lungo i vari tratti del decorso del meridiano, dolore acuto a livello della parte laterale del piede o del tallone, crampi muscolari al polpaccio, sciatalgie, dolori lungo il rachide, contrattura dei muscoli del collo, dolori alla spalla con impossibilità a sollevare il braccio, dolori in zona scapolare e alla fossa sovraclaveare, emicrania e nevralgie facciali.

2) ZU SHAO YANG – VESCICA BILIARE

Inizia all'angolo ungueale esterno del 4° dito del piede; passa anteriormente al malleolo peroneale e, seguendo il bordo laterale della gamba, arriva alla parte esterna del ginocchio, dove un piccolo ramo si inserisce sulla rotula; prosegue poi verso l'alto lungo la faccia esterna della coscia e, giunto al solco sottogluteo, invia un ramo al coccige.

Risale lungo la parete laterale del corpo sino all'ascella, dove si divide in due rami: uno percorre la regione pettorale ed arriva alla fossa sovraclaveare; l'altro,

passando davanti al pilastro ascellare anteriore, risale lateralmente lungo il collo, lateralmente lungo la volta cranica esternamente al MTM della Vescica, sino alla regione frontale. Da qui un ramo va alla sommità del cranio, al punto 20 GV, ed un altro ramo arriva all'angolo esterno dell'occhio.

PUNTI DI INSERZIONE: 40 GB, 34 GB, 35 ST, 32 ST, 1 GV, 12 ST, 12 GB, 4 GB, 20 GV, 1 GB.

SINTOMATOLOGIA: spasmi, contratture e dolori lungo tutto il decorso del meridiano; in particolare gonalgia (dolori rotulei) con impossibilità a muovere il ginocchio, dolori al cavo popliteo, dolori intercostali (alti, a livello delle prime quattro o cinque coste), dolori al coccige.

3) ZU YANG MING – STOMACO

Inizia al 2°, 3° e 4° dito del piede, sale sino al collo del piede, dove si divide in due branche.

La branca esterna segue la parte esterna della gamba e della coscia fino al trocantere, risale lungo la parete anteroesterna dell'addome e del torace, dove, contornando le false coste, passa nella regione dorsale per terminare alla colonna vertebrale, inserendovisi.

La branca mediale risale parallelamente alla cresta tibiale ed arriva al ginocchio, invia un ramo alla tuberosità laterale della tibia, collegandosi al meridiano principale della GB; prosegue lungo la faccia anteriore della coscia, arriva al Triangolo dello Scarpa, converge verso la zona genitale (ai punti 2 e 3 CV - punto di riunione dei 3 MTM *yin* degli arti inferiori -); continua sulla parete toracica anteriore, dove dà ramificazioni che si congiungono agli altri MTM che raggiungono questa regione, arriva sino alla fossa sovraclaveare, al collo ed all'angolo del mascellare inferiore. Qui si divide in due branche: una arriva alla bocca, allo zigomo, ove si inserisce, al naso, per poi unirsi al MTM della Vescica, disperdendosi in fini ramificazioni sulla palpebra inferiore; l'altra branca, partendo dalla mandibola, termina davanti all'orecchio.

PUNTI DI INSERZIONE: 41 ST, 30 GB, 9 GV, 35 ST, 32 ST, 30 ST, 2 CV, 3 CV, 12 ST, 9 ST, 5 ST, 7 ST, 1 ST.

SINTOMATOLOGIA: dolori, contratture e spasmi lungo il tragitto del meridiano, dolori crampiformi e rigidità a livello del 2° dito e del collo del piede, crampi della gamba, del quadricipite, gonfiore e dolore in zona inguinale e genitale, crampi e rigidità dei muscoli addominali, dolori che dal basso arrivano sino alla fossa sovraclaveare e alla guancia, paresi periferica facciale (spastica se da freddo perverso, flaccida se da calore perverso).

I TRE MTM YANG DELL'ARTO SUPERIORE

1) SHOU TAI YANG – INTESTINO TENUE

Inizia all'angolo ungueale ulnare del 5° dito della mano; passa lungo il lato ulnare del polso, inserendovisi, risale lungo il lato ulnare dell'avambraccio e della parte postero-interna del gomito, tra olecrano ed epitroclea, ove si inserisce.

Dal gomito sale alla parte posteriore dell'ascella, inserendovisi, e qui si divide in due branche: la prima penetra nell'ascella, la seconda risale sulla scapola e sulla parte posteriore della spalla, quindi sulla parte laterale del collo davanti al MTM della Vescica Biliare.

Qui si divide ancora in due rami, dei quali il primo arriva alla regione mastoidea ed invia un piccolo ramo all'orecchio, contorna il padiglione auricolare per poi ridiscendere sino alla mandibola; da qui risale verso l'angolo esterno dell'occhio. Il secondo ramo sale dall'angolo mandibolare, seguendo la branca montante della mandibola, e, giunto davanti al trago, si dirige verso l'angolo esterno dell'occhio, sfiocandosi in regione frontoparietale.

PUNTI DI INSERZIONE: 5 SI, 8 SI, 10 SI, 16 SI, 12 GB, 1 GB, 5 ST.

SINTOMATOLOGIA: dolori, contratture e spasmi lungo il tragitto del meridiano, improvviso calo dell'udito, dolori auricolari irradiati al mento, ammiccamento prima di fissare un oggetto, torcicollo.

2) SHOU SHAO YANG – TRIPLICE RISCALDATORE

Inizia all'angolo ungueale ulnare dell'anulare; passa sul dorso della mano e sul lato ulnare del polso, dove si inserisce. Risale lungo la parte posteriore dell'avambraccio sino all'olecrano, inserendovisi, prosegue sul braccio sino alla faccia posteriore della spalla; sormonta il trapezio, anteriorizzandosi sulla faccia esterna del collo, dove si unisce al MTM dell'Intestino Tenue.

Arrivato all'angolo della mandibola, si divide in due rami: il primo penetra in profondità nella gola ed arriva alla lingua; il secondo risale davanti all'orecchio e termina sfiocandosi nella zona fronto-parietale.

PUNTI DI INSERZIONE: 4 TE, 1 TE, 6 ST, 1 GB.

SINTOMATOLOGIA: dolore, contratture e spasmi lungo il tragitto del meridiano, contrattura della lingua.

3) SHOU YANG MING – GROSSO INTESTINO

Inizia all'angolo ungueale radiale dell'indice, risale lungo la parte dorso-radiale della mano e del polso, inserendovisi, dell'avambraccio e del gomito, dove si anteriorizza e prende inserzione; continua sulla faccia esterna del braccio per giungere al punto 15 LI.

Qui si divide in due branche: una contorna la spalla, si porta posteriormente ed arriva, con un tragitto tortuoso, sino alla parte inferiore del rachide cervicale. L'altra branca, attraversando la fossa sovraclavare, arriva alla regione anteroesterna del collo ed all'angolo mandibolare.

In tale sede si suddivide ulteriormente in due rami: uno attraversa la guancia e termina in regione zigomatico-orbitaria, ed un altro che, passando davanti al MTM di Intestino Tenue, risale in regione frontoparietale proseguendo sino al vertice, dove si congiunge con la branca controlaterale.

PUNTI DI INSERZIONE: 5 SI, 11 LI, 15 SI, 14 GV, 5 ST.

SINTOMATOLOGIA: dolore, contratture e spasmi lungo il tragitto del meridiano, dolore alla spalla con impossibilità ad alzare il braccio, torcicollo, cefalea "a cuffia di telefonista".

I TRE MTM YIN DELL'ARTO INFERIORE

1) ZU TAI YIN – MILZA

Inizia all'angolo ungueale interno dell'alluce, risale lungo il bordo mediale del piede, passa davanti al malleolo tibiale, sale lungo la faccia interna della gamba, sulla tuberosità mediale della tibia, lungo la faccia interna della coscia, sino alla piega inguinale, dove si medializza per raggiungere il punto 3 CV (riunione dei 3 MTM *Yin* della gamba) e gli organi genitali. Qui si divide in due rami: il primo risale verticalmente, più superficiale rispetto al meridiano curioso *Ren Mai*, sino all'ombelico, inserendosi e poi sfiocandosi a livello della parete addominale e della parete toracica interna. Il secondo, dalla regione pubica, approfondendosi e cranializzandosi, arriva alla colonna vertebrale al punto 11 GV, e vi si inserisce.

PUNTI DI INSERZIONE: 5 SP, 9 SP, 12 SP, 8 CV, 11 GV.

SINTOMATOLOGIA: dolore, contratture e spasmi lungo il tragitto del meridiano, dolori acuti ai genitali esterni, dolori alla parete interna del torace, dorsalgie e dolori intercostali bassi.

2) ZU JUE YIN – FEGATO

Inizia all'angolo ungueale esterno dell'alluce, risale sul dorso del piede, passa davanti al malleolo interno, sale lungo il bordo mediale della tibia e lungo la faccia mediale della coscia sino alla piega inguinale, si dirige verso il meridiano curioso *Ren Mai*, prende contatto con i punti 2 e 3 CV (punto di riunione dei MTM *Yin* dell'arto inferiore), per terminare nei genitali.

PUNTI DI INSERZIONE: 4 LR, 8 LR.

SINTOMATOLOGIA: dolore, contratture e spasmi lungo il tragitto del meridiano, dolore ed infiammazione dei genitali esterni.

3) ZU SHAO YIN – RENE

Inizia a livello del 5° dito del piede, inferiormente; passa per il punto *Ting* del meridiano del Rene (1 KI), segue il MTM della Milza sino alla faccia posteriore del malleolo interno, si inserisce al tallone. Qui si unisce al MTM di Vescica. Dalla faccia posteriore del malleolo tibiale risale lungo la faccia mediale della gamba, sino alla tuberosità interna della tibia, percorre la faccia mediale della coscia, adiacente al MTM della Milza, sino all'inguine, per poi convergere a livello dei genitali esterni. Qui un ramo si approfonda, giunge alla faccia anteriore del rachide, sale lungo i corpi vertebrali; un altro ramo, dai genitali, si posteriorizza, contorna il gluteo controlaterale e, giunto in regione coccigea, segue le masse muscolari paravertebrali sino alla nuca, dove si unisce al MTM della Vescica.

PUNTI DI INSERZIONE: 3 KI, 10 KI, 10 BL.

SINTOMATOLOGIA: dolori e contratture lungo il decorso del meridiano, dolori alla pianta del piede.

I TRE MTM YIN DELL'ARTO SUPERIORE

1) SHOU TAI YIN – POLMONE

Inizia all'angolo ungueale radiale del 1° dito della mano, risale lungo l'eminanza tenar (a monte della quale si inserisce), lungo il lato antero-esterno dell'avambraccio, del gomito (dove prende inserzione) e dei due terzi inferiori del braccio; si medializza, penetrando infine nell'ascella. Dal punto 22 GB (punto di riunione dei MTM *yin* dell'arto superiore) inizia il tragitto interno; riappare in superficie al punto 12 ST, da dove contorna i bordi della fossa sovraclaveare (prendendo inserzione anteriormente sulla spalla), per poi approfondirsi all'interno del petto, terminando in parte al cardias ed in parte sulla faccia interna delle false coste.

PUNTI DI INSERZIONE: 9 LU, 5LU, 12 ST, 15 LI, 3 LU

SINTOMATOLOGIA: dolori e contratture lungo il decorso del meridiano, dolori intercostali accompagnati da oppressione ed ansietà, dolore alla spalla intenso, con impossibilità al movimento, dolore alle false coste.

2) SHOU JUE YIN – MINISTRO DEL CUORE

Inizia all'angolo ungueale radiale del 3° dito della mano, risale medialmente lungo il palmo della mano, sempre medialmente lungo il polso, l'avambraccio (si inserisce a livello del gomito), sale, medialmente al MTM di Polmone, sino all'ascella; da qui si

ramifica alle coste in superficie e in profondità.

Sempre dall'ascella, dal punto 22 GB (punto di riunione dei tre MTM *yin* dell'arto superiore), un altro ramo interno arriva al cardias, dopo essersi inserito a livello della parete toracica interna (negli spazi intercostali).

PUNTI DI INSERZIONE: 7 PC, 3 PC

SINTOMATOLOGIA: contratture, spasmi e dolori lungo il decorso del meridiano, in particolare al cavo ascellare ed al torace, senso di oppressione toracica.

3) SHOU SHAO YIN – CUORE

Inizia all'angolo ungueale radiale del 5° dito della mano, risale lungo il bordo interno del palmo della mano sino allo stiloide ulnare, inserendovisi; continua lungo il lato ulnare dell'avambraccio, del gomito e del braccio sino all'ascella, dove si unisce al MTM del Polmone, penetrando nel torace a livello del punto 22 GB (punto di riunione dei MTM *yin* dell'arto superiore). Lungo la faccia interna della parete toracica si dirige sino alla linea mediana, inserendosi alla parete interna del torace; scende sino al cardias e all'ombelico.

PUNTI DI INSERZIONE: 7 HT, 3 HT.

SINTOMATOLOGIA: contratture, spasmi e dolori lungo tutto il tragitto del meridiano, in particolare a livello del gomito e del torace.

PATOLOGIA DEI MERIDIANI TENDINO-MUSCOLARI

Il verificarsi di un evento patologico, secondo la medicina cinese, è sempre legato all'azione di un'energia perversa (*Xieqi*) - di origine esterna (cosmica) o di origine interna (psichica o alimentare)-; la possibilità di penetrazione della *Xieqi* è comunque legata ad una condizione di squilibrio dell'energia corretta dell'organismo.

Potremo quindi trovarci di fronte a due diverse condizioni:

- 1) vuoto di energia corretta → penetrazione di *Xieqi* = pienezza
In questo caso, alla pienezza superficiale, a livello del MTM, corrisponderà un vuoto in profondità. La sintomatologia è data da fenomeni dolorosi associati a spasmi, contrattura, edema, formicolio. All'esterno potrò avere i classici segni di flogosi (rubor, tumor, dolor, calor).
- 2) *Xieqi* che riesce ad approfondirsi nel meridiano principale → vuoto a livello del MTM. La sintomatologia sarà data da un dolore profondo, difficilmente evocabile alla pressione locale, talora accompagnato da ipoestesia locale, atonia della cute, sensazioni localizzate di freddo o di prurito, cute pallida, atonia o atrofia muscolare, paresi o paralisi motorie.

TRATTAMENTO DEI MTM

In generale, si trattano i MTM per patologie acute e di recente insorgenza.

La tecnica di trattamento dei MTM è descritta nel So Wen:

- puntura del “punto di riunione” dei MTM interessati (ad es. del 3 CV per i tre MTM *yin* dell’arto inferiore) per evitare che la *Xieqi* passi da un MTM ad un altro
- puntura del punto *Ting* del meridiano interessato
- puntura del punto *Shu* del meridiano interessato, per impedire l’approfondirsi della *Xieqi*

Questa è la tecnica classica di trattamento dei MTM; potremo poi associare la puntura, superficiale ed in dispersione, dei punti dolenti (i cosiddetti “punti *Ashi*”), e, se necessaria, la tonificazione del meridiano principale omologo (ad es., con moxa o pungendo il punto di tonificazione del meridiano).

Esempio: brachialgia posteriore, molto acuta e di recente insorgenza, lungo il tragitto di *Shou Tai Yang* (SI). Pungerò i punti: 13 GB (riunione), 1 SI (*Ting*), 3 SI (*Shu*) con ago e/o moxa, disperderò eventuali punti dolenti.

I MERIDIANI LUO (LUO MAI)

I meridiani *Luo* (Luomai) sono meridiani secondari, più superficiali rispetto ai meridiani principali ma meno superficiali dei MTM; si dipartono (salvo qualche eccezione) dal meridiano principale corrispondente a livello dei punti Luo.

Sono percorsi prevalentemente da Yingqi (energia nutritizia).

L’ideogramma “*Lo*” contiene l’immagine di un filo di seta che si dipana, un filo di seta sottile con cui si può fare una matassa; richiama l’idea di prendere con un laccio, di avvolgere con una rete, di formare un intreccio. Lo stesso ideogramma si usa anche per indicare una funzione di assistenza ad un meridiano, ad una regione del corpo o ad un organo o un viscere: i *Luo Mai* sono percorsi di energia che si mettono “al servizio” dei meridiani principali.

Si distinguono in *Luo* longitudinali, *Luo* trasversali, Piccoli *Lo* (*Sun Luo*, letteralmente “*Luo* nipoti”; *Sun* -Ricci 4570-: “nipote, discendente in linea diretta”), le cui ramificazioni più sottili sono dette anche “*Lo* fluttuanti” (*Fu Luo*; *Fu* -Ricci 1630-: “galleggiare sull’acqua, fluttuare nell’aria, superficiale, inconsistente”).

La funzione dei Meridiani *Luo* è di completare la rete energetica formata dai Meridiani Principali (per distribuire più diffusamente l’energia nei vari distretti corporei) e di collegare i Meridiani Principali *yin* e *yang* accoppiati; ricordiamo che tra i MP accoppiati esistono connessioni anche a livello delle estremità, connessioni però talora inadeguate ad assicurare un rapido scambio energetico.

In particolare, sono i *Luo Mai* longitudinali che hanno funzioni di collegamento, di difesa, di nutrizione e di riequilibrio energetico a livello dei diversi distretti corporei ed inoltre, come già accennato, di supporto per una migliore distribuzione

dell'Energia; i *Luo Mai* trasversali costituiscono invece una rete di collegamento rapido tra un MP ed il suo accoppiato. Sappiamo già che ogni *Xie Qi* che attacchi l'organismo incontrerà, via via che si approfondisce, strutture diverse: prima "barriera" verso l'esterno è la pelle, poi troviamo i Meridiani Tendino – Muscolari (percorsi principalmente dalla *Wei Qi*, che fa sì che l'energia perversa non possa, attraverso il punto *King*, raggiungere direttamente il Meridiano Principale), i *Luo* longitudinali, i Meridiani Distinti, i Meridiani Principali, ed infine gli *Zang Fu*.

LUO MAI LONGITUDINALI

Riconosciamo 12 *Luo Mai* longitudinali, come i MP da cui originano. Esistono poi:

- altri 2 *Luo Mai*, che originano rispettivamente dai meridiani curiosi *Ren Mai* e *Du Mai* (il primo si dirama sulla parete addominale in zona epigastrica, il secondo interessa il dorso in regione paravertebrale, per dirigersi poi a testa e spalle e ridiscendere sino agli organi genitali).
- 1 Grande *Luo* di Milza (che, al contrario degli altri Meridiani *Luo*, non parte dal punto *Luo* del MP corrispondente); sarebbe, in realtà, la continuazione del rispettivo meridiano principale, con irradiazione a tutto il corpo
- 1 Grande *Luo* dello Stomaco che, partendo dallo stomaco, si dirige ai polmoni ed al cuore, emergendo sul torace a livello del 5° spazio intercostale (sulla mammillare), per diramarsi sulla superficie del torace. Esso costituirebbe una via energetica importante per la distribuzione della *Zong Qi* (deputata alla regolazione dei ritmi cardiaci e respiratori) a Cuore e Polmoni.

Complessivamente si può quindi parlare di 16 Meridiani *Luo* longitudinali: 12 che originano dai MP, più 4 (*Luo* di *Ren Mai* e di *Du Mai*, grande *Luo* di Milza e di Stomaco).

LUO MAI TRASVERSALI

Sono 12 e collegano un Meridiano Principale con il suo accoppiato, cioè un meridiano *yin* con un meridiano *yang*, all'interno di uno stesso elemento.

Secondo la tradizione, in seguito al trattamento agopunturistico, l'energia (*Ying*) si dirigerebbe dal punto *Luo* di un meridiano al punto *Yuan* dell'accoppiato (nei testi classici come punto di arrivo dell'energia è invece indicato il punto *Shu*).

PUNTI DI PARTENZA E DECORSO DEI LUO MAI

LUO LONGITUDINALE DI LU (Lu)	7 LU
LUO LONGITUDINALE DI LI (Li)	6 LI
LUO LONGITUDINALE DI ST (St)	40 ST
LUO LONGITUDINALE DI SP (Sp)	4 SP

LUO LONGITUDINALE DI HT (Ht)	5 HT
LUO LONGITUDINALE DI SI (SI)	7 SI
LUO LONGITUDINALE DI BL (UB)	58 BL
LUO LONGITUDINALE DI KI (K)	4 KI
LUO LONGITUDINALE DI PC (P)	6 PC
LUO LONGITUDINALE DI TE (TB)	5 TE
LUO LONGITUDINALE DI GB (GB)	37 GB
LUO LONGITUDINALE DI LR (Liv)	5 LR
LUO LONGITUDINALE DI GV (Du)	1 GV
LUO LONGITUDINALE DI CV (Ren)	15 CV
GRANDE LUO DI SP	21 SP
GRANDE LUO DI ST	Stomaco

Luo Mai longitudinale del Polmone: parte dal punto 7 LU, segue il tragitto del meridiano principale, volge verso il palmo della mano, medialmente all'eminenza tenar; corre sul lato radiale dell'indice, si unisce con il meridiano di LI a livello del punto 1 LI.

Luo Mai tarsversale del Polmone: parte dal 7 LU, segue il bordo radiale dell'avambraccio, si collega al 4 LI.

Luo Mai longitudinale del Grosso Intestino: parte dal 6 LI, segue il decorso del meridiano principale di LI sino alla spalla, dove si inserisce al punto 15 LI. Da qui si porta al 12 ST, si divide in due rami: uno risale al mascellare inferiore, si ramifica ai denti e penetra nell'orecchio. Il secondo entra nel torace e si distribuisce al polmone.

Luo Mai trasversale del Grosso Intestino: parte dal 6 LI, si porta al 9 LU seguendo il bordo radiale dell'avambraccio.

Luo Mai longitudinale dello Stomaco: parte dal 40 ST, risale lungo la gamba e la coscia, si anastomizza all'inguine con il punto 30 ST. Entra nella cavità addominale, passa per lo stomaco, sale nel torace, esce in superficie al punto 12 ST. Sale alla testa, si unisce al punto 20 GV (alla sommità del capo), ridiscende alla fronte e poi sino alla faringe.

Luo Mai trasversale dello Stomaco: parte dal 40 ST, contorna la cresta tibiale, scende al punto 3 SP

Luo Mai longitudinale della Milza: parte dal 4 SP, segue il decorso del corrispondente meridiano principale lungo la gamba e la coscia; arrivato sulla parete addominale, penetra in profondità e si connette con la milza, lo stomaco e le anse intestinali.

Luo Mai trasversale della Milza: parte dal 4 SP e si dirige verso l'esterno, sino al punto 42 ST.

Luo Mai longitudinale del Cuore: parte dal 5 HT, segue il meridiano principale fino al torace, entra nel cuore, per poi scendere sino al Triplice Riscaldatore; da qui risale, si connette alla radice della lingua e raggiunge gli occhi a livello della commessura interna.

Luo Mai trasversale del Cuore: dal 5 HT, dopo aver contornato il bordo ulnare del polso, si connette al 4 LI.

Luo Mai longitudinale dell'Intestino Tenue: parte dal 7 SI, seguendo il meridiano principale si porta al gomito dove si ramifica, quindi si porta alla spalla ed in regione sovraclaveare, dove si connette al 12 ST e penetra nel torace e nel cuore.

Luo Mai trasversale dell'Intestino Tenue: dal 7 SI, contornando il bordo ulnare del polso, si porta al 7 HT.

Luo Mai longitudinale della Vescica: parte dal 58 BL, segue il meridiano principale sino al 20 GV; scende sul viso e prende contatto con il naso.

Luo Mai trasversale della Vescica: dal 58 BL, contornando la parte posteriore della gamba, si connette al 3 KI.

Luo Mai longitudinale del Rene: inizia al 4 KI, sale seguendo il meridiano principale sino al petto, si anastomizza con il 17 CV; da qui un ramo penetra, attraversa il torace, si porta alla 5° vertebra dorsale in corrispondenza dell'11 GV.

Luo Mai trasversale del Rene: dal 4 KI, contorna la gamba posteriormente, arriva al 64 BL.

Luo Mai longitudinale del Ministro del Cuore: dal 6 PC, segue il decorso del meridiano principale, arrivato al petto penetra nel torace e si connette con il pericardio; comunica col meridiano del Triplice Riscaldatore.

Luo Mai trasversale del Ministro del Cuore: dal 6 PC contorna il bordo radiale dell'avambraccio e si porta al 4 TE.

Luo Mai longitudinale del Triplice Riscaldatore: dal 5 TE segue il meridiano principale, passa sopra la spalla, penetra nel torace al punto 12 ST, va a connettersi con il meridiano del Ministro del Cuore.

Luo Mai trasversale del Triplice Riscaldatore: dal 5 TE, contorna il bordo radiale del polso, arriva al 7 PC.

Luo Mai longitudinale della Vescica Biliare: parte dal 37 GB, scende sul dorso del piede dove si ramifica.

Luo Mai trasversale della Vescica Biliare: dal 37 GB contorna la cresta tibiale e si congiunge al 3 LR.

Luo Mai longitudinale del Fegato: parte dal 5 LR, sale lungo il meridiano principale, si ramifica ai genitali esterni, si anastomizza con il 2 CV.

Luo Mai trasversale del Fegato: dal 5 LR contorna la cresta tibiale e si porta al 40 GB.

Luo Mai longitudinale di *Ren Mai*: parte dal 15 CV, si ramifica sull'addome, dove prende contatto con il meridiano straordinario *Chong Mai*.

Luo Mai longitudinale di *Du Mai*: dall'1 GV risale lungo i lati della colonna, raggiunge la nuca, dal 16 GV si ramifica alla testa. Ridiscende alla regione scapolare, si unisce al meridiano della Vescica, penetra profondamente nei muscoli. Da qui è descritto un ulteriore tratto che scende sino alla zona genitale, dove si unirebbe con *Ren Mai* e con il meridiano principale del Rene.

Grande *Luo* della Milza: dal 21 SP (VI, VII spazio intercostale sull'ascellare media); da qui si ramifica su tutto il torace e nella regione ipocondriaca e si dice comunichi con tutti i vasi *Luo*. Il suo ruolo sarebbe quello di controllarli e di governarli.

Grande *Luo* dello Stomaco (che sarebbe il corrispettivo *yang* di quello di SP). E' un vaso unico, dispari e monolaterale; inizierebbe a livello dello Stomaco, attraverserebbe il diaframma, si metterebbe in relazione con il 17 CV *Tanzhong* e con il Polmone, uscirebbe in superficie a livello del V° spazio intercostale e si diramerebbe sulla parete toracica, nell'area situata sotto la mammella sinistra. Rappresenterebbe una via di distribuzione della *Zhong Qi*, l'energia ancestrale che dà il ritmo, l'impulso vitale.

SINTOMI DEI LUO MAI LONGITUDINALI

I disturbi dei *Luo Mai* longitudinali sono dovuti essenzialmente alla penetrazione di energia perversa in un meridiano in stato di vuoto: dopo la penetrazione della *Xieqi* avremo quindi un iniziale stato di pienezza. Poi la *Xieqi* potrà approfondirsi, passando al meridiano principale e lasciando il *Luo* in stato di vuoto.

Consideriamo ora brevemente i diversi quadri clinici, a seconda del meridiano interessato.

LUO LONGITUDINALE DI POLMONE

Pienezza: calore palmo mano, lesioni eczematose

Vuoto: sbadigli, poliuria

LUO LONGITUDINALE DEL GROSSO INTESTINO

Pienezza: carie dentaria, sordità, acufeni

Vuoto: freddo ai denti, dolori al petto, oppressione

LUO LONGITUDINALE DI STOMACO

Pienezza: follia, nevrosi, epilessia

Vuoto: lassità articolare ginocchio con contrattura dei muscoli

LUO LONGITUDINALE DI MILZA

Pienezza: dolori intestinali acutissimi, diarrea coleriforme, vomito

Vuoto: senso di tensione addominale senza flatulenza

LUO LONGITUDINALE DI CUORE

Pienezza: dolori al petto, senso di “ripienezza” toracica

Vuoto: impossibilità a parlare (es: quando si è molto arrabbiati: pienezza di LR, blocco di HT, impossibilità a rispondere)

LUO LONGITUDINALE DI INTESTINO TENUE

Pienezza: dolore articolazioni gomito e spalla, gomito e braccio deboli

Vuoto: foruncoli e pustole, verruche

LUO LONGITUDINALE DI VESCICA

Pienezza: naso chiuso, rinorrea, dolori alla testa e alla schiena

Vuoto: rinorrea abbondante di liquido limpido, epistassi

LUO LONGITUDINALE DI RENE

Pienezza: impossibilità a defecare e ad urinare

Vuoto: dolenzia e senso di peso in regione renale

LUO LONGITUDINALE DI MINISTRO DEL CUORE

Pienezza: dolori al torace

Vuoto: rigidità al collo, angoscia

LUO LONGITUDINALE DEL TRIPLICE RISCALDATORE

Pienezza: contrattura e dolore dell’articolazione del gomito

Vuoto: lassità articolare del gomito

LUO LONGITUDINALE DI VESCICA BILIARE

Pienezza: gambe e piedi ghiacciati

Vuoto: debolezza delle gambe, impossibilità di camminare o di alzarsi

LUO LONGITUDINALE DEL FEGATO

Pienezza: erezione

Vuoto: prurito regione genitale

LUO DI REN MAI

Pienezza: dolore (iperestesia) della cute dell’addome

Vuoto: prurito cutaneo addominale

LUO DI DU MAI

Pienezza: rigidità della colonna vertebrale

Vuoto: testa pesante

GRANDE LUO DELLA MILZA

Pienezza: dolori in tutto il corpo

Vuoto: tutte le articolazioni sono deboli

SINTOMI DEI LUO MAI TRASVERSALI

I *Luo Mai* trasversali, rappresentando solo una via di collegamento, non presentano una sintomatologia propria; i sintomi sono quelli causati dalla pienezza o dal vuoto del MP corrispondente.

TRATTAMENTO DEI LUO MAI

Come già detto, i disturbi dei *Luo Mai* longitudinali sono dovuti essenzialmente alla penetrazione di energia perversa in un meridiano in stato di vuoto: avremo un iniziale stato di pienezza, poi la *Xieqi* potrà approfondirsi, passando al meridiano principale e lasciando il *Luo* in stato di vuoto.

Una tecnica di trattamento è quella della puntura del punto *Luo* omolaterale in dispersione (in caso di pienezza); siccome la pienezza è spesso una pienezza di *Xieqi*, si evita di pungere il punto *Yuan* dell'accoppiato, onde evitare di richiamare la *Xieqi* a questo livello. In caso di vuoto del meridiano, si disperde il punto *Yuan* omolaterale (che richiama energia) e si tonifica il punto *Luo* dell'accoppiato. L'energia (in questo caso energia corretta) si dirigerebbe in tal modo dal punto *Luo* al punto *Yuan* (con il punto *Yuan* che "assorbe", "richiama" l'energia).

Riassumendo:

PIENEZZA (di energia perversa): disperdere i punti *Luo* del meridiano in pienezza

VUOTO: tonificare i punti *Yuan* del meridiano in vuoto e disperdere i punti *Luo* dell'accoppiato

Esiste un'altra tecnica secondo la quale la puntura si pratica sul punto *Luo* del lato non malato. Il Su Wen, cap 63, consiglia, se possibile, di eseguire la puntura all'opposto.

Secondo J Schatz e coll: "...I *lo* si drenano con la stimolazione diretta dei punti *lo*, che si tonificano o si disperdono a seconda della sintomatologia clinica. Durante la palpazione, il dito riceve un'impressione di pienezza o di vuoto...". Si tratterebbe quindi di pungere direttamente i punti *Luo* omolaterali, in tonificazione o in dispersione a seconda che si faccia diagnosi di pienezza o di vuoto.

Secondo una scuola più moderna, quella di Niboyet, la direzione dell'energia sarebbe da *Luo* al *Luo* dell'accoppiato.

I MERIDIANI DISTINTI (JING BIE)

I *Jing Bie* costituiscono un sistema molto particolare di meridiani secondari, con decorso più profondo rispetto a quello dei *Lo Mai*; sono 12, divisi in 6 coppie (un meridiano *Yin* e uno *Yang*), corrispondenti ai 12 meridiani principali da cui originano.

"*Bie*" significa "che si separa, che è distinto, che si divide, che è diverso".

Nel cap. XI del Ling Shu sono descritti i tragitti dei meridiani distinti, ma non viene descritta la sintomatologia data dal loro interessamento; in realtà, nel Ling Shu i meridiani distinti vengono chiamati "*Zheng*": "corretto, dritto, che fila dritto"; con "*Bie*": "che si separa, che si divide..." vengono invece indicati i *Luomai*, in quanto il loro percorso si separa da quello dei meridiani principali.

I meridiani distinti sono percorsi da *Weiqi* e da *Yingqi* (rispettivamente energia difensiva e nutritizia).

Non hanno punti propri, “utilizzano” punti dei meridiani principali da cui dipendono. Quasi tutti (eccetto i distinti di TE e LR, che partono rispettivamente dal punto 5 LR e dal 20 GV) iniziano a livello delle grandi articolazioni degli arti, e dal punto di origine (“punto di unione” o “punto di partenza inferiore”) seguono il meridiano principale corrispondente sino all’addome o al torace; qui il distinto si dirige in profondità per prendere contatto con la loggia energetica dell’organo o del viscere corrispondente. Torna in superficie a livello del collo o della testa per terminare a livello dei Meridiani Principali *Yang* della testa.

Distinguiamo quindi, nel tragitto dei M. Distinti, diverse parti:

- tragitto **sottoorganico**: il MD origina dal meridiano principale corrispondente a livello del “punto di unione inferiore” (che abbiamo detto essere in genere situato a livello di una grande articolazione)
- tragitto **organico**, che attraversa l’organo o viscere di pertinenza
- tragitto **sovraorganico**, che, passando attraverso il cuore, si dirige al capo, al “punto di unione superiore”

I MD hanno la funzione di collegare la parte bassa del corpo alla parte alta e di portare l’energia (quella *Yang*, ma anche l’energia *Yin*) dal basso del corpo alla testa. Tutti i meridiani distinti “passano” per il Cuore (prendono cioè contatto con la loggia energetica del Cuore), per terminare poi al capo.

1^a COPPIA : BL / KI	P. UNIONE INF: 40 BL, 10 KI P. UNIONE SUP:10 BL
2^a COPPIA : GB / LR	P. UNIONE INF: 30 GB, 5 LR P. UNIONE SUP:17 SI
3^a COPPIA : ST / SP	P. UNIONE INF: 30 ST, 12 SP P. UNIONE SUP: 9 ST
4^a COPPIA : SI / HT	P. UNIONE INF: 10 SI, 1 HT P. UNIONE SUP:16 SI
5^a COPPIA : TE / PC	P. UNIONE INF: TE NESSUNO, 1 PC P. UNIONE SUP:16 TE
6^a COPPIA : LI / LU	P. UNIONE INF: 15 LI, 1 LU P. UNIONE SUP:18 LI

Possiamo notare che i punti di unione superiore, che mettono in collegamento le coppie di MD con un MP *yang* a livello del capo, sono tutti punti “finestra del cielo”.

I meridiani distinti hanno sicuramente, come tutti i meridiani secondari, una funzione di trasporto e diffusione dell’energia in zone non raggiunte dai meridiani principali; secondo alcuni autori, essi costituirebbero un sistema di connessione

destra-sinistra del corpo (i punti di riunione di questi sistemi di connessione provenienti dai due lati si troverebbero a livello della testa).

Dato il loro peculiare tragitto, più profondo rispetto a quello degli altri meridiani secondari, che prende diretto contatto con *Zang* e *Fu*, che arriva ai punti “finestra del cielo” (attivando la circolazione energetica al capo), e che convoglia al capo non solo energia *yang*, ma anche energia *yin*, possiamo comunque dire che il compito svolto dai Distinti nel diffondere l’energia all’interno del corpo è più ampio e specifico rispetto a quello di altri Meridiani Secondari.

TRAGITTO DEI MERIDIANI DISTINTI

PRIMA COPPIA (BL-KI)

Il *Jingbie* di *Zu Tai Yang* (BL) inizia a livello del cavo popliteo, al punto 40 BL, sale lungo la faccia posteriore della coscia, arriva alla regione glutea a 5 distanze dal coccige, si dirige verso la linea mediana e penetra nell’ano. Il suo tragitto diventa profondo, raggiunge la vescica e penetra nei reni, risale, a lato della colonna vertebrale, si distribuisce al cuore, arriva alla nuca, dove sbocca nel meridiano principale di Vescica al punto di unione superiore 10 BL.

Il meridiano distinto di *Zu Shao Yin* (Rene) inizia al punto 10 KI e si dirige orizzontalmente verso il punto 40 BL, dove si unisce con il meridiano distinto della Vescica. Lungo la coscia i due meridiani seguono lo stesso tragitto; giunto a livello lombare, il meridiano distinto del Rene penetra nei reni; a livello della seconda vertebra lombare torna più superficiale e penetra nel meridiano curioso *Dai Mai* a livello del punto 23 BL. Segue il tragitto circolare del meridiano curioso (in senso postero-anteriore) e, arrivato alla faccia anteriore dell’addome, assume un tragitto verticale sino alla base della lingua; nel tratto toracico prende rapporto con il cuore. Torna in superficie alla nuca (al punto di unione superiore 10 BL), e si unisce una seconda volta con il meridiano distinto di *Zu Tai Yang*.

SECONDA COPPIA (GB-LR)

Il meridiano distinto di *Zu Shao Yang* (GB) inizia al punto 30 GB e si dirige orizzontalmente verso la parete addominale, anteriormente, dove si unisce con il meridiano distinto di *Zu Jue Yin* (LR) sul bordo superiore del pube, al punto 2 CV (qui incontra il meridiano distinto di fegato). Quindi risale verso la parte laterale del corpo fino al bordo inferiore delle false coste, dove penetra in profondità a livello del punto 13 LR; entra nella vescica biliare e nel fegato, poi nel cuore. Torna superficiale nella zona del collo (a livello del punto di unione superiore 17 SI) e percorre la faccia, dove si unisce con il meridiano distinto di *Zu Jue Yin* (LR) al punto 1 GB.

Il meridiano distinto di *Zu Jue Yin* (LR) inizia al punto 5 LR e risale la parte interna della gamba e della coscia fino alla piega dell’inguine, al punto 2 CV, dove si unisce al distinto di GB. Si dirige verso il *Ren Mai*, dove si unisce con il meridiano

distinto di *Zu Shao Yang*, al punto 2 CV. Penetra nell'addome e attraversa la vescica biliare ed il fegato, si ramifica al cuore. Torna in superficie al collo (a livello del punto di unione superiore 17 SI) e percorre la faccia prima di unirsi di nuovo con il meridiano distinto della GB al punto 1 GB.

TERZA COPPIA (ST-SP)

Il meridiano distinto di *Zu Yang Ming* (ST) inizia al punto 30 ST e penetra direttamente nell'addome per ramificarsi successivamente nello stomaco, nella milza e nel cuore. Risale sino al collo, al punto di unione superiore 9 ST, dove si connette al meridiano distinto di SP; torna in superficie a livello della gola, arriva alla bocca e si ramifica alla mandibola, ai denti dell'arcata inferiore, al mascellare e all'arcata dentaria superiore, segue il bordo laterale del naso fino alla fronte, scende verso l'angolo interno dell'occhio, dove si unisce con il meridiano principale dello ST e con il meridiano distinto della SP a livello del punto 1 BL.

Il meridiano distinto di *Zu Tai Yin* (SP) inizia alla piega inguinale al punto 12 SP e arriva al punto 30 ST, dove si unisce con il meridiano di *Zu Yang Ming* (ST). Entra nell'addome e penetra nello stomaco, nella milza e nel cuore; si unisce al distinto di ST a livello del punto di unione superiore 9 ST, sale al volto, dove interessa tutta la lingua, arriva all'angolo interno dell'occhio, dove si unisce al meridiano distinto di *Zu Yang Ming* al punto 1 BL.

QUARTA COPPIA (SI-HT)

Il meridiano distinto di *Shou Tai Yang* (SI) inizia sulla spalla, posteriormente, al punto 10 SI, si dirige verso il cavo ascellare e penetra nella cassa toracica al punto 22 GB. Si ramifica nel cuore, attraversa il diaframma e termina nell'intestino tenue. Un vaso si stacca a livello del punto di unione superiore 16 SI e raggiunge il punto 1 BL (attraverso il meridiano principale dell'intestino tenue, che manda un vaso secondario dal punto 18 SI al punto 1 BL).

Il meridiano distinto di *Shou Shao Yin* inizia al punto 1 HT e si dirige verso il punto 22 GB. Penetra in profondità, si ramifica nel cuore e risale fino al collo toccando il punto 23 CV; raggiunge il punto di unione superiore 16 SI, torna in superficie sul volto e arriva al punto 1 BL, dove si unisce con il meridiano distinto di SI (attraverso un vaso secondario che collega il punto 1 BL al punto 18 SI).

QUINTA COPPIA (TE-PC)

Il meridiano distinto di *Shou Shao Yang* (TE) inizia al punto 20 GV e scende verso l'orecchio, passando dietro, al punto di unione superiore 16 TE; da qui raggiunge la zona sovraclaveare, dove penetra nel petto a livello del punto 12 ST, ramificandosi sulla parete interna del torace e nel pericardio. Si distribuisce poi al triplice riscaldatore.

Il meridiano distinto di *Shou Jue Yin* (PC) inizia al punto 1 PC, si dirige verso il punto 22 GB, dove si approfonda. Si dirige orizzontalmente verso la parte anteriore del torace e si divide in due rami: uno, discendente, che si ramifica nel pericardio e nel triplice riscaldatore; l'altro, ascendente, attraversa il torace ed il collo, ove tocca il punto 23 CV, per poi portarsi posteriormente, al punto 16 TE, dove si unisce con il meridiano distinto di *Shou Shao Yang* (TE)

SESTA COPPIA (LI-LU)

Il meridiano distinto di *Shou Yang Ming* (LI) inizia al punto 15 LI, da dove partono due rami: il primo percorre la parte anteriore del torace e la regione mammaria; il secondo, posteriore, va al punto 14 GV, punto di riunione di tutti i meridiani *Yang*. Dal ramo anteriore nascono due branche secondarie profonde: l'una, discendente, termina nel grosso intestino; l'altra, ascendente, si ramifica nei polmoni e torna in superficie nel cavo sovraclaveare, a livello del 12 ST. Da qui, sale alla gola, dove si unisce, al punto 18 LI, con il meridiano distinto di *Shou Tai Yin* (LU).

Il meridiano distinto di *Shou Tai Yin* (LU) inizia al punto 1 LU, scende al punto 22 GB e penetra nel torace, dove si distribuisce ai polmoni. Proseguendo verso la regione addominale si ramifica nel grosso intestino, risale verso la zona sovraclaveare, fuoriesce a livello del 12 ST, si dirige al collo per terminare al punto 18 LI, dove si unisce al meridiano distinto di *Shou Yang Ming* (LI)

SINTOMATOLOGIA

Sappiamo che, secondo la Medicina Tradizionale Cinese, ogni malattia riconosce come causa patogenetica l'azione di un'energia perversa, di origine interna o esterna, su un'energia corretta indebolita; il vuoto energetico che si viene così a determinare in uno o più meridiani permetterebbe la penetrazione delle *Xieqi*.

I *Jing Bie* sono i più profondi tra i meridiani secondari, l'ultima "barriera" di difesa prima della penetrazione dell'energia perversa negli *Zang Fu*. Percorrendo i *Jing Bie*, le energie perverse potrebbero comunque raggiungere gli organi o i visceri corrispondenti; ciò che lo impedisce è la *Weiqi*, energia difensiva, che come abbiamo visto, percorre i meridiani distinti insieme alla nutritizia.

La sintomatologia dei meridiani distinti è particolare e caratterizzata da:

- dolori unilaterali
- intermittenza dei sintomi
- eventuale interessamento dell'organo o del viscere corrispondente
- sintomatologia cardiaca, intesa in senso cinese (palpitazioni, inquietudine, tachicardia...)
- sintomi a carico dell'estremo cefalico (vertigini, vista annebbiata, cefalea, emeralopia, sordità o ipoacusia, acufeni, afasia,...).

E' necessario specificare che l'unilateralità della sintomatologia si constata in un certo numero di casi di prima osservazione, o si rintraccia nell'anamnesi remota. Esistono comunque alcuni quadri patologici non monolaterali, come ad esempio i casi di asma da interessamento del meridiano distinto del LI; quadri di collera, dolori alla gola, disfagia, energia che risale verso il diaframma, da interessamento del meridiano distinto di KI. L'unilateralità è invece praticamente sempre presente nei casi di cefalea da interessamento dei meridiani distinti.

I sintomi da interessamento di organo o viscere corrispondente possono essere presenti o assenti.

La sintomatologia cardiaca è praticamente sempre presente.

SINTOMATOLOGIA SPECIFICA DEI SINGOLI MERIDIANI DISTINTI

(quadri sintomatologici tratti dal Sowen, secondo Chamfrault-Van Nghi)

Meridiano distinto della Vescica: due forme cliniche

- dolori al collo e alla testa
- contrattura e dolori muscolari (“senso di bastonatura”) al dorso e alla regione lombare

Meridiano distinto del Rene: tre forme cliniche

- dolori repentini al cuore; gonfiore al petto e ai fianchi (è il quadro più caratteristico)
- dolori alla gola, fatica ad inghiottire; collera senza motivo; sensazione di energia che risale sino al diaframma
- gonfiore alla gola, con deglutizione difficoltosa della saliva; impossibilità ad espettorare

Meridiano distinto della Vescica Biliare: due forme cliniche

- dolori vivi ai fianchi ed ai lati del torace, che impediscono la respirazione; traspirazione abbondante
- dolori lancinanti in corrispondenza del punto 30 GB (punto di origine del meridiano distinto di GB), che impediscono di sollevare la coscia

Meridiano distinto del Fegato: una forma clinica

- dolori improvvisi e brutali ai genitali esterni

Meridiano distinto dello Stomaco: due forme cliniche

- epistassi
- sensazione di freddo alle labbra ed ai denti (rara)

Meridiano distinto della Milza: una forma clinica

- dolori alla regione renale, che si irradiano al basso ventre e ai fianchi, con impossibilità a coricarsi sul dorso

Meridiano distinto dell'Intestino Tenue

Non ha sintomatologia

Meridiano distinto del Cuore

Non ha sintomatologia

Meridiano distinto del Triplice Riscaldatore: una forma clinica

- dolore alla gola con lingua retratta e rovesciata, bocca secca, dolori al cuore e alla parte esterna del braccio ed impossibilità a portare la mano in alto, alla testa

Meridiano distinto del Ministro del Cuore

Non ha sintomatologia

Meridiano distinto del Grosso Intestino: quattro forme cliniche

- sensazione di pienezza di energia, dispnea o asma, con rigonfiamento ai fianchi e caldo al petto
- sordità intermittente
- sordità temporanea da energia perversa
- odontalgia

Meridiano distinto del Polmone

Non ha sintomatologia

Interessamento associato dei meridiani distinti di Polmone, Milza, Rene, Cuore, Stomaco: una peculiare forma clinica

- sincope cadaverica (il malato perde conoscenza e rimane immobile, come morto)

TRATTAMENTO

- 1) Pungere in tonificazione il punto *Ting* controlaterale del meridiano principale corrispondente (quello da cui prende origine il meridiano distinto interessato); così si attira *Weiqi* nella branca indenne, per forzare il blocco responsabile della sintomatologia controlaterale
- 2) Pungere il punto *Shu* omolaterale del meridiano principale corrispondente; così si cerca di impedire un ulteriore ingresso di *Xieqi* nel meridiano, e di raccogliere ulteriore energia difensiva

- 3) Per rendere il trattamento più efficace, pungere in tonificazione il punto *Ting* ed il punto *Shu* omolaterali del meridiano principale accoppiato a quello da cui origina il distinto interessato

EMBRIOLOGIA CINESE E OCCIDENTALE - MERIDIANI CURIOSI E VISCERI CURIOSI

Innanzitutto bisogna specificare che il termine curioso o straordinario si riferisce sempre ad eventi o strutture particolari che attivano la vita e quindi esulano dal quotidiano.

Secondo la Medicina Tradizionale Cinese fin dal momento del concepimento l'impulso delle energie ereditarie porta alla formazione di campi energetici che tendono ad organizzarsi in linee che chiamiamo meridiani.

Questi tragitti compenetrano tutto l'essere in formazione e si organizzano in fasi successive a livelli differenti di profondità, formando anche gli organi e i visceri che potrebbero essere considerati come 'stravasi energetici' di questi meridiani.

L'idea peculiare della medicina cinese è che i processi che si sviluppano tra il concepimento e la nascita sono sempre 'agenti' e che le forze dinamiche create dal momento del concepimento sono sempre disponibili ad essere impiegate nella pratica terapeutica anche nell'adulto.

Dalla embriologia occidentale siamo a conoscenza che dopo la fecondazione dell'uovo si ha la segmentazione con la formazione di un ammasso di blastomeri (morula) e successivamente l'ammasso diventa cavo e si impianta nella mucosa uterina verso il 6/7 giorno. Nella seconda settimana si differenziano due foglietti uno l'entoderma che guarda verso il sacco vitellino primitivo, l'altro l'ectoderma che è ricoperto dal sacco amniotico.

Noi sappiamo che la caratteristica della Terra (*Yin*) è quella di nutrire, funzione del sacco vitellino, e quella del Cielo (*Yang*) quella di proteggere, funzione del sacco amniotico, e quindi già in questo stadio di evoluzione l'Uomo, rappresentato dai due foglietti, sta tra Cielo e Terra. In seguito tramite la gastrulazione, quindi mediante un processo di migrazione cellulare, le cellule ectodermiche scivolano in profondità a livello della linea primitiva e si ha la formazione del cordo-mesoderma.

Per analogia, dei quattro meridiani curiosi di prima formazione quelli con caratteristiche *Yin* (*Ren Mai* e *Chong Mai*) si formeranno dalla differenziazione del foglietto entodermico e dalla interiorizzazione del sacco vitellino, quelli *Yang* (*Du Mai* e *Dai Mai*) dal foglietto ectodermico e dai suoi derivati. Questo giustificherebbe la localizzazione altrimenti incomprensibile che il massimo dello *Yin*, *Ren Mai*, sia posizionato nell'adulto ventralmente, sulla linea mediana del corpo, ma in superficie mentre lo *Yin* per sua caratteristica è profondo e il fatto che termina a livello del mento invece che terminare al capo. Infatti la zona ventrale che attornia il funicolo ombelicale risulta essere la più profonda, essendo l'embrione raggomitolato ed inoltre lo *Yang* per sua caratteristica intrinseca ha una crescita più accelerata rispetto allo *Yin*, quindi *Du Mai* essendo il massimo dello *Yang* va a ricoprire un tragitto ben più ampio che dal coccige sale lungo tutta la linea dorsale, il cranio, la fronte fino agli incisivi superiori.

Tutti i meridiani curiosi di prima formazione si attiveranno a partire da una zona centrale dell'embrione che viene situata nella stessa regione che darà origine al *MING MEN* (Porta della Vita o Mandato del Cielo). Inoltre sempre nella stessa zona si svilupperà quello che viene definito il Triplice Riscaldatore che, in questa fase, è un unico Riscaldatore indifferenziato. In seguito si diversificherà in tre funzioni che migreranno nella loro sede definitiva seguendo la crescita dell'embrione e in contemporanea il *Ming Men* si sposterà verso il basso.

Da un punto di vista cronologico in contemporanea con i meridiani curiosi comparirebbero i meridiani tendino-muscolari che andrebbero a formare uno scudo che coprirebbe tutta la periferia dell'embrione a guisa di armatura esterna mentre in profondità si svilupperebbero i meridiani curiosi che formano invece l'armatura interna. In questa fase non sono ancora comparsi né i meridiani principali né i secondari.

Infatti non abbiamo modificazioni pulsologiche specifiche per le patologie riguardanti i meridiani tendino-muscolari ed i curiosi in quanto la formazione del meridiano principale di Polmone sul quale rileviamo il polso radiale avviene successivamente.

I meridiani tendino-muscolari si formerebbero a partire da una zona particolare dell'embrione denominata 'muscolo degli Ancestri' che si situa a livello del nodo fibroso in zona perineale. Nella stessa zona avrebbe origine il tragitto esterno di ben tre meridiani curiosi: *Chong Mai, Du Mai, Ren Mai*.

Per quanto riguarda i meridiani curiosi di seconda generazione *Yin e Yang Qiao, Yin e Yang Wei* avrebbero origine successivamente dal meridiano interno del Rene a completare ognuno di questi la sua funzione.

Nelle fase embrionale vi sono altre formazioni importanti in particolare i Visceri Curiosi che sono sei: il cervello, i midolli, le ossa, i mai, l'utero e la Vescica Biliare.

Questi si formano con l'aiuto della maggior parte dei meridiani curiosi sia di prima che di seconda generazione.

Tutte queste organizzazioni (i meridiani tendino-muscolari, i meridiani curiosi ed i visceri curiosi) hanno di particolare che sebbene l'efficacia della loro funzione si estrinsechi prima della nascita, questa tende a perdurare per tutta la vita dell'individuo, con possibilità terapeutiche facilmente intuibili.

BIBLIOGRAFIA

55) J. Schatz, C. Larre, E. Rochat de la Vallée: "Les Seminaires de l'Ecole Europeenne d'Acupuncture - Les Energies du Corps" Ed. So Wen

56) J.M. Kespi - Acupuncture

57) Y. Mollard, M. Maiola: "L'Uomo prima della Nascita - Embriologia energetica"

58) So Wen - Jaka Book

59) Relazione al Congresso di Palermo, 1996 "Embriologia occidentale, embriologia orientale- Analogie e differenze" - M.R. Comerio

60) H. Tuchmann- Duplessis " Embriologia Umana" Ed. Utet - Masson

SHEN: SENTIMENTI E PASSIONI

Abbiamo visto come ogni energia che sottende un particolare rapporto fra *Yin* e *Yang* si esprime in un elemento/movimento che si associa ad un punto cardinale, ad un organo, ad un viscere, ad un colore etc ma anche ad una emozione, ad un sentimento.

La collera (*Hun*), che è l'emozione associata al Legno e quindi all'organo Fegato seguendo la stessa logica di questo movimento spinge violentemente il sangue verso l'alto, non a caso quando si va in collera si diventa rossi in viso e si è aggressivi, altro attributo del movimento Legno. La gioia (*Shen*), che è il sentimento associato al Fuoco e quindi all'organo Cuore, corretta dà slancio alla vita ma se diventa smodata disperde le energie in quanto le butta all'esterno e le esaurisce. La tristezza (*Po*) che è associata al Metallo riflette il rientro dello *Yang* nello *Yin* e perciò quando è corretta riporta la vita all'interno e controbilancia l'incitamento del Fegato ad occuparsi prevalentemente dell'esterno ma se diventa eccessiva chiude la vita in un interno ipocondriaco, inaridente. La riflessione (*Yi*) della Milza che è associata alla Terra, è una buona parte di quello che noi intendiamo come pensiero, è il fare una corretta valutazione ma se sfugge al proprio limite si trasforma in preoccupazione, disorientamento e stato confusionale. Il volere (*Zhi*) del Rene, associato all'Acqua, è la vitalità dell'individuo che si esprime nel suo modo di affrontare la vita ma quando diminuisce fisiologicamente con la vecchiaia compare la paura.

Ognuno di questi sentimenti è collegato a tutti gli altri in un'armonia che compone l'individuo, solo quando uno o più si staccano totalmente dall'evento esterno che li ha evocati e si riannodano su loro stessi "a disco rotto" si ha la patologia. Seguendo allora le leggi che caratterizzano i Cinque Movimenti, in particolare la legge di dominazione, sapremo a quale sentimento appellarci e quale organo potenziare per sbloccare quell'emozione perché in quest'ottica soma e psiche sono un'unica entità.

Tuttavia anche se è radicato ad un movimento il sentimento ha un'origine celeste, infatti tutta la Tradizione cinese sostiene che l'Uomo sta tra Cielo e Terra. Il mistero della vita è racchiuso, dicono i Taoisti, nei tre tesori che sono l'origine e i custodi della vita, rappresentati da: *Qi*, *Jing*, *Shen*.

Il Ling Shu afferma: "Se gli esseri viventi appaiono è perché ci sono delle essenze (*jing*). Se le due essenze si abbracciano (*Jing* dell'ovulo e dello spermatozoo), questo denota la presenza degli Spiriti (*Shen*).” Tutto ciò sotto l'egida di *yuan qi* (*Qi*) che è l'energia che sottende l'intero l'universo.

Shen, come viene definito dal sinologo Porkert, è la forza organizzatrice, configuratrice e trasformatrice dell'essere. L'ideogramma antico è formato da una parte superiore che rappresenta il Cielo e ciò che è sito in Cielo: sole, luna, stelle e da una parte inferiore rappresentata da due mani che tirano una corda con moto alternante. L'interpretazione della scuola Europea di Agopuntura è "Espansione alternante delle forze in natura che si svolge sotto l'autorità delle influenze che provengono dal Cielo" In questo modo il Cielo istruisce l'uomo.

Shen è presente dappertutto nel corpo e in particolare negli *zang*-organi nei quali affonda le sue radici. Infatti un aspetto particolare di *Shen* viene messo in relazione con ogni organo, per questo motivo si parla di *Ben Shen* che potrebbe essere tradotto come gli Spiriti all'origine della vita.

Ognuno dei 5 organi ospita quindi un aspetto di *shen*: il cuore è in relazione con *shen*, il fegato con *hun*, il polmone con *po*, la milza con *yi* e i reni con *zhi*. Questi Spiriti stanno all'origine di queste sensazioni corporee più sottili quali l'emozione o il sentimento derivanti dai loro movimenti di energia nel corpo, di cui abbiamo parlato in precedenza.

Tuttavia il Cuore da un punto di vista Tradizionale è l'Imperatore ovvero il principio organizzatore e unificatore che fa di una massa disorganizzata una comunità e, in termini traslati, rende il mondo un *uni-verso*.

D'altra parte l'Imperatore non si mette in connessione con i suoi sudditi se non attraverso un Ministro ed infatti abbiamo il Maestro del Cuore il quale svolgerebbe le funzioni di fuoco ministro e a lui fa capo l'emotività.

Il rapporto esistente fra i vari *shen* segue il ciclo *Ke* di dominazione che sarà bene ricordarlo è un ciclo fisiologico e solo quando iperdomina diventa patologico.

Abbiamo dunque un asse verticale fatto da *Shen, Yi, Zhi* dove l'ideogramma di *Yi* e *Zhi* contiene il radicale cuore e quindi ci richiama la vita data dall'unione del Cielo Anteriore (*Zhi -jing-* essenze) e del Cielo Posteriore (*Yi* - nutrizione - ambiente) che viene intersecato dall'asse orizzontale *Hun* e *Po* che caratterizza la vita terrestre e formano una coppia che si separa solo al momento della morte, quando gli *Hun* si dirigono verso il Cielo e i *Po* verso la Terra. Gli *Hun* che alloggiano nel Fegato tendono a salire verso *Shen* e si esprimono attraverso l'immaginazione, il sogno, la spiritualità, la creatività, se questi bisogni non vengono estrinsecati si può avere un blocco che impedisce il ritorno e si carica di sostituti vedi tossico e alcool dipendenze, mentre i *Po* che alloggiano nel Polmone sarebbero responsabili delle entrate e delle uscite nella vita e nella morte e sarebbero alla base degli istinti di sopravvivenza; ciò che ci induce a prendere quello che ci è utile e a respingere ciò che ci è nocivo senza riflettere, una specie di istinto cellulare, quella componente oscura che determina l'azione a livello istintivo. Lo *Yi* è l'anima del Centro, della Milza, l'ideogramma indica un suono, una nota che esce dal Cuore, equilibra le emozioni e le opposte istanze di *hun* e *po*, il saggio è colui che ha uno *Yi* potente.

Parliamo ora dell'Arte del Cuore, da essa dipendono la felicità o l'infelicità, la malattia o la salute, la longevità o la morte prematura. Il Cuore è la presa in carico di tutti gli esseri, ma per fare ciò deve rimanere vuoto. Il Cuore si riempie a nostra insaputa: il contatto spossante con gli esseri con i quali viviamo è la principale minaccia contro la nostra longevità. L'uomo in presenza di oggetti esterni ha il desiderio di conoscerli, quando li conosce prova sentimenti di attrazione per alcuni e di repulsione per altri, se non padroneggia questi sentimenti diventa incapace di rientrare in sé stesso e perde le buone disposizioni che ha ricevuto dal Cielo. Deve mantenere la trasparenza limpida di un'acqua dove tutto si riflette, se regna

l'agitazione tutto si deforma. La luce degli Spiriti del Cielo permette al Cuore di essere luogo di origine di tutta la conoscenza, di assicurarne la coerenza e la condotta.

Il Tao Te King nel Cap. XI sottolinea l'importanza del vuoto:

“Trenta raggi si congiungono ad un mozzo unico,
Questo vuoto del carro permette l'uso,
Con una zolla d'argilla si dà forma ad un vaso
Questo vuoto del vaso permette l'uso;
Si dispongono le porte e le finestre per una stanza,
Questo vuoto nella stanza permette l'uso
L'avere permette il vantaggio
Il non avere permette l'uso”

Secondo i Taoisti vivere non è altro che Fare-Essendo, in altre parole non vi è altro da fare che essere con consapevolezza, in quanto il mistero della vita è una realtà da sperimentare, non un problema da risolvere.

Ciò che caratterizza l'Uomo rispetto agli animali è la facoltà di memoria e previsione, in altri termini la nostra coscienza del tempo. La facoltà di ricordare e prevedere e quindi di ricavare un ordine dal caos di momenti sconnessi e di proiettarli in un futuro è ciò che ha permesso alla mente umana lo sviluppo delle straordinarie capacità di sopravvivenza e di adattamento alla vita. Questo comporta per la maggioranza degli uomini il fatto che passato e futuro non sono reali come il presente ma lo sono di più e questo ci rende incapaci di vivere appieno il presente. D'altra parte se per godere di un piacevole presente dobbiamo avere la sicurezza di un futuro felice, chiediamo l'impossibile. Le migliori predizioni restano sempre una questione di probabilità, non di certezza e l'unica vera certezza che abbiamo è che ognuno di noi dovrà soffrire e morire.

D'altra parte il pensiero verbale e astratto del cervello, svincolato dalla realtà del corpo, ci dà l'impressione di poterci liberare da ogni limite finito. Ci si dimentica che l'infinito non esiste in nessuna realtà conosciuta è solo un concetto astratto.

Non dimentichiamo che il cervello, compresi i suoi centri di ragionamento e di calcolo, è parte e prodotto dal corpo ma bisogna tenerlo al suo posto: il cervello è fatto per l'uomo, non l'uomo per il cervello. In altre parole, il cervello ha la funzione di servire per il presente e il reale, non di mandare l'uomo a inseguire i fantasmi del futuro. Esiste una differenza sostanziale fra conoscere una cosa con le parole e conoscerla direttamente: il menù è molto utile ma non sostituisce il pranzo.

Come le parole, anche i ricordi non riescono mai a cogliere veramente la realtà, li potremmo definire tracce di un'esperienza, da cui è scomparsa la vita. Vi sono due modi per vivere un'esperienza, uno confrontandola con i ricordi di altre esperienze simili e cioè in conformità al passato e a ciò che non è più. Il secondo è di prenderne coscienza così com'è, come quando nell'intensità del momento, dimentichiamo il passato e il futuro e lasciamo che il presente sia tutto.

La religione vuole assicurarci il futuro oltre la morte mentre la scienza vuole assicurarlo fino alla morte rimandandola il più possibile, ma è proprio questa realtà del presente, questo adesso in movimento, ad eludere ogni definizione e descrizione ed è questo che chi segue il Tao deve imparare ad afferrare.

BIBLIOGRAFIA

- 61) LAO TSEU "Tao Te King - Il Libro della Via e della Virtù" commentato da C.
- 62) Larre Ed. So Wen - Jaka Book
- 63) Dal "Huangdi NeiJing LingShu - La Psiche nella Tradizione Cinese" a cura di C. Larre e E. Rochat de la Vallée - Ed. SoWen - Jaka Book
- 64) IV Seminario del IV Anno Corso di MTC - 1991/1992 - SHEN - Y. Mollard
- 65) Deng Ming-Dao "Il Tao della Vita Quotidiana" Ed. Guanda
- 66) Alan W. Watts "La Saggezza del Dubbio" Ed. Ubaldini
- 67) Alan W. Watts "Psicoterapie Orientali e Occidentali" Ed. Ubaldini



NUOVE TECNICHE TERAPEUTICHE

GENERALITÀ

Da quando l'agopuntura è stata “riscoperta” in Cina, ossia dalla fondazione della Repubblica Popolare Cinese nel 1949, i medici cinesi hanno aggiunto all'uso tradizionale della agopuntura manuale e della moxibustione, nuove tecniche ora impiegate sia in Cina che in altri paesi dove l'agopuntura è praticata.

Bisogna ricordare a questo proposito che, dopo più di 2.000 anni di uso continuato, la medicina cinese tradizionale fu vietata nel 1822 dagli Imperatori Ching, che adottarono invece, la medicina introdotta dagli stranieri europei.

Fu solo nel 1958, all'epoca del “Grande Salto in Avanti” che il presidente Mao Tse Tung incoraggiò l'uso e lo sviluppo della medicina tradizionale e in particolare, dell'agopuntura. Consigliò, anche, la combinazione della medicina orientale e occidentale. Numerosi metodi di cura di tipo agopunturistico furono sviluppati e diffusi con la stimolazione:

- del padiglione auricolare (auricoloterapia);
- di zone del cranio che diedero origine alla craniopuntura;
- di punti della mano, da cui la manopuntura;
- di punti del piede, donde la podopuntura;
- di punti del viso e quindi la faciopuntura;
- di punti del naso e pertanto la rinopuntura;
- di nervi con la metodica della forte stimolazione;
- dei punti di agopuntura con il laser.

Queste nuove metodiche hanno tratto origine dalla interpretazione di alcuni passaggi dei vecchi testi, al momento della riesumazione delle vecchie metodiche nell'intento di giungere, sulla base di queste, a maggiori possibilità diagnostiche e terapeutiche, con l'apporto di nuove concezioni.

Le ricerche fatte in Cina per sviluppare sempre di più l'agopuntura hanno portato alla scoperta di un gran numero di punti ad azione terapeutica, non corrispondenti ai

punti tradizionali dei meridiani. Furono così descritti e localizzati dei punti che vennero definiti: punti fuori meridiano, punti curiosi, punti nuovi.

Già nell'antichità erano conosciuti dei punti "curiosi", in gran parte al di fuori dei meridiani, ma alcuni sul decorso degli stessi (non compresi comunque nelle serie che li contraddistinguono, a tutti note). Questi punti sono delle zone puntiformi di concentrazione dell'energia di piccoli vasi, che originano da meridiani principali e secondari. Il loro effetto curativo è notevole quando si tratta di azione terapeutica locale e superficiale. Hanno quindi grande importanza per l'effetto analgesico nella piccola chirurgia e negli innesti cutanei.

Sono così stati descritti a tutt'oggi i:

- Punti curiosi, già conosciuti nell'antichità in numero di 171; sono stati raggruppati in punti di: 1) testa e collo, 2) torace ed addome, 3) dorso e lombi, 4) arto superiore e mano, 5) arto inferiore e piede, 6) alcuni punti auricolari.
- Punti Nuovi. Sono 110 e sono il frutto delle ricerche fatte da poco più di venti anni a questa parte in Cina ed hanno azione essenzialmente loco-regionale.
- Punti della mano, in numero di 27.
- Punti della faccia, in numero di 24.
- Punti del naso in numero di 23.
- Punti del piede in numero di 32.
- Altri numerosi punti (più di 100) sono stati descritti dai cinesi in corrispondenza del padiglione auricolare, dopo la messa a punto della auricoloterapia da parte del francese Paul Nogier.
- Per quanto concerne la craniopuntura sono state evidenziate e codificate delle aree nastriformi di proiezione delle formazioni encefaliche, utilizzabili per la stimolazione con aghi, a tutt'oggi in numero di 19.

Cranio ed auricolo-terapia paiono avere meccanismi di azione assimilabili essenzialmente a quelli riflessoterapici in senso stretto.

AURICOLOTERAPIA

NOTIZIE STORICHE

La scoperta della auricoloterapia e il suo studio sistematico sino alla costituzione di una metodica articolata e complessa, è legata al nome del francese Paul Nogier. Medico di Lione, dotto oltrecchè in medicina occidentale classica, in agopuntura cinese ed in medicina manuale, fu colpito dalle guarigioni di ischialgie per mezzo di cauterizzazioni a livello del padiglione auricolare praticate da comuni guaritori¹.

¹ Le radici di una rudimentale pratica auricoloterapeutica si perdono nella notte dei tempi. Non è possibile attribuire ad un determinato popolo antico, di una qualsiasi parte della terra, la paternità di tale metodo di cura. E questo, malgrado si sappia che gli egizi sedavano certi dolori stimolando dei punti dell'orecchio ed Ippocrate riferisca di guarigioni di casi di impotenza mediante sanguinamento dell'orecchio. Nei secoli si ritrovano documentazioni di trattamenti similari per la cura di malattie.

Conoscendo come alla base della ischialgia frequentemente stia una lesione osteopatica, un “blocco” della quinta vertebra lombare, ebbe l'idea che la cauterizzazione potesse agire su tale vertebra. L'antelice gli “apparve” come l'immagine del rachide “rovesciato”, il tratto lombare in alto, quello cervicale in basso. Il padiglione auricolare poteva dunque rappresentare l'immagine di un feto nella cavità uterina. Confermata la corrispondenza fra antelice e rachide con la sperimentazione clinica ed il controllo osteopatico, ebbe la chiave di volta di un nuovo sistema, di cui poté verificare la fondatezza stimolando metodicamente diversi punti del padiglione dell'orecchio, ottenendo il sollievo di disturbi di varia natura e ubicazione. Nel giro di un ventennio, dal 1951 al 1970, il dottor Nogier poté mettere a punto una somatotopia dell'orecchio utilizzabile anche da chi si accosti da neofita alla auricoloterapia (fig. 1).

Accanto a questa somatotopia molto valida ai fini di uno sfruttamento pratico elementare, l'autore ha potuto individuare altre due differenti somatotopie. Queste corrispondono a diverse profondità di stimolazione, ossia alle diverse graduazioni di pressione (toccamento - pressione leggera - pressione forte) sulla cute del padiglione auricolare: stimolazione cui corrisponderebbero reazioni generali e focalizzate nelle diverse parti dell'organismo, alla base delle diverse cartografie somatotopiche.

Nel contempo furono avanzate numerose ipotesi sui meccanismi neurofisiologici che condizionano la proiezione puntiforme dei disturbi periferici sul padiglione e, viceversa, la azione della stimolazione dell'orecchio sul corpo. Il nome dell'anatomico J. Bossy è legato a pubblicazioni in proposito che sono state le prime nel tempo, organicamente concepite, e fra le più elaborate. Tappa importante nello sviluppo della dottrina di auricoloterapia è stata la scoperta, ad opera sempre del dottor Nogier, del riflesso auricolocardiaco (R.A.C. per i francesi, A.C.R. per gli angloamericani), ossia di una variazione della pulsazione radiale in seguito alla stimolazione della cute del padiglione auricolare oltrecchè con gli aghi d'oro, d'argento ed altri metalli, con il caldo, con il freddo, con il massaggio, con la luce normale o polarizzata o di vario colore, con i campi magnetici normali o filtrati. Tale riflesso, diverso per le diverse localizzazioni somatotopiche auricolari nei vari soggetti e variabile nel tempo, ha permesso a Nogier ed altri suoi seguaci di sperimentare diversi stimoli a scopo diagnostico e in particolare terapeutico.

Anche e soprattutto con tale mezzo, oltrecchè col vaglio delle caratteristiche sintomatologiche è stata precisata la indicazione alla tonificazione od alla dispersione dei punti di auricoloterapia con diversi mezzi (aghi d'oro, d'argento, di acciaio o di altri metalli, correnti elettriche, massaggio, luci, campi magnetici e così via).

La grande sperimentazione e l'acume di Nogier hanno comunque valorizzato il riflesso auricolocardiaco in molte direzioni, che sarebbe lungo e non pertinente descrivere in questa sede, permettendogli fra l'altro di evidenziare la validità del riflesso non solo per la cute dell'orecchio, ma del corpo intero.

Nell'ottocento sia in Italia ed in Francia, che in America, si parlò della utilità della cauterizzazione dell'orecchio nella sciatica e vi fu una fioritura di pubblicazioni all'inizio della seconda metà del secolo. Il successo fu effimero per la empiricità del metodo, apparentemente senza basi scientifiche.

Da ciò è nata una serie di ipotesi e di verifiche cliniche e sperimentali che ha spaziato e spazia nel campo di tutta la medicina, da quella costituzionale, alla più schiettamente organica e persino ad alcuni risvolti di natura psicologica e psichiatrica. Si è così costituita quella che l'autore ha chiamato auricolomedicina, la cui base, il riflesso auricolocardiaco, R.A.C. o A.C.R., ha preso il nome di V.A.S. (dall'inglese Vascular-Anatomic-Signal). Quanto sopra accennato circa le differenti somatotopie auricolari, permette di comprendere le differenze di cartografia dell'orecchio rivelabili nelle tappe evolutive della auricoloterapia, anche da parte del suo stesso ideatore. Spiegano però ancor più le discordanze delle cartografie di altri autori, Europei ed in particolare Cinesi.

Questi ultimi hanno captato attivamente l'importanza pratica della metodica auricoloterapeutica: facendola propria attraverso una sperimentazione clinica immane, hanno approntato mappe auricolari che si rifanno fondamentalmente a quella classica di Nogier (feto rovesciato), tuttavia con numerosi punti di differente ubicazione ed anche, in particolare, con punti indicati per l'analgia a scopo chirurgico.

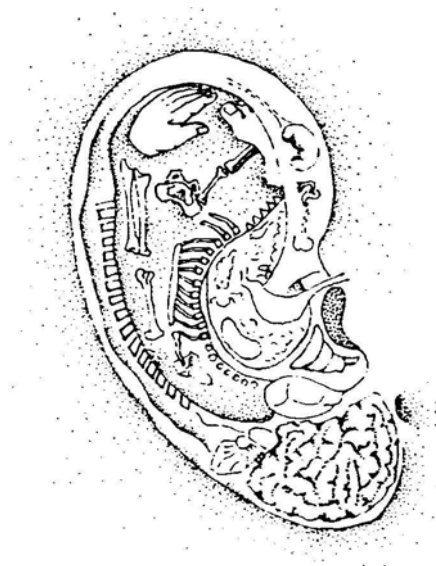


Fig. 1

TECNICA

Tornando alla auricoloterapia in senso proprio, la tecnica messa a punto e consigliata dall'ideatore, per chi si accosti all'auricoloterapia, non è particolarmente complessa e si avvale di strumenti molto semplici (bastoncini di vetro a punta smussa utile per stimolazione diagnostica e massaggio terapeutico; piccolo strumento a molla per la palpazione a pressione graduata per la ricerca dei punti; qualche ago d'acciaio; una tavola dei punti dello orecchio; bastoncini di incenso).

Un presupposto fondamentale è l'accurata individuazione dei punti corrispondenti agli organi o distretti da trattare.

Allo scopo, il metodo migliore, in mancanza di strumenti particolari (rivelatori elettrici) è quello della evidenziazione del punto mediante la ricerca della dolorabilità. Assioma è che il soggetto in buona salute non presenta punti di particolare dolorabilità sull'orecchio. La dolorabilità di certi punti è in dipendenza dunque delle turbe periferiche. Tuttavia l'assenza di punti di dolorabilità non è necessariamente indizio certo di buona salute. A malato supino, il medico (dietro le sue spalle) scandaglia dapprima la presenza di zone che siano probabili sedi del punto o dei punti da trattare mediante pressione digitale o con bastoncino di vetro ad estremità larga. Va ricordato che pure essendovi di massima una corrispondenza omolaterale fra parte malata ed orecchio, non è raro l'opposto; che la malattia non è sempre locale, ma spesso può avere una causa lontana (per cui è opportuno scandagliare i punti circostanti alla zona corrispondente alla parte ammalata); che, infine, più funzioni ed apparati possono essere in sofferenza per una stessa causa, che va quindi ricercata, e possibilmente "individuata" sul padiglione.

Successivamente con il congegno di palpazione graduata, a molla ("palpeur") e sulla scorta della somatotopia cartografica, si ricercano il punto od i punti di dolorabilità. L'avvertimento del ritrovamento del punto o dei punti è dato dal dolore denunciato dal P. e soprattutto dalla smorfia che contrae il suo viso fugacemente od anche, in assenza di ciò, dal movimento involontario di uno e più arti o della testa. Nei casi, non eccezionali, di insensibilità del padiglione, pungendo in tonificazione un punto (punto "zero") alla radice dell'elice, è possibile risvegliare la dolorabilità. Trovati i punti, potranno essere segnati con un pennarello a punta fine e annotati su un disegno del padiglione, utile in successive sedute (sono disponibili anche timbri dei padiglioni auricolari).

I mezzi di trattamento, sempre nella procedura elementare, oltre agli aghi di acciaio, sono il massaggio, lo stiramento dei tessuti, la cauterizzazione.

Il massaggio si fa con la punta arrotondata di un bastoncino di vetro, circolarmente sul punto ed intorno al punto, in senso orario (rinforzerebbe il tono órtosimpatico) od antiorario (esalterebbe il tono parasimpatico).

Sulle parti Ubere del padiglione, può anche praticarsi il massaggio indiretto del punto, ossia sulla zona della faccia interna corrispondente al punto individuato sulla faccia esterna.

In tal caso il massaggio è sempre da farsi in senso orario.

In ogni caso la dolorabilità del punto in primo tempo cresce, poi si riduce e scompare lasciando anche, nel caso della manovra indiretta, l'impressione di orecchio morto. Lo stiramento dei tessuti, detto anche manipolazione dell'orecchio, consiste nel piegare la parte libera del padiglione (a livello del lobulo per i dolori cefalici e di antelice per quelli rachidei). Si ricerca la plicatura meno dolorosa del padiglione; si avverte il malato della dolorosità dell'operazione; si manipola nel senso meno doloroso. Pinzando la regione da manipolare fra pollici ed indici delle mani, da un lato e dall'altro del punto da sottoporre a stiramento, si prova a piegare il padiglione verso l'esterno e verso l'interno chiedendo al malato quale dei due movimenti è meno doloroso. In tal senso sarà poi compiuta la piegatura energica e progressiva con

conseguente stiramento dei tessuti. Sulle parti fisse del padiglione, tale manovra potrà essere sostituita da una forte pressione con l'estremità grossa della bacchetta di vetro. La cauterizzazione si può fare:

- con il tocco successivo in più punti ravvicinati di una piccola zona corrispondente alla parte malata, con la punta incandescente di un bastoncino di incenso; tale procedura è particolarmente utile quando alcuni punti dolorosi sono vicini;
- con la ustione unica, ma più profonda, di un punto isolato del padiglione.

Il mezzo terapeutico di più frequente impiego è comunque l'ago di acciaio, di 0,3 - 0,5 millimetri di diametro, lungo 3 - 4 centimetri, con impugnatura di facile presa. L'ago deve penetrare per 1 millimetro di profondità circa. Ruotato in senso orario otterrà un effetto "tonificante", o "effetto ago d'oro"; in senso antiorario invece darà un effetto disperdente, tipo "ago d'argento"¹. Il senso della rotazione si determina sulla base di dati clinici (ad esempio: un organo che soffra in fase di attività dimostrerebbe un'insufficienza energetica e necessiterebbe di tonificazione e viceversa) e di elementi rilevati con la esplorazione dell'orecchio: il punto molto dolorabile, circondato da zona dolorosa, dovrebbe essere disperso; al contrario il dolore "pungente" di un punto di diametro molto ridotto, difficile da isolare, indicherebbe la tonificazione; nei casi dubbi è utile ruotare alternatamente l'ago in senso orario ed antiorario o nel senso che favorisce la riduzione del dolore o del disturbo curato.

Il tempo di permanenza degli aghi deve essere di almeno 5 minuti, meglio 15 o 20 od anche più. Nei malati iperreattivi tale tempo si riduce ad 1 - 2 secondi. Le indicazioni al trattamento con auricoloterapia sono:

- l'urgenza, quando necessiti un sollievo rapido, in attesa di altri presidi terapeutici moderni (ad es. traumatismi, coliche litiasiche);
- le algie: tutti i dolori sono passibili di una modificazione maggiore o minore e più o meno durevole, secondo il terreno del malato;
- turbe psichiche: ad esempio ansietà, depressione, angoscia, difficoltà di concentrazione;
- intossicazioni: tabagismo, farmacodipendenza (l'auricoloterapia potrebbe essere una terapia coadiuvante).

Le controindicazioni sono: stati reattivi abnormi (soprattutto di ordine psicologico); terapie neurolettiche, che annullano o riducono l'effetto dell'auricoloterapia; blocchi vertebrali, insensibili al trattamento o passibili solo di parziali caduchi miglioramenti. Accanto alla procedura sopra delineata, raccomandata da Nogier, non va dimenticata *la metodica degli autori della Repubblica Popolare Cinese*. Questi scelgono i punti secondo tre criteri:

¹ Per una tecnica meno elementare è infatti previsto l'impiego di aghi d'oro, tonificanti, di argento disperdenti, di acciaio o ancor meglio di molibdeno neutri, o anche di tipo a "dimora" o semipermanenti [a puntine da disegno ad esempio] nei casi di dubbia interpretazione. Possono anche essere usate stimolazioni elettriche [per mezzo di appositi apparecchi] o magnetiche [polo Sud o polo Nord di una piccola calamità]. La scelta del mezzo più idoneo risponde ad una valutazione complessa, nel cui contesto risulta particolarmente utile il riflesso auricolocardiaco.

- corrispondenza somatotopica cartografica della zona del corpo interessata (es.: punto stomaco in caso di gastralgia);
- corrispondenze somatotopiche sulla base della teoria degli *Zang-fu* e dei meridiani (es.: punto Polmoni per le malattie della pelle, che è retta dal polmone);
- corrispondenza somatotopica sulla base della patologia occidentale (es.: punto endocrino per le mestruazioni irregolari).

Individuati i “punti”, si ricerca in essi la zona sensibile con il metodo del dolore provocato o con un apparecchio elettrico di rilevazione dei punti.

La terapia di impiego quasi esclusivo è quella con aghi di acciaio filiformi (pur non essendo ignorato l'uso di stimolazioni elettriche e con aghi a dimora) inseriti rapidamente non in profondità e lasciati in sito per 20 - 30 minuti (talvolta anche 1 - 2 ore, in caso di infiammazioni acute, dolori gravi, apoplezia). Si procede per cicli di dieci sedute, in ragione di una al giorno od ogni due giorni, distanziati di 5 - 7 giorni.

Una notevole semplificazione è data dalla possibilità di impiego di ricette di punti, precostituite per le singole malattie della sistematica occidentale.

Il trattamento auricoloterapeutico è associato non infrequentemente a quello agopunturistico, oltrecchè alla somministrazione di farmaci ed altri presidi terapeutici (micromassaggio, manipolazioni, ginnastica, etc.).

GENERALITÀ DI TERAPIA

Scopo precipuo della terapia è il riequilibrio energetico dello *Yin* e dello *Yang*, l'eliminazione della energia perversa e in definitiva il rafforzamento delle difese dell'individuo. Ciò avviene mediante stimolazione dei punti cinesi sia con aghi, sia mediante il calore (*kao* o *moxa*), sia mediante il massaggio (con l'associazione o meno di farmaci).

Oggetto di questo capitolo saranno gli strumenti terapeutici e le metodiche terapeutiche, i principi generali di trattamento e le “otto regole terapeutiche”.

STRUMENTI TERAPEUTICI

Lo strumento terapeutico fondamentale in agopuntura è l'AGO, al quale si affiancano le Moxa o Kao.

GLI AGHI

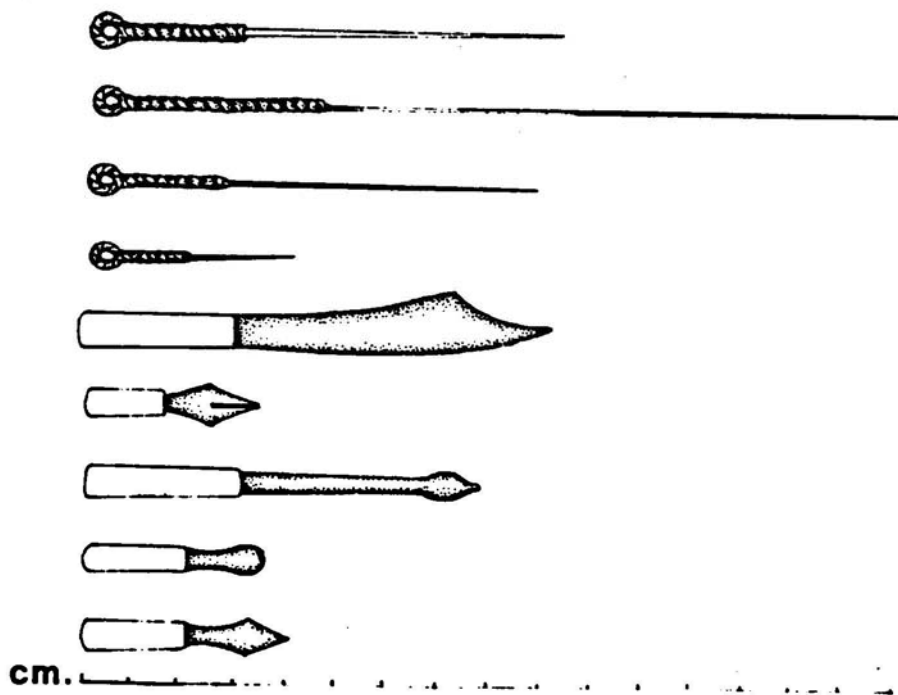


Fig. 1

Classicamente esistono 9 tipi di ago (fig. 1), pur non essendo esatto il termine per i primi cinque, in quanto:

- il primo, di circa cm. 4, “ago a testa di freccia” è uno strumento lanceolato, la cui funzione era limitata ad una azione di lieve massaggio e stimolazione superficiale del punto;
- il secondo, di circa cm. 4, “ago rotondo”, in quanto ha la punta a forma di goccia, e serve a massaggiare il punto quando non sia consentita la puntura o la moxa;
- il terzo, di circa cm. 8, “ago chiave” ha una punta di circa mm. 1, seguita da un rigonfiato del volume di un chicco di miglio e serve esclusivamente ad una azione del tutto superficiale;
- il quarto, di circa cm. 4, “ago triangolare” avente la punta di detta forma, serve in effetti a praticare dei piccoli salassi;
- il quinto, di circa cm. 9, “ago sciabola” avendo detta forma serve in effetti a praticare piccole incisioni in caso di-ascesso;

mentre il termine torna ad essere appropriato per i restanti, che sono:

- il sesto, di circa cm. 4, “ago tondo e aguzzo” adatto ad essere infisso ad una piccola profondità;
- il settimo, di circa cm. 9, “ago sottile come un pelo” del diametro di mm. 0,3, adatto ad infissione profonda e data la sua flessibilità a non arrecare danni ai tessuti;
- l'ottavo, di circa cm. 16, con le caratteristiche del precedente, per una azione particolarmente profonda, in zone con masse muscolari molto sviluppate;
- il nono, di circa cm. 9, “ago che brada” in rame rosso, del diametro di circa mm. 1, che viene usato riscaldato.

Nella pratica odierna vengono usati quattro tipi di ago:

L'ago filiforme, simile ai tipi 6°, 7°, 8°, più o meno lungo, di diametro tra i 3/10 e gli 8/10 di millimetro.

L'ago a dimora, così chiamato in quanto viene lasciato in loco per diversi giorni (in media sette). (fig. 2a)

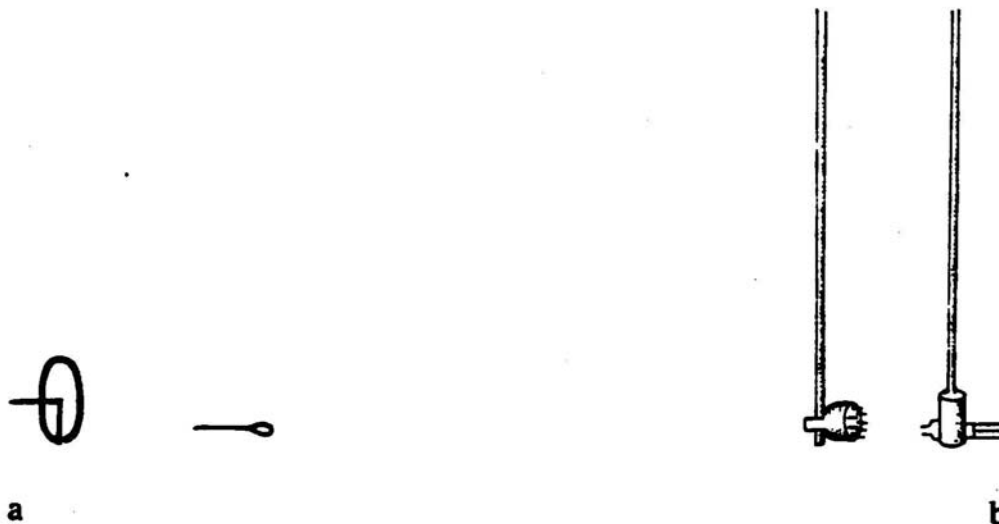


Fig. 2

Esso ha diverse forme:

- filiforme miniaturizzato
- a puntina da disegno
- a chicco di frumento.

Vengono infissi nella cute o introdotti sotto di essa e fissati con un cerotto. Ultimamente i giapponesi usano piccole sfere in acciaio che fissano con un cerotto.

L'ago triangolare o “a tre fili”, per praticare microsalsi (in modo particolare sui punti dei meridiani di LR e BL, in quanto più ricchi di sangue che di energia).

L'ago a fior di prugna, che è un piccolo martello a sette punte classicamente descritto nel Ling Shu più di 2000 anni fa (simile è il martello a 5 punte), (fig. 2b)

La sua azione viene esplicata, martellando alcune zone del corpo o certi punti lungo il decorso dei meridiani, in caso di dolore, specie se acuto e superficiale; l'azione meccanica deve essere imperniata sul movimento elastico del polso e sulla forza esercitabile a questo livello.

Il metallo con cui l'ago è fabbricato non ha alcuna importanza terapeutica, per cui si usano aghi in acciaio, che a parità di sezione sono più resistenti, più flessibili, meno deformabili.

L'uso, da parte di alcuni agopuntori, di aghi in oro (metallo giallo = sole = calore = *Yang*) ad azione quindi tonificante ed aghi in argento (metallo bianco = luna = freddo = *Yin*) ad azione quindi disperdente, non trova alcun riscontro nei classici cinesi di agopuntura, nei quali si parla solo di metallo.

METODICHE TERAPEUTICHE

USO DEGLI AGHI FILIFORMI

Porre il paziente in posizione confortevole, sia supino che in decubito laterale o seduto in relazione alle zone in cui gli aghi devono essere infissi, tenendo presente che è necessario evitare una stanchezza ingiustificata, e che un eventuale malore, causa di eventuale brusco cambiamento di posizione, ed eventuali improvvise contrazioni muscolari possono determinare l'incurvamento o la rottura dell'ago.

È preferibile la posizione supina, di maggior rilassamento del paziente.

È consigliabile la posizione seduta, se gli aghi debbono essere infissi in sede glutea, sacrale, dorsale o nucale in numero elevato.

È migliore la posizione laterale se le zone da pungere saranno essenzialmente posterolaterali.

Localizzare i punti scelti per il trattamento (ricordiamo che sono in vendita apparecchi rivelatori dei punti cinesi, basati sul principio della minor resistenza elettrica del punto cinese, rispetto alla cute circostante. Poiché l'elettrodo rivelatore deve essere portato dall'operatore sul punto e serve solo ad evidenziare al più il punto di minima resistenza elettrica, rimane in ogni caso indispensabile che l'operatore sappia dove cercare il punto).

Gli aghi da usare saranno scelti soprattutto in funzione della profondità alla quale dovranno essere infissi. Quindi aghi corti per azioni in superficie nello *Yang* ed aghi lunghi per stimoli nello *Yin*. È inoltre intuitivo che si useranno aghi piccoli e corti in zone con cute praticamente a contatto con l'osso (testa, viso, mani, piedi), aghi medi in zone con pannicolo adiposo scarso e muscolatura sottocutanea media (braccia, gambe, etc.) ed aghi lunghi per zone di alto spessore (coscie e glutei) di parti molli. È necessaria una sterilizzazione preventiva degli aghi.

L'ordine normale di infissione degli aghi è:

prima lo *Yang*

poi lo *Yin*

ossia:

prima l'alto, poi il basso

prima il dorso, poi l'addome

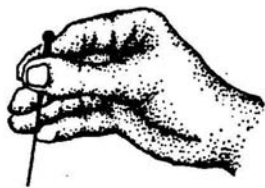
prima il tronco, poi gli arti

prima la sinistra, poi la destra.

L'introduzione dell'ago deve essere la più rapida possibile all'impatto con la pelle, in quanto il dolore è avvertito quando l'ago fora la pelle.

Le metodiche normalmente usate sono le cinque seguenti:

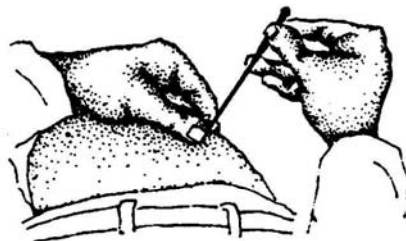
- a) infissione degli aghi corti con l'aiuto della pressione delle dita (fig. 3a).
Con l'unghia del 1° o 2° dito della mano sinistra si esercita una pressione sulla pelle, di fianco al punto da pungere. L'ago tenuto tra pollice ed indice della mano destra, viene infisso nel punto prescelto, infilandolo vicino all'unghia;
- b) infissione degli aghi medi (fig. 3b).
Il pollice e l'indice della mano sinistra, afferrano l'ago vicino alla punta e la centrano sul punto, appoggiandola alla cute. Il pollice e l'indice della mano destra terranno stretta tra i polpastrelli la impugnatura dell'ago, sorreggendola. A questo punto l'ago verrà spinto in profondità con un movimento secco e deciso accompagnato da un movimento rotatorio alternato in senso orario e antiorario;
- c) infissione degli aghi lunghi.
L'ago verrà afferrato come per i medi, ma il movimento di infissione verrà effettuato con le dita della mano sinistra ed il movimento rotatorio sarà dato dalla mano destra. La manovra deve essere eseguita in detto modo, ad evitare che l'anima dell'ago essendo molto lunga possa piegarsi. È molto importante inoltre che la pressione sia sempre assiale all'ago e non abbia incidenze e inclinazioni che ne determinerebbero il piegamento, rendendo difficile e dolorosa l'infissione;
- d) infissione con pizzicamento (fig. 3c). Si usa dove le parti molli sono sottili.
Si pizzica la pelle tra pollice e indice della mano sinistra, a livello del punto interessato; indi con la mano destra si affonda rapidamente l'ago.
- e) infissione con pelle distesa (fig. 3d).
Si usa ove la pelle è allentata, rugosa, con pieghe (es. addome, etc.).
La pelle viene tesa con le dita di una mano mentre con l'altra si infigge rapidamente l'ago nel punto prescelto.



modo di impugnare l'ago



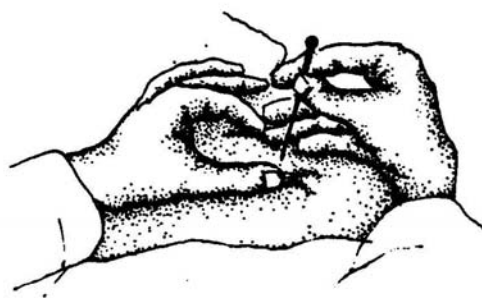
a



b



c



d

Direzione della puntura

Perpendicolare. (fig. 4a)

Può essere usata in tutti i punti (sempre che il rapporto tra la parte inserita e quella esterna sia tale da consentire all'ago di rimanere infisso perpendicolarmente e di non cadere).

Obliqua, ad angolo colla cute di circa 45° . (fig. 4b)

Si usa preferibilmente al torace, al dorso, nelle regioni vicine ai visceri ed in alcune zone particolari (es. 7 LU o 20 GB).

Orizzontale, detta anche sottocutanea nelle zone in cui le parti molli sono sottili (es. cranio e viso) o quando si richiede una azione estesa (cranio-puntura ad esempio). (fig. 4c)

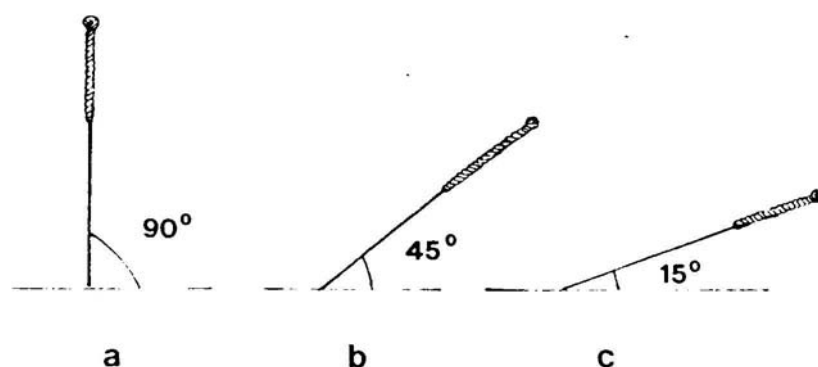


Fig. 4

Profondità della puntura

La puntura potrà essere più o meno profonda a seconda dello spessore dei tessuti molli e quindi in rapporto alla sede anatomica, ed in relazione alle esigenze di stimolazione.

Un punto Jing sarà sempre punto superficialmente; sempre superficiale sarà la puntura in zone particolarmente delicate (es. zona periorbitaria).

Nelle zone con pannicolo adiposo discreto o notevole, o con masse muscolari di grosse dimensioni, la puntura potrà essere superficiale o profonda in relazione allo scopo terapeutico:

superficiale, se dovremo disperdere una energia perversa, che abbia appena invaso l'organismo e che si trova ancora in superficie (1 o 2 mm.);

superficiale, se vorremo stimolare l'energia Wei o difensiva, che è superficiale; profonda sarà la puntura, se si dovrà stimolare l'energia Yong, che è più profonda o se vorremo agire sulla energia di organi e visceri (1-2 centimetri).

È da notare che i cinesi moderni hanno la tendenza a praticare delle punture molto profonde ed anche a praticare delle vere e proprie transfissioni, trafiggendo ad esempio un arto da parte a parte, interessando contemporaneamente due punti in combinazione (ad es. 5 TE e 6 PC).

Esistono in proposito delle tabelle che indicano la direzione e la profondità di infissione per ogni punto.

Rinforzo dell'azione dell'ago

Per rinforzare l'azione dell'ago (tonificante o disperdente) bisogna, secondo il Nei Jing, adottare la tecnica seguente:

Tonificazione

Massaggiare il punto nel senso della corrente energetica. Stimolare il punto con l'unghia graffiandolo.

Affondare l'ago nel senso della corrente energetica.

Affondare l'ago in tre movimenti successivi di profondità (cielo, uomo, terra).
Affondare l'ago durante una espirazione (tosse).

Attendere l'arrivo dell'energia, vale a dire il rinserramento dell'ago da parte della pelle. Se nel giro di poco tempo ciò non si verifica, controllare la localizzazione del punto o la corretta direzione dello stesso; se malgrado ciò l'ago non viene rinserrato, manipolarlo delicatamente (ruotandolo, affondandolo, retraendolo alternatamente) sino all'arrivo dell'energia.

Ritirare l'ago con un movimento unico.

Massaggiare il punto “per evitare la fuoriuscita dell'energia”.

Ad ago infisso, un movimento rotatorio in senso orario ha azione tonificante.

Tempo di permanenza in sede dell'ago, breve.

Dispersione

Non si massaggia e non si stimola il punto.

Affondare l'ago nel senso contrario alla corrente energetica.

Affondare l'ago con un unico movimento.

Affondare l'ago durante un'inspirazione.

Lasciare l'ago per un periodo di tempo più lungo.

Ad ago infisso esercitare un movimento di rotazione in senso antiorario.

Ritirare l'ago in tre momenti successivi.

Non massaggiare.

Per accelerare la velocità della circolazione energetica, cioè per avere una stimolazione più forte, bisogna imprimere all'ago un doppio movimento, ossia un movimento di rotazione unito ad un movimento di infissione e di estrazione contemporanei.

La stimolazione forte può essere fatta in pazienti di costituzione robusta o con grandi dolori o convulsioni o per quelli che non avvertono l'infissione degli aghi.

La stimolazione lieve deve essere fatta nei soggetti deboli o debilitati o nei labili.

Ricordiamo che durante l'azione dell'ago il paziente può avvertire un senso di:
indolenzimento
distensione
torpore
pesantezza.

Queste azioni sono correlabili a:
costituzione del paziente
labilità neuropsichica
ubicazione del punto
profondità, direzione e manipolazione dell'ago.

In generale la puntura dei punti:
del viso provoca distensione
dei muscoli provoca torpore
delle palme e delle piante e della punta delle dita, dolore.

Uso dell'ago triangolare

Esso viene usato prevalentemente nelle forme febbrili con stasi della circolazione sanguigna, edemi e dolori ed in caso di insolazione.

Tecnicamente esistono due metodi di utilizzazione:

- metodo rapido. Con il pollice e l'indice della mano sinistra si pizzica la pelle attorno al punto;

con la destra si infigge e si retrae rapidamente la punta dell'ago;

con una ulteriore pressione si fa uscire qualche goccia di sangue;

- metodo lento. Si applica in punti corrispondenti alle vene, previa allacciatura a monte di laccio emostatico, che renda le vene più turgide.

L'infissione della punta dell'ago sarà molto lenta ed altrettanto sarà il suo ritiro.

Da usare per i punti dei meridiani con più sangue che energia, vale a dire *Tai Yang* e *Jue Yin*.

Uso dell'ago a fior di prugna o martelletto a sette punte

Deve essere usato percuotendo perpendicolarmente la cute con il solo movimento del polso, ritmico ed elastico, preciso e lievemente energetico, tanto da essere percepito dal paziente in modo quasi gradevole (gomito e spalla devono essere estranei al movimento). La pressione esercitata ha tuttavia gradazioni variabili dal leggero, al medio, al più pesante (di solito si inizia con il pesante per arrivare al medio).

Indicazioni: la gamma di esse è molto vasta e può andare dalle malattie di tipo nevralgico a quelle di tipo psiconevrotico (neurastenia) o ginecologiche, sempre accompagnate da qualche dolore.

ELETTROAGOPUNTURA

Lo sviluppo della elettroagopuntura è legato alla sua utilizzazione in analgesia agopunturistica, in sostituzione delle prolungate manipolazioni degli aghi ad essa inerenti. Essa può produrre stimolazioni più intense di quelle ottenibili manualmente con metodiche già esposte. Da qui il suo impiego anche in terapia.

È basata sull'uso di apparecchi (generalmente alimentati a batteria) costituiti da un generatore di impulsi elettrici con frequenza variabile (la frequenza è visualizzata dal lampeggiatore di una microlampada). Gli apparecchi dispongono di più uscite per l'utilizzazione di più aghi (due per ogni uscita), collegati attraverso fili muniti di morsetti.

La corrente (dell'ordine di pochi microampere) per ciascuna coppia di aghi può essere regolata per mezzo di apposite manopole. È variabile, bidirezionale o ad impulsi positivi rettangolari.

Va ricordato che la percezione sensoriale della stimolazione elettrica non è in rapporto alla potenza elettrica, ma in rapporto inverso alla frequenza (le correnti ad alta frequenza sono indolori ed agiscono per effetto termico). Per ottenere uno stimolo efficace in agopuntura bisogna che la frequenza sia bassa (sotto i 200 Hz). Mediamente in agopuntura propriamente detta le frequenze usate sono dell'ordine di 10-40 Hz, per 10'-20' circa, talvolta anche 30', mentre in auricoloterapia, craniopuntura, mano e podopuntura, di 3-4 Hz per 2'-10', circa¹. In genere il paziente si adatta in 1'-2' alla stimolazione, ossia la sensazione derivante si fa debole: è necessario perciò aumentare l'erogazione cambiando frequenza e/o tipo di impulso per eludere tale tendenza all'adattamento, cui corrisponde una diminuzione dell'effetto utile.

L'utilizzo della elettroagopuntura specie nelle sindromi dolorose (cervicobrachialgie, sciatiche) ha indubbiamente la sua utilità, anche se la esperienza

¹ Per quanto concerne la elettrostimolazione dell'orecchio, vedasi nel capitolo "NUOVE TECNICHE".

clinica non sembra documentare un “salto di qualità” rispetto alla stimolazione manuale degli aghi ed alla moxibustione. Parrebbe indicato anche nelle paralisi.

Tale metodo deve essere impiegato con cautela nei cardiopatici gravi. In ogni caso sorvegliare il paziente durante l'applicazione, ad evitare contratture e spasmi muscolari gravi. Contrazioni ritmiche dei muscoli, sensazioni di intorpidimento, tensione e pesantezza sono comunque eventi normali. Faccia, gomiti e ginocchia sono particolarmente sensibili alla elettrostimolazione.

CHIMIOPUNTURA

Nata nella Repubblica popolare Cinese, associa il trattamento agopunturistico con quello farmacologico di tipo occidentale od anche con quello farmacologico di marca cinese (tuttavia molto meno frequentemente).

Il trattamento di chimiopuntura si basa sulla constatazione che la resistenza alle malattie e la possibilità di guarigione possono aumentare iniettando medicinali appositamente scelti, nei punti di agopuntura.

La scelta dei punti si fa mediante palpazione, scegliendo come principali quelli che offrono una reazione marcata e tenendo presente che è meglio non trattare tanti punti contemporaneamente. In particolare con il pollice o l'indice scorrere lungo i meridiani, e premendo o massaggiando leggermente, si rivelano zone di particolare sensibilità, o zone nodulari o cordoniformi di consistenza dura o molle, o addirittura flaccide o di particolare pallore. La manovra andrà eseguita ovunque paia utile (orientandosi sui criteri usuali di scelta dei meridiani da trattare) ed anche in particolare sui punti Shu del dorso, sui punti Hu, sui punti delle quattro estremità (anche punti di mano e podopuntura), sui punti Ah Shi (punti dolenti) e sui punti Huatuojiayi (= punti straordinari N° 21).

La scelta dei medicinali da iniettare terrà conto preliminarmente delle eventuali incompatibilità del soggetto a farmaci determinati, della facilità di assorbimento e della assenza di effetti collaterali.

Più frequentemente usati sono:

- estratti placentari (malattie comuni; specialmente epatiti croniche, nefriti, ulcera gastrica; malattie allergiche, malattie ginecologiche, nevrastenia).
- Vitamine B1, B12 e C (astenia, senilità; malattie emorragiche e cardiovascolari in particolare per la vitamina C)
- penicillina, streptomina (secondo i criteri della medicina occidentale)
- eventuali preparati della farmacopea cinese
- acqua bidistillata sterile (per accrescere la stimolazione della puntura).

La iniezione di quantità di medicamento non rilevanti (in genere cc. 0,30 - 1,00) viene fatta alla profondità richiesta dalla metodica agopunturistica ed a velocità media.

La quantità e la concentrazione del medicinale saranno per le parti con scarsi tessuti molli (testa, mani, piedi), maggiori altrove.

Il trattamento si svolge in ragione di una seduta al giorno od a giorni alterni per cicli di 7-10 giorni, ripetibili con intervalli di 4-7 giorni.

FORTE STIMOLAZIONE

Vedi alla fine del capitolo seguente “Nuove tecniche”.

MOXIBUSTIONE

Con il termine *Moxa* di origine giapponese, *Kao* in cinese, si intendeva la cauterizzazione della pelle fatta con un materiale a lenta e costante combustione ed a temperatura praticamente uniforme. Attualmente la cauterizzazione non viene più praticata, ma ci si limita ad un intenso riscaldamento.

All'origine le moxa erano praticate applicando sulla pelle delle pietre roventi oppure un ferro rovente. Questo metodo venne abbandonato circa 2000 anni fa e sostituito con l'uso di una pianta detta in cinese “*ai na*”, che secondo alcuni autori è l'*artemisia officinalis*, secondo altri è la *artemisia vulgaris* o la *sinensis* (in oriente l'*artemisia* è molto usata anche sotto altre forme: decotti, infusi, impiastri).

Per ottenere le moxa migliori, le foglie di *artemisia* debbono essere colte in autunno, lasciate seccare all'ombra per diversi anni (sette, dice la tradizione) e più lungo sarà il periodo di essiccazione, migliore sarà la moxa.

Le foglie vengono poi pestate in un mortaio di pietra, per rompere tutte le fibre, così da ottenere una polvere, mescolata ad una trama di aspetto lanoso.

La polvere viene usata per fabbricare i bastoncini che bruciano lentamente senza fiamma e che servono per accendere le moxa.

La parte lanosa, serve per formare le vere e proprie moxa.

Una proprietà veramente importante di questo preparato è che la sua combustione avviene lentamente, senza fiamma, a temperatura costante e che la sua cenere tende a rimanere compatta ed a non sfaldarsi.

La moxa classica è un piccolo cono di lana di *artemisia* modellato con le dita della mano, con una base di circa cm. 1, per una altezza di cm. 1 (la tradizione dice mezzo dattero) (fig. 5a). Tuttavia si usano moxa della grandezza di un grano di miglio o di un chicco di riso.

Le moxa vengono accese usando il bastoncino di *artemisia* di cui si è fatto cenno prima. Una volta venivano lasciate sulla cute sino a formare delle vere e proprie ustioni di 2° e 3° grado, che guarivano lentamente lasciando delle cicatrici indelebili (come nel caso delle vaccinazioni antivaiolose).

Ora invece si lasciano sulla pelle sino a che il paziente non lamenti una forte sensazione di calore e compaia una iperemia localizzata.

Si possono bruciare sullo stesso punto sino a dieci moxa per ottenere una forte stimolazione. Nel *Nei Jing* si legge che per trattare alcune malattie, si praticano sino a 100 moxa su uno stesso punto o in altri casi una moxa per ogni anno di età.

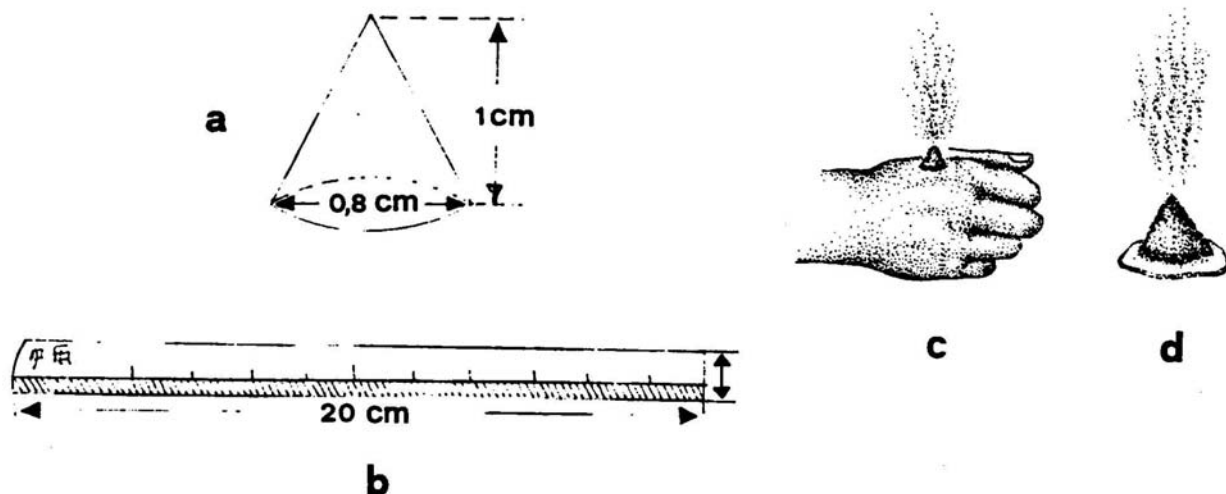


Fig. 5

APPLICAZIONE DELLA MOXA

Può essere fatta:

Direttamente sulla pelle (fig. 5c), dopo aver umettato con la saliva la base del cono. Si applicano da tre a cinque o più moxa sullo stesso punto sino ad ottenere una intensa iperemia della zona.

Indirettamente, interponendo tra il cono e la pelle una sottile fettina di zenzero fresco del diametro di circa cm. 1 (metodo descritto nei vecchi testi cinesi) oppure una fetta d'aglio. (fig. 5d)

Lo zenzero ha un sapore piccante ed agisce in modo molto stimolante sui meridiani di LU e di ST, e quindi sulle energie *Yong* e *Wei*, con azione terapeutica su tutte le malattie esterne, da freddo; arresta i vomiti, fluidifica il catarro).

La stimolazione può essere effettuata bruciando parecchie moxa su uno stesso pezzettino di zenzero fisso su di un punto, oppure bruciando parecchie moxa su diverse fettine di zenzero poste su punti diversi, ma vicino al punto interessato. Dopo il trattamento la cute è rossa e calda come dopo un cataplasma.

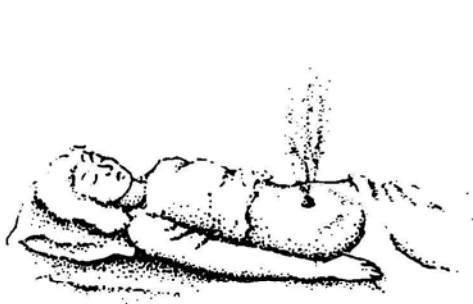
Un altro metodo di moxa indiretta è quello praticato nell'ombelico (punto 8 CV), che viene riempito di sale, sino al margine; sopra viene posto ed acceso il cono di artemisia e lasciato sino a che il paziente non avverta dolore. Quest'ultimo metodo ha una indicazione di urgenza nelle perdite di coscienza, vomito e diarrea (nei bambini). (fig. 6a)

Un altro metodo di moxibustione indiretto si effettua con il sigaro (fig. 5b) o grosso bastoncino, preparato con la lana di artemisia ed avvolto in un sottile foglio di carta leggera. Il sigaro è lungo circa cm. 20, con un diametro di 1,5.

Una volta acceso, la punta del sigaro viene tenuta a circa mm. 3 dalla cute per 5 - 10 minuti, sia fissa (fig. 6b) sopra il punto da stimolare, sia spostandola continuamente avvicinandola od allontanandola (fig. 6c), sino a che la pelle sia notevolmente arrossata ed il paziente tolleri il calore indotto. Altro movimento è quello longitudinale lungo il decorso del meridiano, per cm. 2,5 sopra e sotto il punto.

Un altro metodo è quello del dott. Manaka di Tokio, usato anche da parecchi agopuntori occidentali. Consiste nell'accoppiamento agopuntura-moxibustione. Infatti gli aghi usati portano alla sommità del manico una piccola coppa nella quale si mette una modica quantità di artemisia, alla quale si da fuoco. Il calore si propaga lungo l'asta dell'ago e la sorgente di calore viene spenta all'occorrenza con una goccia d'acqua versata nella coppa.

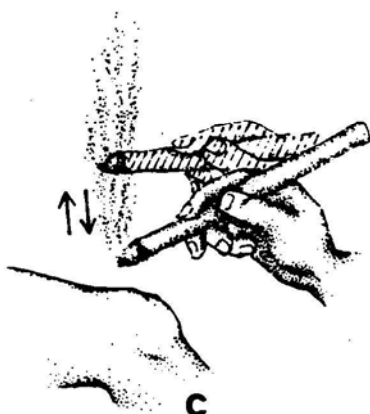
Una variante può essere ottenuta appiccicando una minima quantità di artemisia al manico dell'ago ed appiccando ad essa il fuoco, oppure, come fanno i cinesi, applicando alla cima dell'ago un pezzetto di bastoncino. (fig. 6d) Sono stati creati anche degli apparecchi elettrici atti al riscaldamento dell'ago o del punto.



a



b



c



d

AZIONE DELLA MOXA

Le moxa sono usate sia per Tonificare che per Disperdere l'energia a livello del punto trattato.

Per Tonificare: una volta accesa, la moxa deve essere lasciata bruciare spontaneamente. Per Disperdere: una volta accesa, la moxa viene fatta bruciare forzatamente con l'azione di una ventilazione forzata (soffio: per questo si usa una moxa più dura e compatta). In generale le moxa sono proibite sul viso, nelle zone ove circola l'energia del cuore e nei punti localizzati su tendini, vene, arterie.

La moxa è vietata anche nei casi di ipertensione, iperemia, infiammazione acuta (ossia nelle sindromi di tipo *yang*).

Le moxa sono usate soprattutto per tonificare il punto da trattare, mentre difficilmente vengono usate per disperdere l'energia (questo soprattutto nei punti vietati agli aghi). Secondo alcuni ricercatori moderni, la moxa, provocando una iperemia, comporta un aumento dei globuli bianchi e del loro potere fagocitario con un aumento della velocità di sedimentazione.

Inoltre l'artemisia conterrebbe un alcaloide, con proprietà anestetizzanti, che sotto l'influenza del calore attraverserebbe la cute per diffondersi nell'organismo.

Per la Tradizione invece, l'artemisia, che ha sapore amaro, è leggermente *Yang* ed agisce quindi sullo *Yin*, sul sangue e sull'energia e la sua azione sarebbe di disperdere il freddo e l'umidità regolarizzando quindi l'energia dei meridiani.

Il Nei Jing prescrive di usare la moxa:

- in tutti i casi in cui non si può pungere;
- quando i meridiani *Yin* e *Yang* siano in vuoto;
- quando l'energia ristagna nella parte bassa del corpo, in quanto la moxa la respingerebbe in alto;
- nella terapia dei meridiani tendinomuscolari;
- nelle malattie da causa esterna freddo-umidità (per neutralizzare queste energie perverse di natura *Yin*).

Le moxa saranno applicate specialmente nei dolori di tipo *Yin* (calmati dalla pressione). Alcuni autori consigliano di usare la moxa sui punti Shu del dorso, in quanto con l'ago vi sarebbe sempre una certa dispersione energetica.

In Giappone, piccole moxa vengono molto usate nel trattamento di alcuni sintomi (5-7 applicazioni sul punto); ad esempio:

- nelle cefalee del vertice ed emorroidi: 7 moxa sul 20 GV nell'asma, tosse, dispnea: 5 moxa sul 20 CV
- nelle parestesie brachiali: 5 moxa sul 10 SI
- nell'influenza: 5 moxa sul 14 GV e sul 10 LI

I punti proibiti alla moxa sono:

- LU 3, 8, 10, 11
- LI 19, 20

ST 19, 17, 32
SP 7, 9, 16, 20
SI 18
BL 1, 2, 3, 6, 10, 15, 30, 51, 54, 62
PC 9
TE 4, 16, 23
GB 15, 22, 33, 42
CV 15
GV 6, 15, 16, 17, 27

APPLICAZIONE DELLE COPPETTE

Il coppettamento è il trattamento di forme morbose mediante l'uso di coppette, in cui si crea il vuoto (col calore sprigionato da batuffoli di cotone imbevuto di alcool e infiammati) e che vengono fatte aderire alla cute.

Le coppette possono essere di bamboo, di vetro, e di varia misura, con margini a profilo regolare.

Indicazioni al coppettamento sono il reumatismo articolare, le distorsioni, la paralisi facciale, l'asma.

Non è raccomandabile coppettare pazienti con febbre elevata, convulsioni, malattie allergiche della pelle, edema, sindromi emorragiche, né coppettare in sede addominale le donne gravide.

Non è bene coppettare regioni articolari, ove la superficie non è liscia, in zone ricche di peli.

Dopo il coppettamento si osserverà una area di congestione vasale che tenderà a scomparire dopo pochi giorni. Minute vescicole potranno anche riassorbirsi in pochi giorni.

MICROMASSAGGIO

Il micromassaggio può essere praticato con l'unghia del pollice, perpendicolarmente alla cute, e rotazione nei due sensi, o con più complesse manovre con l'intera mano nuda. Esso ha particolare efficacia nelle affezioni dei meridiani tendino-muscolari, nei bambini e negli adulti. Esempi di modalità tecniche di micromassaggio sono le seguenti:

- Per l'adulto
 - 1) schiacciare e spingere: con il lato radiale della estremità del pollice o il bordo interno della mano eseguire movimenti detti “schiacciare fregando” sulla regione dolente o sui punti cinesi
 - 2) afferrare e scuotere: scuotere all'inizio leggermente e poi sempre più forte la massa muscolare o l'articolazione afferrate solidamente colla mano

- 3) premere e penetrare con il dito o colla mano in corrispondenza della regione dolente
 - 4) frizionare e premere: con movimenti circolari senza arresti sulla regione dolente o sui punti cinesi, con l'estremità del dito, il palmo o l'eminenza tenare
 - 5) premere e smuovere: movimenti di pressione sulla parte dolorosa con il dorso della mano o la falange terminale del mignolo e delle ultime tre dita, contemporaneamente muovendo le articolazioni interessate con l'altra mano
 - 6) pinzare e torcere: afferrare fortemente tra indice e pollice la parte dolente (estremità) girando le dita
 - 7) filare e smuovere: con le due mani accostate afferrare e premere la parte dolente facendo piccoli movimenti di va e vieni in senso opposto con l'una e con l'altra mano
 - 8) battere e picchiare: con il dito o la mano picchiare più o meno leggermente sulla regione dolente o sui punti.
- Per il bambino
 - 1) premere e penetrare con la mano sui punti da trattare
 - 2) frizionare sfregando, con va e vieni
 - 3) schiacciare: con il polpastrello o il lato delle dita sfregare con rapido va e vieni, premendo
 - 4) ruotare: movimento circolare con il pollice
 - 5) premere: sui punti di agopuntura movimento di va e vieni (in profondità), comprimendo con il polpastrello
 - 6) pizzicare: con l'unghia del pollice ed il polpastrello dell'indice pizzicare leggermente il punto di agopuntura rilasciandolo rapidamente
 - 7) filare: afferrare la cute lungo il decorso del meridiano tra due dita e torcere
 - 8) scuotere: con le dita o con la mano.

POSSIBILI INCIDENTI

1) Svenimento

Può capitare per debolezza, tensione nervosa, per il primo contatto con l'agopuntura o per troppo violenta manipolazione degli aghi. I prodromi sono rappresentati da stordimento e vertigini, irritabilità, nausea, pallore, sguardo fisso e aspetto torpido. Gli aghi debbono essere subito rimossi, il paziente deve essere invitato a rilassarsi. Nei casi gravi (rarissimi) vi sarà shock, perdita di coscienza, polso profondo.

In genere la sintomatologia scompare dopo un piccolo riposo. Nei casi gravi comprimere *Renzhong* (26 GV) con l'unghia o pungere *Renzhong* (26 GV) e *Zhongchong* (9 LU)

Può essere applicata moxibustione a *Baihui* (20 GV) e *Zusanli* (36 ST).

2) Ago rimasto “serrato”

Dopo che l'ago è inserito capita talvolta che sia difficile o impossibile ruotarlo, levarlo e introdurlo.

Ciò può essere dovuto a cause diverse. Se è dovuto a spasmo muscolare l'ago può essere lasciato per un pò e poi ruotato per l'estrazione; un altro metodo è quello di comprimere l'area attorno all'ago o pungere un altro punto in vicinanza per far rilasciare la tensione muscolare. Se l'ago è impigliato nel tessuto fibroso va ruotato delicatamente e lentamente per disimpigliarlo. Si spinge in fuori e in dentro leggermente fintanto che il tessuto è completamente rilassato; poi si ritira l'ago.

3) Ago incurvato

Questo capita generalmente quando l'ago è inserito con ineguale forza del dito o troppo fortemente o l'ago colpisce tessuto duro. Anche il manico dell'ago può essere colpito accidentalmente o il paziente cambia improvvisamente posizione mentre l'ago è in sede. Se la curva è lieve, l'ago può essere rimosso lentamente senza rotazione. Se marcata, l'ago va mosso leggermente ed estratto seguendo la curvatura.

4) Ago rotto

Le cause possono essere ricercate in forzata manipolazione dell'ago, spasmo muscolare, cambio di posizione del paziente, cattiva qualità dell'ago con base erosa. Il medico deve essere calmo e avvisare il paziente di non muoversi. Se l'ago rotto protrude sopra la pelle va tolto con le pinze.

Se no, comprimere i tessuti intorno alla sede fintanto che l'estremo rotto affiora; poi rimuovere colle pinze. Se rimane completamente sotto la pelle, bisogna ricorrere al chirurgo.

Per prevenire incidenti va adeguatamente controllata la qualità degli aghi. L'ago deve essere alquanto più lungo della profondità di inserzione richiesta.

5) Ematoma

Dopo la rimozione dell'ago può rimanere un piccolo segno rosso puntiforme. Questo è considerato normale e scomparirà da solo. Se si rilevano contusione o gonfiore da lesione di vasi, la sede va massaggiata e vanno applicate compresse calde per promuovere il riassorbimento dell'edema.

Anche con le moxa possono verificarsi alcune reazioni indesiderate analoghe a quelle sopra ricordate.

PRINCIPI GENERALI DI TRATTAMENTO

Sappiamo che lo *Yang* corrisponde all'esterno, al caldo, alla pienezza, mentre lo *Yin* corrisponde all'interno, al freddo, al vuoto.

Se la malattia è all'esterno la puntura sarà superficiale, se la malattia è all'interno la puntura sarà profonda.

Riferendoci agli strati energetici ricordiamo che il freddo colpisce lo strato superficiale (il *Tai Yang*), il calore è invece l'energia perversa che arriva sino allo strato *Yang Ming*. Nei casi di pienezza si usano poche moxa e molti aghi; nei casi di vuoto energetico si usano pochi aghi e si preferiscono le moxa nella convinzione cinese che gli aghi, anche se usati in tonificazione hanno un leggero effetto disperdente.

SCELTA DEI MERIDIANI

Si usano i meridiani *Yang* per trattare le malattie da caldo e da energia perversa ai primi stadi, perché *Yang* = Caldo = Superficiale. I meridiani *Yin* dell'arto superiore vengono usati per curare le affezioni al petto (Cuore - Polmone) e le nevropatie. I punti dei meridiani *Yang* dell'arto superiore curano le affezioni dell'estremo cefalico (occhi, orecchi, naso, bocca, gola).

I punti dei meridiani *Yin* dell'arto inferiore trattano le affezioni addominali, le malattie dell'apparato genito-urinario e del sangue.

I punti dei meridiani *Yang* dell'arto inferiore situati al piede vengono utilizzati nelle affezioni della testa, della faccia, e degli organi dei sensi; quelli localizzati tra la caviglia ed il ginocchio nelle affezioni degli organi e dei visceri.

La scelta dei punti si fonda sulla conoscenza della loro azione fisiologica e rimandiamo alla loro descrizione in apposito volume.

Ricordiamo solo che secondo il *Nei Jing* quando la malattia è localizzata nello *Yin* di *Yin* (organo) bisogna pungere i punti *Ying* (fuoco) e *Shu* (terra) dell'organo interessato. Quando la malattia è localizzata nello *Yin* dello *Yang* (muscoli e ossa) si punge il punto *Jing* (punto tra interno ed esterno).

Quando la malattia è localizzata nello *Yang* dello *Yin* (viscere) si punge il punto *He* (terra, materia) del viscere interessato.

Quando la malattia è localizzata nello *Yang* dello *Yang* (cioè nella epidermide e nel tessuto sottocutaneo) si pungono i punti dolenti (tecnica dei meridiani tendino-muscolari). Alla agopuntura ed alla moxa si possono associare dei farmaci sia di medicina allopatrica che omeopatica.

In Cina vengono associati dei farmaci con azione *Yin* o *Yang*, farmaci non ancora bene conosciuti e reperibili in Occidente.

La associazione di agopuntura con farmaci consente di ridurre le dosi, come i tranquillanti negli stati ansiosi, gli antinevralgici, gli antireumatici ecc.

Fattore di equilibrio organismico di cui deve tener conto l'agopuntore è una dieta adatta a ciascun individuo ed in ciascuna condizione morbosa (l'energia dell'uomo viene in gran parte formata a livello del Triplice Riscaldatore).

Per quanto attiene alle incompatibilità si ritiene che ogni causa tossica acuta e cronica farmacologica (morfina, derivati fenantrenici, cortisonici, etc.) ridurrebbe o annullerebbe le efficacia dell'agopuntura.

LE OTTO REGOLE TERAPEUTICHE

In terapia esistono otto regole terapeutiche, che sono:

- 1) provocazione del sudore
- 2) provocazione del vomito
- 3) purgare
- 4) regolarizzare
- 5) provocazione del calore
- 6) stimolazione della produzione del freddo
- 7) tonificazione
- 8) dispersione.

Provocazione del sudore

È metodo utile in presenza di malattia con segni esterni (freddo e calore perversi). Lo scopo è quello di far dilatare i pori in modo che la traspirazione elimini l'energia perversa. Si fa traspirare il malato disperdendo i punti Ying e Shu del Polmone (10 LU, 9 LU) e tonificando i punti Jing e Ying della milza (-1 SP e 2 SP). Se la sudorazione è eccessiva si punge il punto 6 SP.

Provocazione del vomito

Lo scopo è di allontanare dal riscaldatore superiore energia perversa e prodotti nocivi (in caso di malattia dell'esofago, trachea e stomaco).

Si punge il punto del Maestro del Cuore, 6 PC, lo si tonifica 6 volte e lo si disperde 3 volte; si massaggia la regione del punto dal basso verso l'alto, mentre il malato espira profondamente.

Nell'eccesso di vomito si tonifica il punto 36 ST.

Purgare

Lo scopo è di eliminare l'energia perversa e gli alimenti accumulati nell'intestino. È usata nella stipsi, nella idropisia, nella pletora e nelle malattie dell'addome con catarro. Si cerca mediante l'agopuntura di evitare l'impiego della purga prevenendo la ostruzione, causata dagli scarti bruciati dal calore perverso, pungendo 6 KI e 1 KI. In

caso di insuccesso, ad ostruzione avvenuta, disperderemo il meridiano della Vescica Biliare e tonificheremo quello della milza.

Regolarizzare

Questo termine va inteso restrittivamente prescindendo dal significato generale che assume, ad esempio nel Nei Jing, di riequilibrio energetico valido in ogni caso di squilibrio. Nel caso specifico delle otto regole terapeutiche si intende per regolarizzazione il procedimento riservato ai casi in cui l'energia perversa rimane localizzata a livello della cerniera *Shao yang* oppure siano alterati i rapporti energetici tra stomaco e fegato.

Provocazione del calore

Viene adoperata nelle malattie da grande freddo ed in generale nelle carenze di *Yang*, dopo essersi meticolosamente accertati che non si tratti di sintomatologia da falso freddo. I casi in questione possono essere molto numerosi per cui volta a volta andrà scelto lo schema terapeutico idoneo.

Stimolare la produzione del freddo

Si usa questo metodo per abbassare la temperatura febbrile. Viene utilizzato nelle malattie con segni di calore, quando la malattia da esterna diventa interna.

A seconda del livello energetico interessato diverse saranno le terapie da praticare.

Tonificazione e dispersione

Se ne è accennato in precedenza; ricordiamo solo che il riequilibrio energetico che si attua con la tonificazione e la dispersione si concretizza nello spostamento di energia da zone in eccesso a zone carenti, quindi quantitativamente oppure qualitativamente variando la qualità *Yin* o *Yang* della energia quando questa è alterata.

Tonificare vuol dire apportare energia nel meridiano, nella zona che ne è carente, ricavandola da meridiani in eccesso energetico.

Disperdere significa disperdere l'eccesso energetico con spostamento energetico verso zone più carenti.

Entrambe le azioni sono contemporanee e complementari: tonificando un meridiano provochiamo perciò stesso una dispersione nei meridiani, organi e visceri in rapporto con esso.

BIBLIOGRAFIA

- 68) T. Cantoni, R. Dujany, G. P. Garavaglia, Y. Mollard, "Principi di diagnostica e terapia agopunturistica", ed. SO-WEN, 1978.
- 69) A. Chamfrault, "Traité de Médecine Chinoise", Ed. Coquemard, Angouleme, 1964.
- 70) "ESSENTIAL OF CHINESE ACUPUNCTURE" compiled by: Beijing College of Traditional Chinese Medicine - Shanghai College of Traditional Chinese Medicine - Nanjing College of Traditional Chinese Medicine - The Acupuncture Institute of the Academy of Traditional Chinese Medicine, Foreign Languages Press, Beijing 1980.
- 71) A. Faubert, "Traité Didactique d'Acupuncture Traditionelle", G. Tredaniel, Paris, 1977.
- 72) U. Lanza, "Agopuntura classica", Ed. Gros-Tomasone, Torino 1976.
- 73) Nguyen Van Nghi, "Pathogénie et pathologie énergétique en médecine chinoise", Imprimerie Don Bosco, Marseille, 1977.
- 74) The Academy of Traditional Chinese Medicine, "An outline of Acupuncture", Foreign Languages Press, Peking, 1975.

BASI NEUROFISIOLOGICHE DELL'AGOPUNTURA

PREMESSE

E' utile ed opportuno all'inizio di questi quattro anni di studio ad indirizzo tradizionale, riassumere le posizioni attuali della scienza ufficiale nei riguardi dei meccanismi di azione e degli effetti dell'agopuntura

Prenderemo quindi in esame la riflessoterapia, riconosciuta da molti occidentali e non, quale unico meccanismo attraverso il quale l'agopuntura agirebbe, e la ipoalgesia, principale se non unico effetto che all'agopuntura viene attribuito.

Nel discorso troveranno posto le prove "scientifiche" a sostegno della realtà dei punti e dei meridiani e notizie sulle recenti scoperte ed esistenza di neurotrasmettitori, tipo encefaline ed endorfine che, in aggiunta ed a complemento alla teoria riflessologica, avrebbero, sempre secondo gli stessi studiosi, definitivamente spiegato i meccanismi d'azione dell'analgesia ottenuta con agopuntura.

Rimarrebbero infatti da definire solo alcuni circuiti degli archi riflessi, soprattutto quelli a livello del sistema nervoso centrale, e molte delle infinite azioni insite nelle possibilità terapeutiche dei neurotrasmettitori noti e di altre sostanze ipotizzate presenti ed agenti nell'organismo umano.

L'esposizione sarà per questi motivi articolata in più parti di cui in particolare:

- a) la riflessoterapia con riferimenti a lavori e articoli di J. Bossy, professore di anatomia presso la facoltà di medicina di Montpellier, che anche in un suo recente lavoro (Basi neurobiologiche delle riflessoterapie – editore Masson, 1975) ha raccolto e documentato una serie di osservazioni e ricerche al riguardo;
- b) la dimostrazione sperimentale dei punti e dei meridiani, con riferimenti ai lavori originali del dottor J.E.Niboyet, e del prof. Roccia e della sua scuola;
- c) le informazioni sui neurotrasmettitori: encefaline, endorfine, e sostanze analoghe, tramite dati raccolti da letteratura medica varia.

RICORDI DI ANATOMOFISIOLOGIA DEL SISTEMA NERVOSO

L'ARCO RIFLESSO – LA SENSIBILITÀ

Le proprietà di eccitabilità e conduttività rendono le cellule nervose capaci di trasmettere informazioni da una parte all'altra del corpo. La capacità delle cellule nervose di generare e condurre impulsi e quella delle sinapsi di modificare i modelli di scarico dell'impulso, costituiscono la base del comportamento adattativo degli animali a cambiamenti e/o stimoli ambientali.

Il neurone afferente può avere inizio in tessuti diversi dalla cute, ad esempio nei visceri, negli organi specifici di senso, nel muscolo stesso. L'organo effettore finale non è necessariamente rappresentato dal muscolo scheletrico (arco riflesso somatico), ma può essere costituito da un muscolo liscio, dal miocardio o da un tessuto ghiandolare (arco riflesso autonomo).

L'arco riflesso è una struttura nervosa costituita da un neurone sensitivo afferente (fibra C) e da un neurone motore efferente, con possibile interposizione di un interneurone.

Il principio dell'arco riflesso è che la regolazione della funzione di un organo si fonda in gran parte su informazioni sensoriali provenienti e regolate dall'organo stesso.

I riflessi sono: superficiali, viscerali e profondi.

L'arco riflesso somatico è il meccanismo fisiologico per mezzo del quale l'organismo si adatta all'ambiente esterno.

L'arco riflesso autonomo invece presiede la regolazione automatica o aggiustamento del lavoro di strutture funzionali.

La cute non deve essere intesa come un semplice dispositivo meccanico superficiale di difesa, ma deve essere inquadrata in una visione globale più ampia. E' un organo estremamente sviluppato del sistema nervoso nel quale le connessioni nervose sono particolarmente ricche di recettori sensoriali periferici.

La ricchezza in recettori fa della cute un vero e proprio albero periferico, organo polivalente, poiché le sue strutture nervose rispondono a trazioni, pressioni, deformazioni meccaniche, irritazioni dolorose. Esiste una certa analogia strutturale tra le formazioni esterocentriche della cute, le propriocentriche muscolari e le terminazioni para-e intra-articolari.

Gli stimoli afferenti vengono convogliati al neurasse attraverso vari tipi di fibra, I, II, III, IV, specifici per i vari stimoli ed entrano in sinapsi a tre livelli orizzontali diversi del neurasse, secondo un sistema monosinaptico (sistema gamma di regolazione neuromuscolare) e secondo archi riflessi polisinpatici a livelli crescenti sino alla corteccia, ove possono manifestarsi su più vasta scala i fenomeni di convergenza e di divergenza che si manifestano a livello spinale. Gli impulsi che partono dai recettori periferici, raggiungono il cervello e si arriva al livello di coscienza solo quando l'intensità dello stimolo è sufficiente a far comparire i vari sintomi.

L'integrazione delle informazioni ascendenti avviene a tre livelli anatomici:

periferico, midollare, mesencefalico corticale

coinvolgenti vie spino-cerebellari e spino-cerebrali e formazioni specifiche diverse, correlate alla qualità delle informazioni trasmesse.

Inoltre esistono vie ascendenti distinte per la propriocettività, la sensibilità tattile e pressoria e la sensibilità.

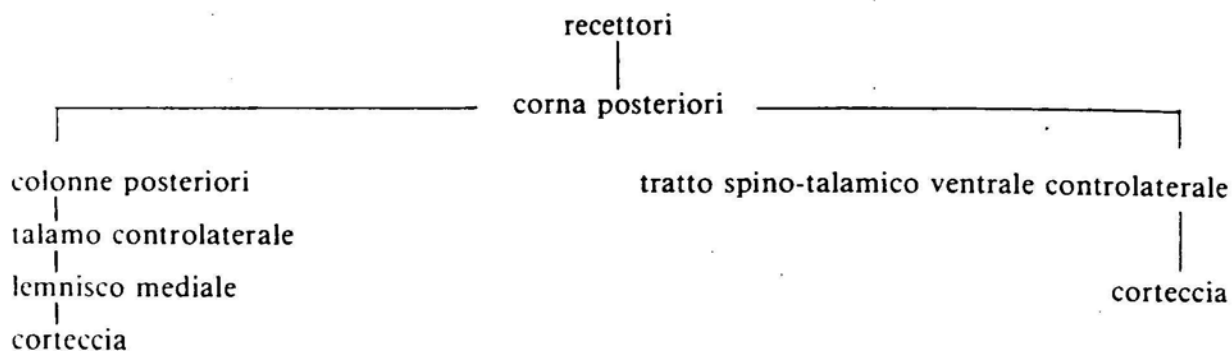
In ogni via ascendente avremo itinerari diversi.

1) Quello della propriocettività

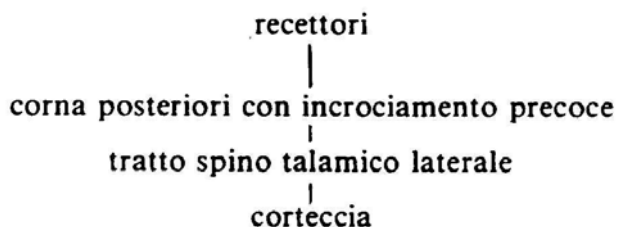


Una parte di queste fibre entra a far parte dell'arco riflesso.

2) quello della sensibilità tattile e pressoria



3) quello della sensibilità



I tre livelli sinaptici della sensibilità avrebbero un terminale in comune nella corteccia, nella circonvoluzione postcentrale del lobo parietale, inducendo quindi la medesima risposta.

La propriocettività avrebbe inoltre altri due terminali, nel cervelletto e nell'arco riflesso di stiramento (importante nel meccanismo di controllo per il mantenimento posturale e la stazione eretta).

La sinapsi è la giunzione tra due neuroni, ed è di contiguità e non di continuità protoplasmatica; questo fatto riveste la massima importanza in quanto indica che la conduzione attraverso le catene di neuroni è discontinua, ed il messaggio può subire alterazioni fondamentali a livello di ogni giunzione sinaptica.

Il potenziale d'azione rappresenta il messaggio che, portato dall'organo di senso al cervello, dà origine alla sensazione. È il messaggio che, trasmesso dal cervello e dal midollo spinale agli apparati periferici, dà origine alle varie risposte funzionali.

Un assone eccitato risponde con un potenziale d'azione che si propaga dalla sede stimolata in ambedue le direzioni. Le singole cellule eccitabili, qualunque sia la loro proprietà o comunque vengano stimolate, rispondono sempre all'eccitazione in modo stereotipato: non esiste altra risposta.

La varietà delle sensazioni e delle azioni è determinata dalle vie seguite dai potenziali di azione nella compagine del S.N.C. e dalla modulazione dei modelli di scarica degli stessi. Inizialmente i modelli di scarico sono determinati dalle proprietà degli organi di senso, ma i messaggi che provengono ai centri motori e sensitivi del S.N.C. possono essere completamente diversi.

Fisiologicamente la sensibilità viene suddivisa in:

superficiale, che è in rapporto con tatto (meccanocettori), dolore, temperatura, pressione = esteroceettività;
profonda, che è in rapporto con la sensibilità muscolare e con la posizione delle articolazioni = propriocettività;

o secondo Head, la sensibilità può essere divisa in:

epicritica, quando valuta le sensazioni per un contatto leggero e per la discriminazione fra due punti (topognosia-dermolessia-stereognosia)
protopatica, quando serve per valutare lo stimolo doloroso e le differenze della temperatura (batiestesia-barestesia-pallestesia).

Gli elementi anatomofisiologici specifici della sensibilità superficiale sarebbero gli esteroceettori che comprendono:

i corpuscoli di Meissner	per il tatto;
gli organi terminali del Ruffini	per il calore;
i bulbi terminali di Krause	per il freddo;
i corpuscoli di Pacini	per la pressione;

e quelli per la sensibilità profonda, i propriocettori, costituiti:

dagli organi tendinei del Golgi	per lo stiramento;
dai fusi neuromuscolari	dei muscoli.

In contrasto però al concetto di terminazioni specificamente sensitive e di linee private (codice delle fibre) che terminano in luoghi specifici, si sta facendo strada l'opinione che la qualità della sensazione sia determinata dal modello spaziale delle fibre e da modelli temporali di frequenza.

Da qualche anno è in atto una revisione critica della neuroanatomia e della neurofisiologia con la messa in dubbio della specificità fisiologica dei recettori tipici per il dolore e del centro del dolore. Anatomicamente si è constatato che una stessa fibra può essere collegata a più recettori e che può trasmettere indifferentemente stimoli del caldo, del freddo, della pressione o dell'irritazione chimica. Il percorso seguito dai messaggi dolorifici è risultato essere molto più complesso, in quanto gli influssi periferici innescano simultaneamente più sistemi neuronali spinali, quali:

- a) le cellule della sostanza gelatinosa di Rolando
- b) i cordoni posteriori
- c) alcuni neuroni delle corna posteriori i cui assoni non decorrono nei cordoni posteriori.

Molto importante è il sistema di fibre discendenti, a partenza da centri superiori e dal midollo, in grado di esercitare un effetto inibitorio sui segnali dolorifici,

Il centro del dolore è da considerarsi superato, in quanto il dolore interesserebbe tutti i centri superiori (talamo, ipotalamo, sistema limbico, sistema reticolare, corteccia).

La comparsa del dolore non sarebbe più la conseguenza diretta di una stimolazione vera e propria, ma la somma di una serie di fattori antagonisti ed in equilibrio tra loro.

Alla base di questo meccanismo ci sarebbe la disinibizione o la depolarizzazione dei neuroni delle corna posteriori. Quando si verifica una eccitazione non dolorifica dei recettori si produce essenzialmente una scarica delle grosse fibre a conduzione lenta, la cui azione depolarizzante sui primi neuroni centrali di trasmissione è controbilanciata dall'effetto inibitore delle cellule della sostanza gelatinosa midollare, a loro volta stimulate contemporaneamente attraverso le vie collaterali. Il sistema di controllo risulta chiuso, per cui i primi neuroni centrali di trasmissione si depolarizzano poco o nulla (gate control system).

Quando lo stimolo è dolorifico, quelle che vengono maggiormente eccitate sono le fibre di piccolo calibro a conduzione rapida. Le cellule della sostanza gelatinosa midollare non risultano più attivate, viene a mancare l'effetto inibitore, la "griglia" risulta aperta e consente il passaggio degli impulsi che i primi neuroni di trasmissione inviano ai centri superiori. Gli stessi centri superiori possono per proprio conto modulare il grado di apertura della griglia per l'intermediazione delle vie discendenti inibitrici.

A livello di questi recettori sarebbero stati localizzati, in modo elettivo, quei mediatori chimici delle vie inibitrici del dolore identificati come sostanze oppioidi, encefaline ed endorfine, di cui parleremo più avanti.

Per i dolori di origine viscerale la questione dell'insorgenza e della trasmissione è tuttora aperta. I neuroanatomici hanno sempre considerato il simpatico come un sistema afferente. Langley pensava che i nervi simpatici e i rami comunicanti bianchi trasportassero delle fibre sensitive provenienti dai visceri. Oggi la tendenza è di modificare il concetto di Langley e di parlare di afferenze "simpatiche", "autonome" o meglio ancora "viscerali". Gli impulsi dolorifici che originano nella cavità addominale e toracica possono raggiungere il S.N.C. mediante tre vie:

- 1) nervi simpatici,
- 2) nervi parasimpatici,
- 3) nervi somatici.

L'ultima di queste vie fa sì che il problema della sensazione viscerale assuma degli aspetti più vasti della semplice questione della innervazione autonoma afferente.

Le leggi neurofisiologiche modulano vari livelli: recettori, fibra e sinapsi.

I recettori seguono la legge del "tutto o nulla" per cui è il numero dei recettori stimolati che determina l'intensità dello stimolo, assieme eventualmente alla frequenza e ad un tempo più lungo di stimolazione. La stimolazione costante di certi recettori determina in essi l'adattamento, vale a dire una diminuzione della frequenza di scarica. Nell'adattamento:

- uno stimolo subliminale breve abbassa la soglia,
- uno stimolo subliminale lungo innalza la soglia,
- uno stimolo sopraliminale intenso innalza la soglia sino al blocco di conduzione.

A livello sinaptico ricorderemo tra le altre leggi quella della **scarica iterativa** che determina un'amplificazione dell'attività nervosa, quella delle convergenze per cui su un motoneurone convergono gli stimoli di parecchie fibre afferenti, ed inoltre il fenomeno della divergenza per cui una singola fibra afferente eccita non un solo neurone, ma parecchi. Infine il fenomeno della facilitazione (o frangia subliminale) per cui due, di per sé insufficienti a dare una risposta, se applicati in due punti diversi e in tempi diversi, quando vengono applicati simultaneamente danno una risposta molto superiore alla semplice somma delle due risposte individuali.

Da differenti stimolazioni periferiche avremo una varietà di risposte altrettanto diverse e numerose, che interesseranno zone metamericamente corrispondenti.

LE ZONE DELLA REFLESSOTERAPIA

Dopo questi ricordi di neuroanatomia e neurofisiologia, tornando alla riflessoterapia prenderemo in considerazione le varie zone anatomiche di pertinenza:

1) ZONA PERIFERICA, ossia cute.

Distingueremo i vari tipi e le varie caratteristiche delle zone riflessogene.

a) Zone non puntiformi

Nella maggioranza dei casi, non visibili, solo raramente possono essere contrassegnate da nei, depressioni, eritemi o papule cutanee. Sono invece riconoscibili alla palpazione che è frequentemente dolorosa in quanto queste zone coincidono con depositi di cellulite o contrazioni muscolari sottostanti. Hanno dimensioni variabili: da qualche millimetro a pochi centimetri di diametro, propria delle zone di Weihe e di Hanemann; di alcuni centimetri delle zone di Head e delle dermalgie riflesse di Jarricot, sino ai molti centimetri delle zone dermiche dei massaggi riflessoterapici di Dicke/Hendrickx e delle zone di contrazioni muscolari di Kolhrausch, parenti prossime queste ultime, delle “funicelle cinesi” di cui parla Niboyet.

La forma di queste zone varia dal tondo all'ovalare.

Sono tutte algiche e possono differenziarsi in base ai caratteri specifici del dolore che è di solito spontaneo o riferito nelle zone di Head, mentre è provocato dalla palpazione nelle altre, con questa particolarità:

- superficialmente nelle zone di Weihe
- in profondità in quelle di Hanemann, Jarricot, Kolhrausch;

b) Zone puntiformi

Rientra in queste il punto cinese di estensione inferiore al millimetro, situato di norma in una depressione cutanea e dolente sia spontaneamente che allo sfioramento o alla pressione.

Secondo Bossy le sue particolari caratteristiche elettriche, sulle quali torneremo, non sono più rilevabili, sia sul vivo che sul morto, se si toglie con alcool, etere o acetone, l'idratazione e la pellicola sebacea cutanea.

Da un punto di vista anatomofisiologico non è stato possibile sino ad oggi ritrovare un aspetto specifico se si esclude l'esistenza di una relazione con una travata connettivale ipodermica che conduce gli elementi vascolo-nervosi.

La relazione sarebbe per:

- il 42% con un nervo del S.N.C.
- il 40% con un plesso nervoso perivenoso
- il 18% con un plesso nervoso periarterioso.

Poiché l'ago non raggiunge mai il tronco nervoso bisogna sospettare che due meccanismi d'azione possono agire a livello del tronco nervoso:

- una stimolazione diretta delle terminazioni nervose microscopiche sottoepidermiche
- un processo ionico secondario alla infissione di metallo.

I due processi potrebbero anche sommarsi. Un effetto simile alla stimolazione con ago si potrebbe ottenere con l'introduzione di microcorrenti con frequenza sonora ed ancora con il raffreddamento locale.

Mentre non è essenziale una stretta relazione con l'elemento vascolare, muscolare o sensitivo, è necessario supporre che il punto riflessoterapico abbia una duplice componente:

- una locale di innervazione specifica dermoepidermica
- una tronculare di innervazione cerebrospinale, autonoma o neurovascolare .

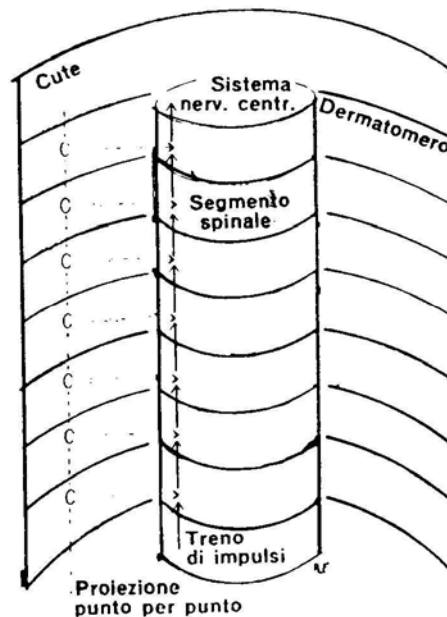
Poiché rimane ancora difficile spiegare perché la manipolazione dell'ago, in particolare la rotazione in senso orario od antiorario, riesca a far comparire o scomparire un dolore, bisogna invocare anche l'esistenza di meccanorecettori sensibili allo spostamento lento dello stimolo in un senso e non in quell'opposto, o che la risposta sia correlabile al momento funzionale della fibra o all'intensità di frequenza.

In questo contesto si inserisce anche il problema della interpretazione occidentale dei meridiani di agopuntura. Secondo una topografia fissata ormai da secoli i punti di agopuntura che si trovano sul corpo sono legati gli uni agli altri da linee dette "meridiani". Ognuna di queste linee "immaginarie" collega un certo numero di punti con un organo o un viscere da cui ne prende il nome, ma senza nessun corrispondente anatomico periferico dimostrabile.

Prima domanda: visto che alcune descrizioni, di dolore riferito dai pazienti, coincidono con i decorsi dei meridiani e non con i decorsi anatomici, qual' è allora l'equivalente organico di questo fenomeno?

Risposta: viene spontaneo rivolgersi al sistema nervoso e pensare come ipotesi ad una struttura del meridiano simile al cammino di un treno di impulsi, che passando attraverso centri nervosi si proietterebbero sulla cute, punto dopo punto, come un percorso continuo.

— *Ipotesi di struttura dei «meridiani»*. Il cammino di un treno di impulsi, attraverso i centri nervosi, che si proietta punto per punto sul rivestimento cutaneo, potrebbe essere considerato come un decorso continuo (Bossy, 1973).



da Bossy: Basi Neurobiologiche delle riflessoterapie, Ed. Masson – per gentile concessione dell'editore.

Seconda domanda: perché in un meridiano vengono raggruppati solo determinati punti, e di che tipo è il loro rapporto con l'organo o il viscere dal quale il meridiano prende il nome?

Risposta : in alcuni casi ad esempio per il meridiano del cuore, il cui decorso segue abbastanza fedelmente la proiezione dolorosa di certe crisi anginose, i segmenti midollari interessati metamericamente sono T1 e T2 e forse C8. Se pensiamo che i centri cardioacceleratori vanno da T1 a C5 e le fibre simpatico cardiache da T2 a T5, i rapporti tra organo e meridiano del cuore possono essere condivisi.

Però non tutti i punti di questo meridiano hanno azione solo sul cuore ed inoltre punti al di fuori del meridiano del cuore possono agire sul medesimo.

L'unico modo per cercare di risolvere il problema è allora quello di pensare che il substrato della fenomenologia ora ricordata sia l'esistenza di legami nevrassiali tra le proiezioni di questi punti e l'organo di cui portano il nome e con il quale, abbiamo visto, solo alcuni di loro sono in relazione diretta.

2) ZONA CENTRALE PRIMARIA

Si trova a livello del midollo spinale e dei nervi cranici ove ha sede *l'organizzazione elementare riflessa ed il processo di base* la cui struttura include

l'innervazione degli elementi che compongono un metamero, base e periferia dell'organizzazione elementare di un riflesso.

a) **Organizzazione dei segmenti e nozione di metamero**

Ricordiamo subito che non esiste perfetta sincronia nella evoluzione dei diversi elementi di un metamero embrionale; tra l'altro le terminazioni nervose raggiungono i vari elementi in momenti diversi. L'unica cosa sicura è il fatto che dal momento in cui un nervo raggiunge un organo non lo abbandona più e questo succede dalla sesta alla nona settimana di vita intrauterina. Per la cute in particolare può avvenire sino alla trentesima settimana.

Il metamero o segmento midollare è quella sezione di midollo composta di due metà simmetriche, aventi ciascuna un nervo periferico, suddiviso per i diversi elementi in rami motori, sensitivi, autonomi e collegati al nevrasso da una radice motrice e una sensitiva.

Questa sezione viene separata da quelle sopra e sottostante con un piano ideale che passa per il filamento superiore di ogni radice. Annesso al sistema nervoso autonomo del metamero abbiamo un ganglio latero-vertebrale a destinazione somatica ed uno previscerale a destinazione viscerale.

Il dermatomero è l'area cutanea innervata dalle fibre afferenti di una radice posteriore. I dermatomeri di radici adiacenti sono molto embricati così che un singolo punto della cute è sempre innervato da due o tre radici.

I dermatomeri o campi sensitivi radicolari non devono essere confusi con i campi nervosi periferici (neuromeri).

I limiti dei dermatomeri non sono gli stessi per le diverse forme di sensibilità. I dermatomeri sono più estesi per la sensibilità tattile che per la termodolorifica.

Ciascun elemento avrà fibre efferenti (motrici, eccitosecretive), afferenti (sensitive) e trofiche: Il S.N.C. assicurerà l'innervazione efferente dei visceri e trofica degli organi.

Nel nevrasso questo piano di segmenti comprende:

- centri sensitivi nel corno dorsale
- centri motori nel corno ventrale
- centri autonomi nella zona intermedia

centri tutti primari in relazione con le fibre nervose periferiche e collegati tra loro da interneuroni.

Questa organizzazione di base dei segmenti, permette di concepire l'esistenza di zone periferiche riflesse disposte segmentariamente, cui si deve aggiungere un elemento transmetamerico, il parasimpatico, ed un dispositivo longitudinale ad anelli intersegmentari di lunghezza variabile, per comprendere le differenze tra stimolazione riflessa ed organo interessato.

b) **Organizzazione dei centri primari**

In quanto direttamente collegati con le fibre radicolari efferenti ed afferenti, i centri primari sono sempre implicati nei riflessi, di cui i più semplici comprendono tre neuroni:

- uno afferente sensitivo (protoneurone)
- uno efferente motore (motoneurone) o autonomo
- uno o più interneuroni corti,

tutti situati nello stesso segmento.

Nell'uomo esiste un solo esempio di riflesso monosinaptico: quello *miotattico*, formato dalla articolazione di un protoneurone (sensitivo), derivato da un fascio neuromuscolare e da un motoneurone, essenziale nel funzionamento muscolare. Entrerebbe in gioco nelle azioni riflesse provocate dalle manipolazioni vertebrali e da alcune mobilizzazioni articolari. Il suo funzionamento è rapido, diretto, ad azione sempre semplice ed identica.

Il *riflesso d'assone* sensitivo vascolare, che è il più semplice e che interesserebbe un solo neurone, viene oggi messo in forse come meccanismo, ma nondimeno è importante per spiegare numerose azioni riflesse rapide, ad esempio l'azione antiflogistica locale provocata con aghi, oppure la comparsa di una zona eritematosa intorno ad un ago. Questi circuiti sono i responsabili di riflessi mono-omosegmentari ed omolaterali.

Le reazioni controlaterali ed eterosegmentarie si potrebbero invece spiegare con catene di interneuroni, cellule a prolungamento lungo, e la distribuzione plurisegmentaria delle fibre radicolari sensitive.

c) **Origine dell'azione riflessa e vie periferiche**

La stimolazione di un elemento eccitabile, induce sempre una risposta che genera un potenziale d'azione, che si propaga lungo la fibra conduttrice. Il messaggio, portato dall'organo di senso al cervello, dà origine alla sensazione; il messaggio trasmesso dal cervello o dal midollo spinale alla periferia dà la risposta. (Es. al muscolo, dà origine al movimento). Il controllo superiore si esercita anche sulla prima sinapsi del sistema somatico sensitivo, e cioè sulla sinapsi che si trova tra il neurone periferico afferente e il neurone di secondo ordine, che attraversa il midollo spinale per ascendere nei cordoni laterali e ventrali sino al talamo e da qui alla corteccia.

Il significato delle influenze delle vie discendenti sulla trasmissione, attraverso le vie ascendenti che servono alla sensibilità e al controllo del movimento, deve essere presa in considerazione separatamente per ciascuna formazione cerebrale.

Lo stimolo cutaneo anche se provocato su un punto dolente, non necessariamente è doloroso, bensì essenzialmente meccanico, in quanto solo alcuni meccanorecettori sono specifici per il dolore.

Per un massaggio su un punto dolente sono dapprima interessati i recettori generali, in contatto tramite sinapsi sensitivo-dendritiche, con prolungamenti del sistema cerebrospinale. A livello della sinapsi l'impulso può essere inibito (nozione essenziale nel meccanismo della analgesia agopunturistica).

Nel massaggio comune non si sa se prevalga, nella iperemia provocata il semplice fatto muscolare od un riflesso neurovascolare diretto od indiretto.

Nella stimolazione con ago possono entrare in causa due meccanismi distinti.

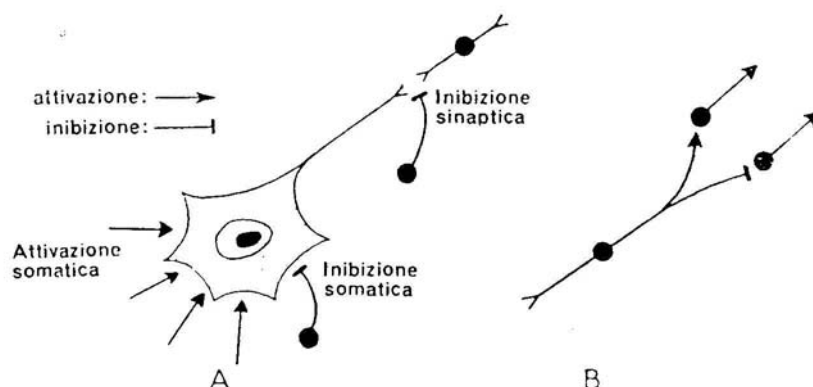
Il primo ad azione locale a livello epidermico o dermo-epidermico agente sui recettori, sia meccanorecettori che plessi perivascolari, e quindi sul piano della transduzione della sinapsi sensitivo-dendritica o su quello della trasmissione periferica.

Il secondo ad azione tronculare diretta sulle fibre nervose ossia a livello della conduzione (conduzione = analgesia), meccanismo che dovrebbe intervenire secondo Bossy nell'analgesia agopunturistica.

Nella mobilizzazione o manipolazione vertebrale si avrebbe invece o la stimolazione normale in un circuito normale o la stimolazione anormale in un circuito patologico, di un recettore specifico, che provocherebbe la cessazione di una contrazione muscolare o il rilasciamento dei legamenti delle articolazioni intervertebrali. Il risultato può essere locale, ma anche a distanza nello stesso metamero (parete addominale).

d) Attivazione e inibizione

Due sono i meccanismi che intervengono nelle diverse riflessoterapie. Il primo consiste in un arresto di un circuito anomalo (patologico), il secondo nella creazione di una azione riflessa diretta o indiretta che interviene su un fenomeno anormale.



A: Schema dell'attivazione e dell'inibizione somatica e sinaptica.

B: Terminazione attivante e inibente d'un medesimo interneurone che permette di comprendere il mantenimento della specificità sinaptica.

Da Bossy: Basi Neurobiologiche delle riflessoterapie, Ed. Masson – per gentile concessione dell'editore.

Se consideriamo un organo patologico per un eccesso o un difetto di funzionamento, potremmo pensare ad un suo trattamento secondo modalità di tipo agopunturistico, unendo le stimolazioni riflessologiche con la tonificazione e la dispersione, per raggiungere l'obiettivo di modificare, riequilibrando, l'assetto energetico esistente.

Un eccesso funzionale di un organo, può estrinsecarsi con la dolenzia di un punto ed il riequilibrio potrà essere ricercato con :

- la dispersione del punto, che agirebbe come una inibizione diretta del circuito riflesso anormale;
- la tonificazione di un punto esterno a questo circuito, per creare un nuovo arco riflesso che inibirà l'arco riflesso patologico.

Un difetto funzionale di un organo vedrà operare il riequilibrio o con:

- la bonificazione diretta del circuito in causa
- la dispersione di un arco riflesso a distanza, quale causa diretta della patologia o quale soppressore dell'inibizione del circuito in questione.

In questi fenomeni saranno tre i livelli anatomici interessati:

Livello sinaptico, con due meccanismi fondamentali:

- il primo dato dalla specificità sinaptica attivante o inibente, rispettando la specificità sinaptica, in quanto al microscopio elettronico si è dimostrato che uno stesso neurone è dotato di collaterali attivanti ed inibenti, aventi ciascuno morfologia propria.

Il secondo dall'entrata in funzione del corpo neuronale, con l'alto numero dei suoi contatti sinaptici, in rapporto al numero dei contatti spaziali e temporali entrati in funzione. L'inibizione avverrebbe per un numero di contatti inferiori a quello della attivazione, e perché l'azione attivante sarebbe somatica quella inibente sinaptica.

Livello interneuronale.

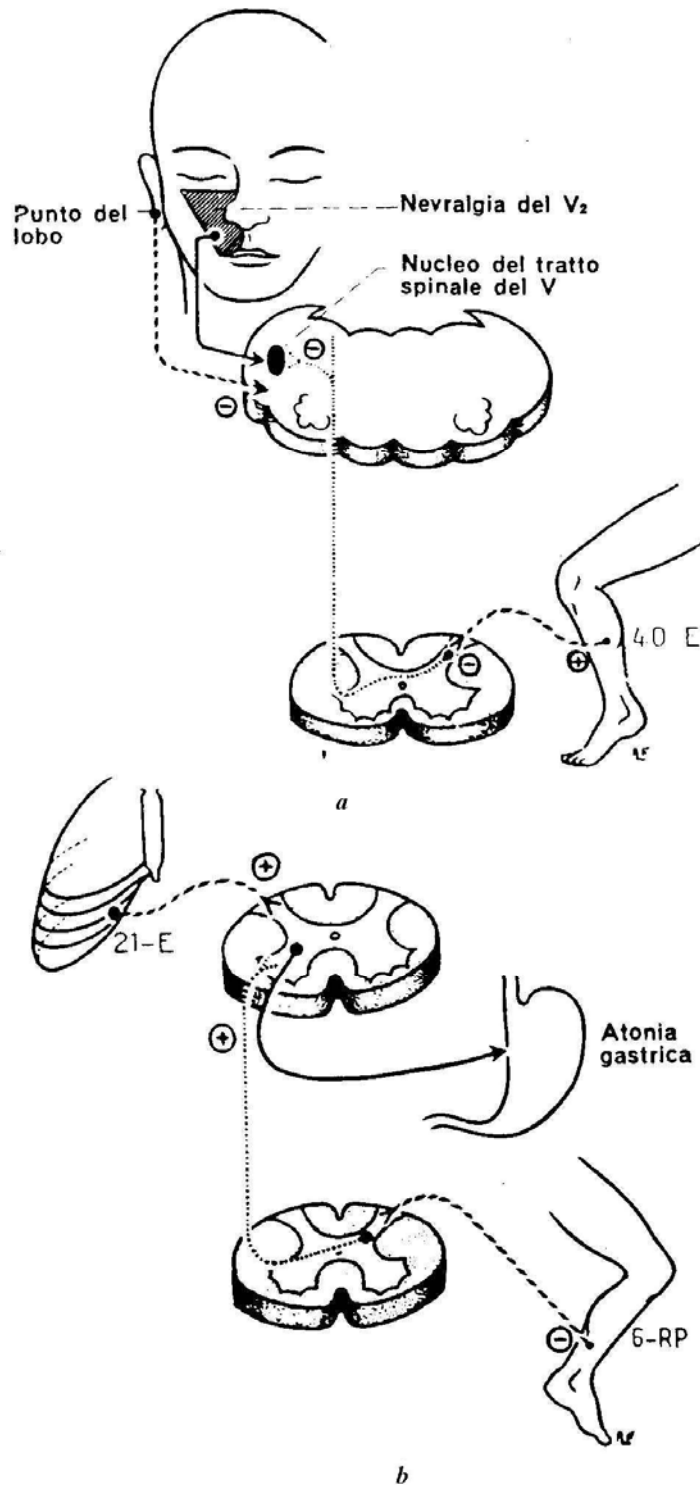
Gli interneuroni non sono dei semplici ponti inerti tra due centri, ma alcuni sono specializzati nella inibizione o nella attivazione corticale a livello di alcuni centri primari.

Livello della formazione reticolare del tronco cerebrale.

Vero e proprio centro inibitore.

In più sono stati descritti nel funzionamento dei centri nervosi oltre che fenomeni di persistenza, anche fenomeni di estinzione, sui quali le varie riflessoterapie potranno intervenire con i circuiti prima descritti.

ORGANIZZAZIONE ELEMENTARE RIFLESSA E PROCESSO DI BASE



Schema dei circuiti che permettono di spiegare l'azione riflessoterapica su una nevralgia facciale ed una atonia gastrica.

Da Bossy : Basi Neurobiologiche delle riflessoterapie, Ed. Masson – per gentile concessione dell'editore.

3) PARTECIPAZIONE SOPRASEGMENTARIA

a) **Organizzazione soprasegmentaria tra i centri primari ed il piano talamo-striato.**

Questa organizzazione è primordiale nel funzionamento normale del S.N.. Si situa tra centri primari, che la raggiungono con connessioni nervose o vascolari (determinando: sinergie, coordinazione, sindromi toniche, fasiche mono od emiplegiche) ed è formato da centri raggruppati nel tronco cerebrale. Va considerata soprattutto come una zona riflessogena, che assicura il coordinamento di numerosi riflessi elementari, ma ad eccezione della sostanza reticolare, non ha azione importante nella riflessoterapia, tranne che indirettamente nei deficit primari da lesioni organiche irreversibili (emiplegia).

b) **Formazione reticolare.**

Composta da cellule e fibre nervose distribuite lungo tutto il nevrasse, è contemporaneamente via di conduzione e centro. La zona più complessa, ma meglio conosciuta e più importante, è quella del tronco cerebrale, soprattutto importante nel meccanismo d'azione delle riflessoterapie, in quanto modulatrice sia dell'attività dei centri primari che di quella del talamo e della corteccia.

La sua organizzazione e il suo funzionamento si possono così schematizzare:

- è sede dei processi rapidi di tipo-nervoso e dei processi lenti di natura neuro-umorale.
- le unità reticolari che la compongono presentano potenziali d'azione di ritmo variabile e possono essere:
 - ridotte od estese
 - attivanti o inibenti
 - attivate da stimolazioni naturali o elettriche
- è sede di fenomeni di convergenza eterotopica ed eterosensoriale
- sembra conservare una somatotopia almeno parziale
- attenua le risposte nel caso di stimolazioni sensoriali ripetitive.

Nel suo interno sono stati individuati diversi nuclei, condensabili in un certo numero di raggruppamenti funzionali:

la regione paramediana ed il nucleo reticolare laterale del midollo allungato, collegati al cervello (poco importanti nelle riflessoterapie)

la regione dorsolaterale (ricettiva e associativa) ed il nucleo gigante cellulare (inibente e attivante eccitante) molto importante nelle riflessoterapie.

Tralasciamo di proposito il nome delle varie vie afferenti ed efferenti e ci soffermiamo invece sui due piani funzionali in cui si può dividere questa zona reticolare:

- 1) piano mielencefalopontino che permette di collegare tra loro da una parte le diverse zone di origine nelle riflessoterapie (le tre branche trigeminali e nervi spinali) e dall'altra l'azione attivante od inibente dei visceri o cute ed annessi.
- 2) Piano mesencefalico orientato verso diencefalo e corteccia cerebrale, responsabile dello stato di veglia e sonno, algesia, iperalgesia, ipnosi, ma anche in stretta relazione con i centri primari (analgesia).

Sempre nello stesso tronco cerebrale sono stati anche descritti centri viscerali di comando ad azione inibente od attivante a visceri diversi, il che non deve sorprendere vista la ridotta somatotopia della zona.

c) Partecipazione talamica e corticale.

E' indiscutibile in ogni tipo di terapia.

Nelle riflessoterapie in particolare, sarebbe mediata dal piano diencefalico, che collegherebbe centri primari e corteccia cerebrale da un lato e la coppia ipotalamo/ipofisaria dall'altra.

L'azione efferente può essere la pura via nervosa oppure quella neurovascolare, ma la risposta avverrà per via nervosa o per via vascolare, tramite una struttura ghiandolare. L'effetto potrà consistere in una attenuazione o abolizione del dolore, oppure in un aumento dello stesso ed in una azione più generale a livello vascolare diencefalico o telencefalico, che potrebbe spiegare anche l'azione di alcuni punti sull'emicorpo opposto.

I MECCANISMI FISIOLGICI DELLA REFLESSOTERAPIA ANALGESIA

Dopo aver esposto i livelli anatomici, le basi morfologiche tramite ed a livello delle quali agisce la riflessoterapia/analgesia, cercheremo di rapportarli ai meccanismi che di volta in volta vi entrano in gioco. Distingueremo pertanto anche i vari livelli funzionali ai quali si può ottenere analgesia:

- a) livello periferico, che interesserà le sinapsi dendritico-sensoriali
- b) livello centrale, a sua volta diviso in:
 - primario, che comprenderà il midollo spinale ed i nuclei dei nervi cranici
 - sopraspinale che prenderà in considerazione la sostanza reticolare
 - diencefalico/telencefalico, che prenderà in esame il piano talamostriato e quello ipotalamico
 - corticale.

I *meccanismi* elementari attraverso i quali l'analgia può manifestarsi, consistono in due tipi di interferenza:

- a) sulla trasmissione sinaptico-nervosa
- b) sulla propagazione della trasmissione lungo le fibre nervose

Nel 1° caso entreranno in gioco fenomeni di tipo:

- nervoso = fibre
- ionico / enzimatico = Ioni di Ca e Na + recettori
- umorale = neurotrasmettitori e recettori stereospecifici situati nelle terminazioni o membrane sinaptiche.

Nel 2° caso potranno intervenire meccanismi elettrici, elettromagnetici, ionici.

Gli *apparati* tramite i quali si concretizza una riflesso-analgia sono: i neurotrasmettitori, inclusi i fattori morfinosimili e i recettori.

I neurotrasmettitori possono avere azione locale o generale, il che dipende evidentemente dalla presenza di specifici recettori. Tra i neurotrasmettitori ricordiamo:

le endorfine -- leucina – encefalina, più attiva; metionina – encefalina, meno attiva
beta endorfina -- dinorfina.

Neuropeptidi: sostanza P-neurotensina – colecistochinina – bradichinina.

Amine biogene S.N.C.: noradrenalina – serotonina.

Per i recettori ricordiamo che corpi sinaptici sono posti un po' dovunque, ma in sedi precise e che:

- a) la trasmissione noradrenergica e dopaminergica ha recettori specifici presinaptici, postsinaptici, somatici e dendritici
- b) la presenza di recettori specifici per gli oppiacei è stata scoperta nel S.N. da Terenius (1973) e messa a punto come mappa da Pearson. Sempre di Terenius la scoperta (1976) che somatostatina e ACTH hanno azione simulantagonista verso i recettori oppiacei del SNC con probabile intervento nella analgesia da agopuntura per azione della stessa sulla loro concentrazione.
- c) la scoperta che la dopamina cerebrale è più importante della norepinefrina e serotonina nella analgesia morfina
- d) che il meccanismo umorale della analgesia non riguarda solo le endorfine, ma tutti i neurotrasmettitori.

Di tutti i meccanismi vengono considerati vari livelli di azione:

LIVELLO PERIFERICO

E' più importante perché al suo livello si effettuano le stimolazioni analgesiche e si localizza la genesi del dolore piuttosto che per i meccanismi analgesici. Però, come già accennato, sui meccanismi elementari, a livello delle sinapsi dendritico-sensoriali, si possono avere questi fenomeni:

- a) inibizione delle fibre cerebrospinali e/o autonome
- b) inibizione umorale antiprostaglandinica
- c) reclutamento di recettori stereospecifici per sostanze oppiacee od altri neurotrasmettitori (prodotti da cellule del sistema APUD/paraneuroni e/o plessi protoplasmatici autoctoni forse sovrapponibili fra loro)
- d) attivazione di un meccanismo ionico (Na⁺) localizzato nei nodi di Ranvier e che modificherebbe la velocità di conduzione.

LIVELLO SOPRASPINALE

Coincide con la formazione reticolare che ha un'azione attivante od inibente a direzione ascendente o discendente. A questo livello si possono spiegare le azioni dei sistemi micro-agopunturistici (craniopuntura, nasopuntura, auricolopuntura).

E' a questo livello che l'agopuntura inibirebbe le vie specifiche sensoriali del dolore. La analgesia prodotta potrebbe corrispondere all'attivazione di interneuroni spinali e trigeminali direttamente o tramite fibre discendenti dal midollo allungato, i cui trasmettitori potrebbero essere la serotonina e la sostanza P. E' sempre a questo livello che il ruolo umorale ed in particolare quello delle encefaline è molto importante nei meccanismi analgesici.

LIVELLO DIENCEFALO-TELENCEFALICO, TALAMO-STRIATO.

Essendo noti da molto tempo i rapporti tra talamo e dolore era logico pensarne un intervento nella analgesia ottenuta con agopuntura. Cheu (1972) , Melzack (1973) ed altri (1976) hanno suggerito ed hanno visto che il nucleo reticolare del talamo può funzionare da secondo cancello inibente tra talamo e corteccia.

E' stata anche dimostrata una modulazione inibitoria del talamo sulla percezione del dolore. Nel ruolo del talamo sul dolore sono importanti i neurotrasmettitori: vedi il fatto che nelle vie del dolore sono coinvolti od associati neuroni contenenti GABA (a. aminobutirrico) o produttori di endorfine.

Da alcuni anni si sa che il nucleo striato è implicato nella analgesia da agopuntura, tramite l'azione della testa del nucleo caudato ed il nucleo accumbens septi, recettore oppiaceo capace anche di inibire la velocità di ricambio dell'acetilcolina (ACH).

L'ipotalamo ha importanza in quanto produttore di endorfine.

LIVELLO CORTICALE

I fattori psicologici, la percezione del dolore e gli effetti della ipnosi agiscono a questo livello. Esistono anche meccanismi umorali. Però se l'ipnosi agisce con un'inibizione della corteccia sul talamo e forse sulla formazione reticolare mesencefalica, non altrettanto succede con l'agopuntura.

Nella corteccia poi i meccanismi neurotrasmettitori e recettori non possono essere separati.

Inoltre, sempre a questo livello, per quanto riguarda l'origine del dolore e la possibilità di stimolazioni analgesiche ricordiamo le fibre Adelta2 e C2 attivate da forti stimolazioni. L'attivazione delle fibre A aumenta la soglia del dolore.

Le fibre C originano nei recettori polimodali e danno sensazioni sgradevoli.

LIVELLO CENTRALE

Primario. Ricordiamo che:

- la stimolazione segmentaria forte e di bassa frequenza aumenta la soglia del dolore;
- il corno dorsale contiene recettori oppiacei
- la stimolazione del nervo trigemino diminuisce la eccitabilità del sistema spinotalamico.

A questo livello troviamo implicate nel meccanismo analgesico:

le fibre Adelta e C

le lamine I,II,III, IV del corno dorsale del midollo spinale.

i nuclei sensoriali dei nervi cranici V e X (tronco cerebrale)

- è a questo livello che si può spiegare la teoria del cancello (del dolore) alla quale bisogna aggiungere una possibile inibizione discendente
- per il meccanismo umorale oltre alla presenza nota dei recettori oppiacei è stato dimostrato che:

le lamine I,II,III contengono recettori specifici per le metaencefaline

il livello primario è ricco di sostanza P positiva (terminali nervosi dei neuroni afferenti primari)

esiste probabilmente un sistema discendente proiettato sulla lamina III del corno dorsale di tipo serotoninergico e sostanza P

- importante è l'organizzazione neuronale trasversale (metamerica) e longitudinale (transmetamerica) che corrisponde ai meridiani.

Esperimenti nel gatto hanno dimostrato che la norepinefrina e la dopamina eccitano i neuroni corticali al contrario della serotonina che li deprime. Nel ratto esistono recettori dopaminergici nella corteccia frontale e nello striato. La morfina deprime l'ippocampo dorsale.

N.B.: Da ultimo accenneremo qualche ulteriore notizia circa la scoperta dei *peptidi oppioidi*, cioè delle sostanze endogene che esplicano azioni simili a quelle

degli oppiacei. In base alle prerogative cliniche degli oppiacei erasupponibile l'esistenza a livello del S.N., anzi della membrana delle sue cellule, di recettori selettivamente specifici per gli stessi. Ciò ha fatto dapprima ricercare questi recettori e successivamente pensare che nell'organismo dovessero fisiologicamente trovarsi delle sostanze che ad essi si potessero legare.

Per quel che riguarda i recettori, sono stati identificati usando oppiacei marcati ad elevata reattività specifica:

- nella materia grigia situata attorno all'acquedotto di Silvio. (Microiniezioni o stimolazioni elettriche dirette provocano analgesia che si elimina con il naloxone, un antagonista oppiaceo).
- nei nuclei del talamo mediale (elaboratori dei dolori profondi non localizzati e soggetti a profonde influenze emotive)
- nel talamo laterale, che si occupa delle sensazioni dolorose localizzate somatotopiche (puntura di spillo)
- nella sostanza gelatinosa del midollo spinale (che integra l'informazione sensoriale)
- nel nucleo caudale del trigemino (che riceve fibre amieliniche C dai nervi trigemino-facciale-glossofaringeo e vago, che trasmettono stimoli dolorosi provenienti dalla faccia e dalle mani).
- nei nuclei solitari del tronco encefalico (che ricevono fibre sensoriali viscerali da vago e glossofaringeo = tosse, ipotensione ortostatica, secrezione gastrica)
- nell'area postrema del tronco encefalico, dove è ubicata la zona di attivazione dei chemiorecettori (nausea, vomito)
- nell'amigdala del cervello, i cui nuclei sono direttamente associati all'analgesia e forse responsabili della condotta emotiva da oppiacei (questi recettori sono stereospecifici e preferiscono isomeri levogiri).

Sostanze endogene sono le:

Encefaline: pentapeptidi, catene di cinque aminoacidi molto simili tra loro e provvisti delle proprietà degli oppiacei agonisti. Sono neurotrasmettitori di sistemi specifici di neuroni cerebrali che partecipano all'integrazione di informazioni sensoriali relative al dolore ed alla emotività, ed altre funzioni non ancora identificate:

- a) si concentrano nelle terminazioni nervose
- b) si trovano nella sostanza gelatinosa del midollo spinale, nell'amigdala e nella parte mediale del talamo.
- c) si trovano anche lungo il decorso del tubo gastrointestinale di molte specie animali. Si pensa che agiscano come la sostanza P e la somatostatina :ormoni alla periferia e neurotrasmettitori nel contesto del S.N.C.

Endorfine: sono il residuo dal 61° al 91° aminoacido della B ipotropina, peptide ipofisario, responsabile della maggior parte dell'attività oppioide dell'ipofisi e con ogni probabilità destinato a non passare nel cervello, ma solo a regolare le funzioni ipofisarie alterabili dagli oppiacei. Ad es., la liberazione dell'ormone antidiuretico (postipofisi) e della ACTH e FSH (preipofisi).

DATI SPERIMENTALI SULL'ESISTENZA DEI PUNTI DI AGOPUNTURA E DEI MERIDIANI

Inizieremo con i lavori di Niboyet sulla minore resistenza alla elettricità di superfici puntiformi e di tragitti cutanei concordati con i punti ed i meridiani dell'agopuntura tradizionale.

Questo autore ha iniziato i suoi esperimenti nel 1946 adoperando corrente continua e li ha ripresi nel 1958 e 1959 effettuandoli sia con corrente continua che variabile.

A) Nel primo caso (corrente continua che permette di evitare i fenomeni di self e di condensatore) gli esperimenti sono stati effettuati rilevando le misurazioni sia tra un elettrodo a grandi dimensioni ed uno puntiforme, che tra due elettrodi puntiformi. La cute era umettata continuamente con alcool a 90° (il che permette di lavorare su una cute che diventa di caratteristiche uniformi). Questo permette secondo l'autore di poter trascurare i fattori anatomici, come la presenza di peli, lo spessore dello strato corneo, la presenza di corpuscoli sensoriali, di ghiandole sudoripare, di vasi sanguigni sottostanti, sia superficiali (però non apparenti) che di notevole importanza (ad es. l'arteria radiale).

I fattori fisiologici presi in considerazione comportavano l'esclusione dagli esperimenti dei soggetti emotivi, l'utilizzazione di soli uomini (indipendenti da eventuali cicli mestruali), la pulizia scrupolosa dal sudore delle zone cutanee sperimentate (e soprattutto, come abbiamo già ricordato, sotto alcoolizzazione continua), il controllo della temperatura cutanea dimostratasi di scarsissima importanza), l'evitare ogni contrazione muscolare. Il mantenere costante la temperatura ambiente ed il contenuto dell'aria non hanno mai dimostrato particolari influenze sull'andamento degli esperimenti.

Per quanto attiene ai fattori patologici sono stati esclusi dagli esperimenti i soggetti con lesioni macroscopiche della pelle e quelli che nella anamnesi presentavano malattie cutanee (ad es. eczemi).

I risultati degli esperimenti in questione si possono così riassumere:

- 1) nelle zone di agopuntura tradizionale esistono punti cutanei di minor resistenza, da un minimo del 20% ad un massimo del 50%.
- 2) Questi punti si trovano simmetricamente sulle parti destra e sinistra del corpo umano.

3) Tra due punti appartenenti al decorso di uno stesso meridiano la resistenza è sempre minore che tra due punti di meridiani diversi ed in più tra i primi due esistono simmetricamente sul corpo tragitti di minor resistenza.

B) Gli esperimenti con correnti variabili a segnali rettangolari o sinusoidali, che sono stati effettuati con ampiezze di circa 10 volts e frequenze che variano da 10 Hz a 150 Hz, quindi nel dominio della bassa frequenza, hanno invece avuto lo scopo di precisare la resistenza elettrica del rivestimento cutaneo. Varrà senz'altro la pena di definire per noi medici che in materia non siamo di solito dei tecnici, la terminologia usata:

- impedenza = generalizzazione della nozione di resistenza
- ammettenza = inverso della impedenza
- reattanza = parte reattiva dell'impedenza che non dissipa energia
- suscettanza = parte reattiva dell'ammettanza
- conduttanza = parte attiva dell'ammettanza che dissipa energia.

Tralasciando anche in questo caso le modalità tecniche degli esperimenti, riportiamo le conclusioni a cui gli stessi hanno portato.

- 1°) l'impedenza cutanea è paragonabile ad una rete di resistenza e di condensatori montati in parallelo.
- 2°) alcuni punti particolari, coincidenti con i punti tradizionali di agopuntura, hanno una impedenza molto debole rispetto ai tessuti circostanti.
- 3°) la diminuzione di impedenza in questi punti è dovuta ad una diminuzione della reattanza.
- 4°) misurando l'impedenza cutanea dello stesso punto con frequenze crescenti la reattanza aumenta.
- 5°) per tensioni superiori ai 20 volts l'equivalente cutaneo non è più lineare. Una delle distorsioni che compaiono può essere un effetto diodo.

Tutte queste differenti caratteristiche si possono impiegare per stabilire misure comparative tra diversi soggetti. I risultati statistici che si ottengono sono preziosi per indirizzare una diagnosi.

C) Per quanto riguarda la dimostrazione della reale esistenza dei punti di agopuntura ricordiamo una metodica, per ora utilizzata solo da laboratori specializzati, che permette il difficile e delicato rilevamento degli stessi. E' usata la registrazione dell'emissione della bioenergia prodotta in quei punti.

D) L'indagine termografica ha permesso di visualizzare stati patologici di punti cutanei coincidenti con quelli tradizionali.

E) Ricordiamo che il dottor Dumitrescu e la sua équipe rumena sono riusciti a fotografare sul punto di agopuntura una emissione di elettroni. La elettronografia ha permesso di avere delle immagini che ricordano la forma di una gemma o di un cratere.

F) In questo capitolo rientrano anche gli esperimenti fatti dal Prof. Roccia nel tentativo di dimostrare che i meridiani rappresentano dei canali di conduzione elettrica, mediante invio di un segnale ritmico elettronico (onda rettangolare), con un ago infisso in un punto distale di un meridiano e la raccolta dello stesso segnale su un altro punto dello stesso meridiano, mediante oscilloscopio o microamperometro.

Lo studio sperimentale si svolge sull'analisi della carica spontanea dopo agopuntura e della carica indotta.

1) La carica spontanea (potenziale) dei punti è stata studiata su:

- A) Un unico meridiano, pungendo punti importanti con aghi già collegati ad un microamperometro. All'inizio si rilevano valori medi di 10-30 microampère che lentamente scendono a zero. Togliendo gli aghi e rimettendoli dopo dieci minuti si ottiene lo stesso fenomeno che risulta più evidente se gli aghi sono più lontani fra loro. In questo modo si può identificare il potenziale ossia il livello medio energetico di ciascun meridiano.
- B) Due meridiani simmetrici collegando due punti uguali. Si hanno tre possibilità:
 - valori uguali (caso raro)
 - lieve discordanza tra valori dell'ordine di più o meno 5 nanoampère (normalità)
 - netta discordanza (frequente segno di malattia)
- C) Ren Mai: sul punto 22 CV si misurano sempre valori superiori a quelli riscontrabili sul punto 2° del meridiano.
- D) Du Mai: ogni punto di questo meridiano raccoglie segnali ritmati provenienti da qualsiasi parte del corpo.

2) Variazioni della carica spontanea dopo agopuntura.

- A) Dopo rotazione in senso antiorario (dispersione) oppure anche senza alcuna stimolazione antioraria, di un ago infisso in un punto di agopuntura, si ottiene la polarizzazione della zona trattata in senso positivo. La saturazione avviene in 15-25 minuti e si realizza in momenti successivi.
 - a) un primo veloce, in cui avviene la polarizzazione dell'ago e la saturazione locale
 - b) un secondo lento in cui si manifesta l'effetto terapeutico (manifestazioni istochimiche locali, interferenza con la trasmissione nervosa dell'impulso nocicettivo) dovuto alla creazione ed al movimento delle correnti elettriche provocate.
- B) Dopo rotazione in senso orario in un punto di agopuntura (tonificazione) si osservano:

- a) rapida caduta della carica verso lo zero
- b) negativizzazione della polarità del segnale, di intensità proporzionale alla stimolazione (durata 10-15 minuti). L'effetto terapeutico è d'origine e modalità analoghe al precedente.

3) La carica indotta.

- A) Carica locale e sua propagazione: si mettono due o più aghi su uno stesso meridiano, ad es. nei punti 3-5-11-15 del LI, lanciando impulsi ad onde quadre d'intensità media per qualche secondo sui punti 3-5 LI. Dopo un certo tempo si raccoglie il segnale sui punti 11-15 del LI e non su punti anche molto più vicini ai predetti. Si notano queste caratteristiche:
 - se gli aghi sono lontani il segnale è debole
 - la carica indotta aumenta in proporzione alla carica proiettata.
 - Caricare un condensatore, aggiunto al tempo di attraversamento di una resistenza mettendo sullo stesso meridiano altri aghi tra quelli presi in esame, si provoca un effetto barriera, che consiste in un aumento del tempo di arrivo del segnale.
- B) Carica locale e zone di focalizzazione: dando impulsi a punti distali di ogni meridiano, si raccolgono sempre segnali a livello della cintura scapolare, della cintura pelvica e di altre zone minori (es.: dal 6 al 9 GV, 20 GV, 15 e 22 CV, 12 ST, 11 BL, 14 LI).
- C) Via metamERICA : punto Iu del polmone sul meridiano della vescica, ad es. 13 BL ed il 5 e 7 LU (collegati con un amperometro): Si stimola elettricamente il 13 BL e dopo 7-10 minuti si evidenzia sul braccio un netto segnale.

N.B.: Rocchia conclude così in merito ai risultati ottenuti con l'agopuntura:

- 1) l'effetto principale è senz'altro quello analgesico per innalzamento della soglia del dolore.
- 2) clinicamente e sperimentalmente (E.E.G.) si ha un'azione sedativa nella ipereccitabilità e nell'insonnia.
- 3) clinicamente si ha un equilibrio di funzioni (peristalsi intestinale, pressione arteriosa)
- 4) sperimentalmente (stimolazione del punto 36 ST) leucocitosi con neutrofilia ed aumento del potere fagocitario e contemporaneo aumento delle globuline.

Si resta attoniti di fronte alla quantità di malattie in cui si può intervenire con l'agopuntura e con la quasi certezza di un effetto terapeutico.

APPENDICE

STIMOLOTERAPIA CUTANEA (secondo Daniand)

L'agopuntura ed ogni altra stimoloterapia di ordine analogo sarebbero in grado di creare questi fenomeni:

- 1) *reazioni cellulari* locali (riflesso d'assone + distruzione cellulare) capaci di determinare a loro volta influssi nervosi elettrici o vascolari.
- 2) *Reazione elettrica*, da determinare, trasmessa per irradiazione.
- 3) *Irritazione neurovegetativa* legata a perturbazioni locali, soprattutto venose, trasmesse per via simpatica, non precisabile, e suscettibile di arrivare: all'organo sofferente, ai centri nervosi superiori, ad organi ad azione metabolica o endocrina, a differenti relais non identificabili.
- 4) *Reazione sensitivo sensoriale* dovuta alla irritazione di recettori cutanei, trasmessa per via cerebrospinale, suscettibile di essere riflessogena a livello midollare o di arrivare alla corteccia cerebrale.
- 5) *Reazione ematochimica* difficile da precisare.

I risultati di tutti questi fenomeni sarebbero:

- a) *l'emissione di segnali* dalla corteccia cerebrale:
 - verso zone specializzate del S.N.C.
 - verso gli organi ammalati e, in questo caso, molte volte secondo una disposizione metamerica.
 - verso tutti i tessuti innervati dell'organismo che utilizzerebbero tali segnali in modo differente, secondo il proprio orientamento.
- b) *modificazioni ematochimiche* di ordine multiplo dovute agli organi ad azione metabolica ed endocrina.
 - leucocitosi marcata (per 4- 5 giorni) non preceduta da leucopenia, con deviazione dello schema di Arneht a sinistra
 - aumento della velocità di diapedesi dei linfociti
 - lieve anemia, se praticata una o parecchie volte.
 - Aumento dei globuli rossi , se praticata una o più volte
 - Iniziale diminuzione delle piastrine seguita da aumento dopo 24-45 ore
 - Aumento della glicemia
 - Aumento della VES
 - Diminuzione del tempo di coagulazione
 - Aumento dell'attività opsonica
 - Tendenza all'alcalosi
 - Iniziale aumento di sodio e potassiemia con diminuzione della calcemia per inversione del fenomeno, sino al rientro nei valori di base. Tali alterazioni si prolungano per molto tempo dopo la stimolazione terapeutica, con interferenze

complesse che possono spiegare, indipendentemente dai risultati ottenuti, alcune reazioni dopo le sedute.

Le reazioni dopo lo stimolo sono di solito: aspecifiche nell'uomo sano, specifiche di riequilibrio fisiologico nell'uomo malato, con effetti di ordine generale ed organico evocanti sia interazioni metaboliche che endocrine sia, spesso, corrispondenza anatomica tra punto stimolato e sintomatologia trattata.

Comunque secondo l'autore, l'azione sarebbe essenzialmente dovuta a reazioni vasomotorie capaci di normalizzare le turbe funzionali organiche e con tendenza ad una autoregolazione a catena.

Secondo Daniaud esisterebbe la possibilità usando la stimoloterapia cutanea di interrompere, tramite un atto terapeutico atossico, una sorta di "tennis" psicosomatico.

Esempio: algia-eretismo oppure il contrario.

Questa possibilità di autoregolazione, sempre secondo l'autore indica anche i limiti di efficacia della stimoloterapia cutanea impiegata da sola.

BIBLIOGRAFIA

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 75) J.Bossy, "Basi neurobiologiche delle riflessoterapie", trad. F.E. Negro, Ed. Masson. | 79) J. Daniaud, "Stimulotherapie cutanee, Acupuncture", Librairie Maloine, 1964. |
| 76) J.F. Fulton, W.H. Howel, "Fisiologia e Biofisica", Soc. Editrice Universo Roma. | 80) "Federazione Medica", Vol. 31, pag. 73-78, 1978. |
| 77) L. Roccia, "Insegnamenti di Agopuntura", Ed. Minerva Medica. | 81) Sembianti Gianni, "Trattato di riflessoterapia agopuntura", Piccin Editore Padova. |
| 78) J.E.H. Niboyet, "Traité d'Acupuncture", Maisonneuve Editeur. | |

LA NUMEROLOGIA

Sotto la voce “numero”, sul Vocabolario Treccani della lingua italiana, si legge:

“Ciascuno degli enti astratti che rappresentano insiemi di unità, ordinati in una successione infinita, nella quale ogni elemento conta un’unità in più rispetto al precedente; tali enti, fatti corrispondere ciascuno a ciascuno degli oggetti che costituiscono un insieme, servono a contarli...”.

In realtà, l’indicare una quantità rappresenta solo uno dei molti aspetti che storicamente appartengono al *numero*; durante i secoli esso è stato spesso studiato più come *simbolo numerico*, carico di significati esoterici, che non come semplice indicatore quantitativo. Sotto la voce “numerologia”, sempre sul vocabolario Treccani, troviamo: “Lo studio, la ricerca e l’interpretazione dei significati simbolici, mistici, magici, occulti che *possono* (corsivo dell’Autore) essere racchiusi nei numeri...”. Nella nostra epoca, parlare di significati simbolici ed occulti suscita spesso perplessità, se non addirittura reazioni di ironica sufficienza.

Secondo Guénon, grande pensatore e studioso di religioni orientali: “La civiltà moderna appare nella storia come una vera e propria anomalia: fra tutte quelle che conosciamo essa è la sola che si sia sviluppata in un senso puramente materiale... Tale sviluppo materiale... è stato accompagnato da un regresso intellettuale che esso è del tutto incapace di compensare. Intendiamo qui... parlare della vera e propria intellettualità..., e ci rifiutiamo di dare questo nome a... la cultura delle scienze sperimentali. Un solo esempio potrebbe permettere di misurare la portata di tale regresso: la *Somma teologica* di san Tommaso d’Aquino era, al suo tempo, un manuale ad uso degli studenti; dove sono oggi gli studenti in grado di approfondirla ed assimilarla?”.

La visione dell’aspetto simbolico del numero che ci è maggiormente vicina, se non altro in senso temporale, è quella di Pitagora (VI sec. a. C.): “*Il numero è la sostanza delle cose*”. Secondo i Pitagorici, i numeri costituiscono la chiave d’accesso privilegiata per la comprensione delle leggi armoniche dell’universo: ogni forma è esprimibile numericamente, ed i numeri stessi sono “archetipi divini” (da *αρχή*, “principio” originario, e *τύπος*, “modello”: quindi, “modello iniziale, originario”). La scoperta che corde vibranti, le cui lunghezze sono esprimibili in termini di proporzioni numeriche, possono produrre specifici suoni, condusse a formulare il concetto di “armonia”: fu il primo passo verso una visione matematica del mondo. Se il numero è principio dell’universo, il rapporto armonico tra i numeri è la sua legge fondamentale.

In tutte le antiche grandi civiltà ritroviamo continuamente (nella religione e nell’interpretazione di testi sacri, nella filosofia, nell’astronomia, nelle arti figurative, ecc.) riferimenti più o meno espliciti al significato simbolico dei numeri quale base di partenza per uno studio approfondito della materia o della struttura dell’opera. In questo capitolo considereremo brevemente il valore simbolico attribuito ad alcuni

numeri, nell'antica Cina; come scrive Granet ne "Il pensiero Cinese": "L'idea di quantità non ha, praticamente, alcun ruolo nelle speculazioni filosofiche dei Cinesi; (essi hanno) un rispetto estremo per i simboli numerici unito a un'estrema indifferenza per ogni concezione quantitativa.". E ancora: "... (i numeri) sono degli emblemi. Ad essi si attribuisce innanzitutto un vero potere descrittivo."

Non si può parlare di numerologia nella tradizione cinese se non citando due testi fondamentali: lo *Hong Fan* (Grande Piano, Piano Supremo) e lo *Yue Ling*.

Lo *Hong Fan* è un piccolo trattato, considerato il più antico saggio della filosofia cinese (la tradizione lo farebbe risalire al II-III millennio a.C.; secondo molti sinologi potrebbe risalire al III o all' VIII sec. a. C.); consta di 9 sezioni, e vi viene spiegata la struttura dell'Universo a partire dai 5 elementi. Si dice che fu consegnato direttamente dal Cielo al mitico Imperatore *Yu il Grande* (colui che, secondo la tradizione, divise il Mondo in 9 regioni); il tramite fu una tartaruga che, uscita dal fiume, consegnò all'Imperatore l'immagine dello schema secondo il quale sono disposti i 5 elementi, ad ognuno dei quali viene assegnato un simbolo numerico (1=acqua; 2=fuoco; 3=legno; 4=metallo; 5=terra) (*Fig. 1*).

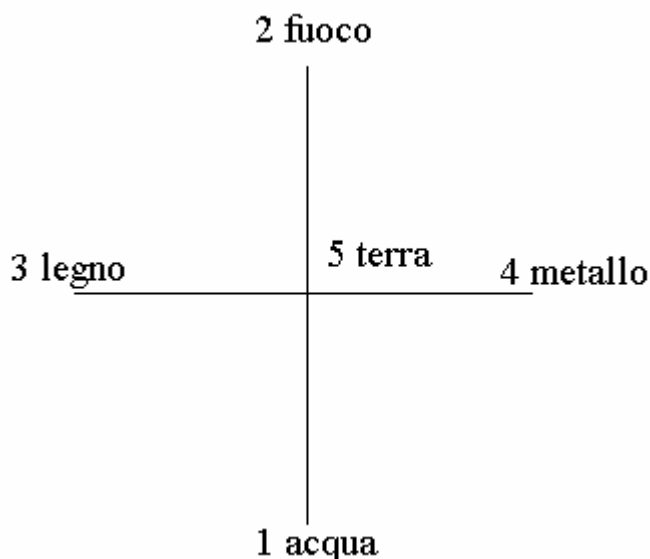


Fig. 1

Lo *Yue Ling* (III sec a. C.) è un almanacco che fornisce per ciascun mese le posizioni dei pianeti e le corrispondenze con i 5 movimenti; a ciascuna stagione è attribuito un numero: 6 (5+1) all'inverno e all'acqua, 7 (5+2) all'estate e al fuoco, 8 (5+3) alla primavera e al legno, 9 (5+4) all'autunno e al metallo, 5 alla fine estate e alla terra. (*Fig. 2*)

Per inciso facciamo notare che, come vedremo più avanti, il 5 nella tradizione cinese rappresenta la Terra, la creazione che si manifesta. Inoltre, la somma di

$6+7+8+9$ è uguale a 30; 30×12 (12 sono i mesi dell'anno) = 360, numero dei giorni del ciclo annuale.

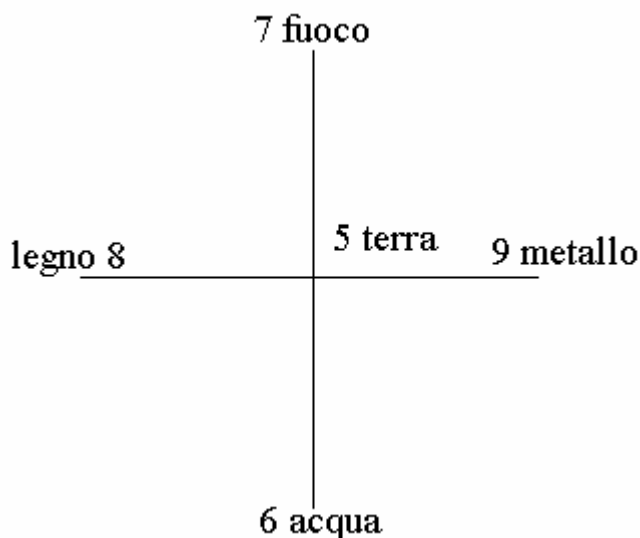


Fig. 2

Nel pensiero tradizionale cinese, il numero 1 simbolizza l'origine di tutte le cose; è tutto ciò che precede la manifestazione, è il "caos" inteso come "caos primordiale", germe di vita totipotente ed indifferenziato, anteriore alla distinzione tra il Cielo e la Terra. Come dice il Granet, è "...l'unità che non può valere 1 perché essa è tutto."

Nello *Hong Fan*, 1 è correlato all'acqua. La vita inizia nell'acqua: essa, che si associa ai Reni, all'inverno, allo Zhi, esprime la volontà che ci permette di portare a termine ciò che è stato intrapreso, la stessa volontà di vivere. La "Unità primordiale" è il punto originario, senza forma e senza dimensione, a partire dal quale vengono prodotte tutte le cose. Spesso l'unità è assimilata a "il centro": di una figura geometrica, quale il cerchio, ma anche "centro" in quanto origine, punto di partenza della creazione. Leggiamo in Guénon "... (il Centro) è il punto principale, senza forma e senza dimensioni, dunque invisibile, e, di conseguenza, la sola immagine che si possa dare dell'Unità Primordiale. Da esso sono prodotte, per irradiazione, tutte le cose, come l'Unità produce tutti i numeri, senza che la sua essenza ne riesca modificata o intaccata in alcuna maniera."

Nella tradizione cinese, l'Unità suprema dell'Universo è la "...unità prima al di là della dualità, ... di volta in volta principio primo ed ultimo, origine e divenire, è colui che crea... di cui non si può parlare, che non si può nominare... Si può solo viverlo in una fusione suprema che sfugge alla nostra manifestazione necessariamente dualistica e multipla." (Kespi).

Essendo l'1 il primo numero, da cui sono nati tutti gli altri numeri, esso prende simbolicamente il posto dell'Imperatore.

Il 2, primo numero pari, è l'emblema della Terra e del quadrato; a partire dal 2 la vita si manifesta negli aspetti a noi noti. Lo Yin e lo Yang della tradizione cinese costituiscono una coppia di principi fondamentali, indivisibili ed interdipendenti, che regola tutte le manifestazioni della vita terrena; nel So Wen cap. 5 si legge: "La Creazione (letteralmente: i 10000 esseri, *wan wu*) comincia con lo Yin-Yang".

Nel mondo manifesto non può esistere un'unità durevole: viviamo in un mondo caratterizzato dalla dualità, dallo scambio, dal continuo movimento. Non esiste un sistema chiuso: la vita che conosciamo presuppone che ogni elemento sia in rapporto con un altro, ad esso opposto e complementare (pensiamo, ad es., al buio e alla luce, alla vita e alla morte, ecc.). Il diagramma del Taiji è l'emblema di questa dualità: il cerchio è diviso da una sinusoide, e viene per metà dipinto di bianco. Ma nel cuore dello Yang/bianco viene lasciato un punto nero, e nello Yin/nero viene disegnato un punto bianco: nella vita terrena non esistono Yin e Yang puri, troviamo sempre un po' di Yin nello Yang e viceversa. I due termini non sono scindibili e subiscono un continuo interscambio, presupposto indispensabile al mantenimento della vita stessa; si sviluppano, crescono o decrescono secondo tutte le possibili sfumature, i possibili gradi di passaggio tra un polo e l'altro del binomio: così come esistono innumerevoli sfumature tra la luce ed il buio, possiamo individuare infiniti stati di passaggio tra una condizione, un aspetto della vita, ed il suo opposto.

Nella tradizione cinese (dove il 2 è simbolo della Terra e del quadrato), il 3 è simbolo del Cielo e del cerchio. L'Unità non sempre viene considerata come un numero, in quanto principio del numero (o, più esattamente, di tutti i numeri). La prima cifra dispari sarà dunque, simbolicamente, il 3, Primo Numero, Numero Perfetto; esso è il figlio dell'unione della coppia primitiva 1/2, è l'Uomo che nasce dall'unione Cielo/Terra. Nel cap. XLII del *Tao Te Ching* si legge: "Il Tao genera l'Uno, l'Uno genera il Due, il Due genera il Tre, il Tre genera i Diecimila Esseri."

Il 3, in quanto somma di 1+2 (dai quali, come già visto, originano simbolicamente tutto il creato e tutti gli esseri viventi), simboleggia il "Totale" numerico, è il fondamento di tutta la creazione, la condizione necessaria affinché la vita appaia.

Nella tradizione cinese, 3 sono i Tre Tesori (*San Bao*): *Qi, Jing e Shen*; 3 sono i mitici Augusti: *Fu Xi, Zheng Non e Huang Di*; 3 sono le anime *Hun* che, alla morte di un individuo, intraprendono il viaggio verso il Cielo (mentre le 7 anime *Po*, legate alle ossa, dopo la morte tornano alla Terra); 3 sono i Riscaldatori (*San Jiao*) e 3 sono i Campi di Cinabro: Superiore, Medio, Inferiore. Anche in molte altre culture e religioni il 3 riveste un importante significato: la Triade ricorre nella rappresentazione simbolica di esseri potenti, che spesso erano figure femminili (ad es., nell'antica Grecia: le Grazie, le Ore, le Parche, le Gorgoni e le Graie, le Erinni e le Eumenidi; presso i Germani del Nord esistevano le tre Norne, figure mitologiche che, come le Parche, intessevano i fili del destino degli uomini). La *Trimurti* indù rappresenta complessivamente Brahma, Shiva e Vishnu; nella religione cattolica, la Trinità esprime simbolicamente il dogma cristiano dell'unità della natura divina nelle sue tre

espressioni: Padre, Figlio e Spirito Santo. Tre sono anche i foglietti embrionali, dai quali tutti gli organi si formano: ecto, meso ed endoderma.

Il 4 è simbolo del quadrato e della Terra. Secondo Kespi, il 4 “evoca le condizioni minime perchè la vita appaia”; è il compimento (2 al quadrato) dello Yin/Yang, della dualità. Secondo Guénon, il quaternario è “sempre e dovunque considerato propriamente il numero della manifestazione universale; esso segna dunque il punto di partenza della “cosmologia”, mentre i numeri che lo precedono (1,2,3) ... si riferiscono strettamente all’ontologia. Il 4 sarebbe “presupposto della manifestazione, nel senso che la presenza di tutti i suoi termini è necessaria allo sviluppo completo delle possibilità che essa comporta”.

Quattro sono le stagioni dell’anno, i punti cardinali (o le quattro regioni dello spazio che vi corrispondono, con i quattro “pilastri” del mondo), le braccia della croce, le fasi della lunazione, le età della vita umana; 4 è anche l’ultimo termine della *Tetraktys* pitagorica (che mostra la relazione che unisce direttamente il quaternario al denario: $1+2+3+4 = 10$). Quattro sono i “mondi” della Cabala ebraica e le lettere del nome di Dio (JHWH). Nell’antica Cina, il Palazzo Imperiale aveva quattro porte; secondo la tradizione erano quattro i mari che circondavano la terraferma, quattro le montagne poste ai confini dell’universo (nelle 4 direzioni celesti), e quattro erano anche i Re legendari che proteggevano Huangdi, il mitico Imperatore Giallo.

Secondo la tradizione, *Yao*, uno dei mitici Imperatori dell’antica Cina, mise ordine nel mondo inviando ai quattro poli quattro delegati: due dei tre fratelli *Hi* e due dei tre fratelli *Ho*; al centro del quadrato, l’Imperatore rimase con il primogenito dei tre fratelli *Hi* ed il primogenito dei tre fratelli *Ho*, formando così un’augusta triade centrale, che risiedeva nella Capitale, al centro del quadrato, e la cui autorità risplendeva in permanenza e si manifestava, tramite i quattro delegati, in ciascuno dei quattro orienti. Vediamo qui come, secondo la tradizione, la divisione dello spazio avvenisse per 5 (i quattro poli ed il centro).

Il *Ming T’ang* (o “Casa del Calendario”) è, nella tradizione cinese, uno spazio simbolico che rappresenta il mondo. *Yu il Grande* (il mitico Imperatore al quale, secondo la tradizione, il Cielo affidò “le 9 sezioni dello Hong Fan”) percorse e misurò le 9 montagne, i 9 fiumi, le 9 paludi, sistemando il suolo che si poté finalmente coltivare ... fu ripartito in campi che erano quadrati e divisi in nove quadrati...”. Con questo “viaggio”, che durava un anno e si ripeteva ogni 5 anni, gli antichi Imperatori cinesi delimitavano simbolicamente l’Impero, dandogli un ordine spazio-temporale e definendo quindi anche le stagioni. Il *Ming T’ang*, o “Casa del Calendario” è rappresentato come uno spazio quadrato (come la Terra), coperto da un tetto di paglia rotondo (come il Cielo), e sorretto da quattro colonne; la tradizione dice che l’Imperatore percorreva periodicamente questo spazio (che rappresentava tutto l’Impero), partendo dal Centro (la capitale), dirigendosi verso Est (nel primo mese di primavera), e proseguendo poi verso Sud, Ovest, e Nord. Al termine, ritornava al centro, nella capitale. Lo spazio del *Ming T’ang* , “...immagine del

Mondo”, come scrive il Granet, è diviso in cinque oppure in nove zone: quello su base 5 è formato da quattro sale disposte a croce e da una sala centrale, ed ognuna delle quattro sale ha 3 aperture verso l’esterno ed 1 verso la sala centrale. Il Ming T’ang su base 9 è formato invece da 8 sale periferiche ed una centrale.

Il 5 è il numero della Terra, simbolizza la creazione che si manifesta. Prodotto dalla somma di 2 + 3 (2: primo dei numeri pari, a partire dal quale le cose acquisiscono un’esistenza; 3: figlio della coppia 1-2, sintesi del Dispari e del Pari; rappresenta il Cielo, il fondamento di tutta la creazione); mentre il 2 e il 3 rappresentano la Terra ed il Cielo nella loro specifica essenza, il 5 ed il 6 simboleggiano la Terra ed il Cielo dal punto di vista della loro manifestazione, nella loro reciproca azione e reazione.

5 è prodotto anche dalla somma di 4+1 (4, condizione indispensabile affinché la vita appaia, unito ad 1, il centro, che condiziona il ritmico alternarsi dei 4 elementi): 5 sono infatti i *Wu Xing*, i “Cinque Movimenti”, su cui si basa l’organizzazione della vita, l’interazione dei “soffi” fra il Cielo e la Terra; 5 sono le note “pure”, quelle che possiedono un nome. Il 5 rappresenta il punto centrale, il perno che unisce le quattro braccia della croce e le dona il movimento: la croce che genera il cerchio. Il cinque è il numero dell’osservatore che, posto al centro, vede le quattro direzioni dello spazio. Anche nello Hong Fan il numero 5 è attribuito al Centro, alla stagione di “fine estate” (stagione che viene spesso rappresentata con i 18 giorni che intercorrono tra la fine di una stagione e l’inizio della successiva).

I fratelli *Hi* e i fratelli *Ho* (che, come abbiamo appena visto sono sei, i quattro delegati ai poli e i due primogeniti in centro) sono figli del Sole; dove 5 è il numero della Terra, 6 è il numero del Cielo. Come già precedentemente accennato, 2 e 3 rappresentano rispettivamente la Terra ed il Cielo nella loro essenza, mentre 5 e 6 sono la Terra ed il Cielo “... nella loro reciproca azione e reazione, dunque dal punto di vista della manifestazione che è il prodotto di tale azione e di tale reazione”. Sia il 5 che il 6 sono formati da 2 e 3, che, sommati, danno 5, e moltiplicati danno 6; entrambi (5 e 6) sono formati da un numero pari e da un numero dispari, ed in molte tradizioni viene loro attribuito un carattere “di congiunzione” (per i Pitagorici, ad esempio, 5 era il “numero nuziale”, somma del primo numero pari, femminile, e del primo numero dispari, maschile).

Il 6 esprime il concetto di unione feconda: la “ruota a 6 raggi” (di origine celtica, ma ripresa durante tutto il Medioevo) è stata interpretata come simbolo solare, ma è in realtà un simbolo del Mondo. Nello Yue Ling, il 6 corrisponde all’Acqua (dove la vita inizia), all’inverno, da dove emergono i soffi Yin e Yang. Numero pari, e quindi Yin, nello *Yi Jing* rappresenta le linee Yin, spezzate. $6 \times 2 = 12$ sono i “soffi celesti” nel loro duplice aspetto Yin/Yang (Tai Yang, Shao Yang, Yang Ming, Tai Yin, Jue Yin, Shao Yin); attraverso di essi, il Cielo feconda la Terra. Anche nella Bibbia, la creazione del mondo avviene in 6 giorni; 6 sono le punte della “stella di David” (o “sigillo di Salomone”), formata da due triangoli equilateri orientati in senso opposto

(interpretati anche come la congiunzione di un triangolo “femminile”, orientato verso l’alto, e di un triangolo “maschile”).

7, somma di 3+4, rappresenta simbolicamente la creazione, l’Uomo che nasce dall’unione Cielo/Terra (3) tra i 4 punti cardinali. Nel cap. I del *So Wen*, 7 e 8 corrispondono a cicli dello sviluppo rispettivamente femminile e maschile: la vita femminile è infatti ritmata dal numero 7, quella maschile dal numero 8.

Nella tradizione cinese, 7 sono gli orifizi superiori che lo mettono in comunicazione con l’esterno (occhi, orecchie, narici, bocca), 7 le anime *Po* (che, correlate al movimento metallo, all’autunno, legate alle ossa, più “pesanti” delle 3 anime *Hun*, tornano alla terra dopo la morte), 7 le passioni che agiscono sull’uomo; 7 sono i pianeti che ruotano intorno al sole, $7 \times 4 = 28$ giorni costituiscono l’intero periodo dell’orbita lunare, e 7 sono i bracci del candelabro ebraico. Nello *Hong Fan*, la settima rubrica è dedicata a tutto ciò che riguarda la divinazione: gli indovini, per praticare la loro arte, usano 49 (7×7) bacchette, e considerano 7 categorie di indizi. Nell’apocalisse di Giovanni, si parla di 7 chiese, 7 corna del drago mostruoso, 7 coppe dell’ira nel “Libro dei sette sigilli”; nell’Antico Testamento, il 7 è spesso associato alla distruzione dovuta alla collera divina. Per i cristiani, 7 sono i doni dello Spirito Santo, i sacramenti, i peccati capitali.

8 può essere il risultato di 4+4, 4×2 oppure di 2 alla terza. E’, simbolicamente, l’impulso vitale che si radica nella terra: 8 sono i Venti che soffiano nelle 8 direzioni dello spazio (i 4 punti cardinali + le 4 direzioni intermedie). E’ quindi seguendo le 8 direzioni dello spazio che il Cielo può comunicare, per mezzo del Vento (che rappresenta, simbolicamente, un emissario del Cielo, il tramite tra Cielo e Terra), con la Terra. Nel cap. I del *So Wen*, come abbiamo già visto, per multipli di 8 si svolge la vita dell’uomo. Nel *Ming T’ang* su base 9 (dove le 9 sale rappresentano le 9 province dell’Impero), 8 è il numero delle sale periferiche che comunicano con l’esterno e corrispondono alle 8 direzioni dello Spazio; la sala centrale corrisponde al Sole e all’Imperatore. 8 sono anche i Trigrammi (assimilati miticamente agli 8 Venti) che, accoppiati tra loro, formano gli $8 \times 8 = 64$ esagrammi dello *Yi Jing* (che esprimono tutte le possibilità di mutazione, di sviluppo, di una determinata situazione). Nel cristianesimo, l’ottavo giorno è il giorno della resurrezione di Gesù Cristo e l’inizio di una nuova era del mondo; spesso gli antichi battisteri (luoghi simbolici di passaggio da uno stato spirituale ad un altro) avevano forma ottagonale.

Ultimo dei numeri semplici, il **9** li riassume tutti, indica che l’opera è completa; somma di 5+4, rappresenta tutte le cose esistenti, la creazione che si manifesta (5) nelle 4 direzioni dello spazio; deriva anche dalla somma di 6 (l’unione feconda, il numero della manifestazione del Cielo in terra) + 3 (simbolo del Cielo e dell’Uomo che nasce dall’unione Cielo/Terra). $9 \times 9 = 81$ sono i capitoli di molti antichi testi cinesi: il *Nei Jing su Wen*, il *Ling Shu*, il *Tao Te Ching*; 9 sono le rubriche dello *Hong Fan*.

Numero dispari, Yang, nello *Yi Jing* è il simbolo numerico che rappresenta le linee Yang, intere.

Nella tradizione cinese, 9 sono gli orifizi del corpo umano (7 in alto e 2 in basso, ano e sfintere uretrale), 9 l'insieme degli organi e visceri del corpo (5 *Zang* e 6 *Fu*). Quando *Yu il Grande*, il mitico Imperatore, dovette riorganizzare la Cina, percorse e misurò le 9 Montagne, i 9 Fiumi, le 9 Paludi, e divise infine il Mondo in 9 regioni che corrispondevano ai 9 Cieli e alle 9 Sorgenti Gialle (dove si riuniscono le anime dei defunti); l'intero territorio fu diviso in campi quadrati, ognuno diviso a sua volta in 9 quadrati. Il suolo si poté così finalmente coltivare: otto famiglie coltivavano ciascuna un campo, mentre il nono veniva lavorato da tutta la comunità a favore del Signore della Provincia.

Il **10** è simbolo della pienezza e della perfezione. Rappresenterebbe il passaggio ad un altro livello: il suo valore numerico è $1+0=1$: l'unità, ma in un altro ciclo. Primo multiplo di 5 (5×2), è fondamento del sistema decimale; la divisione decimale costituisce la misura naturale delle linee rette. Il cap.X del *Ling Shu* descrive la formazione dell'essere umano ed il cap. X del *Su Wen* descrive l'essere umano nella sua completezza. Secondo la tradizione cinese, 10 è il numero che corrisponde al Sole (dove 12 corrisponde alla Luna), e 10 sono i Tronchi Celesti, che corrispondono ai 5 movimenti (ad ognuno dei movimenti corrispondono 2 Tronchi Celesti, uno Yin ed uno Yang): rappresentano l'influsso del Cielo sulla Terra. Nella tradizione ebraica, 10 sono le *sephirot* (emanazioni divine) della *Kabbala*: vengono rappresentate anche come un albero che ha le radici nel cielo e la chioma piantata in terra.

L'**11**, risultato di $5+6$, riassume il pari e il dispari, il Cielo e la Terra. Viene definito simbolo della "unione centrale del Cielo e della Terra". Nelle tradizioni ermetica e cabalistica, il numero 11 è la sintesi del "microcosmo" e del "macrocosmo" (rispettivamente rappresentati dal 5 e dal 6. Il numero 22 (11×2 , e cioè primo multiplo di 11) è molto importante dal punto di vista cabalistico; è anche il numero delle lettere dell'alfabeto ebraico. Nel cap. XI del *So Wen* si parla dei 5 organi *Zang* e dei 6 visceri *Fu*.

Il **12** può essere diversamente interpretato: in quanto 6×2 , vi ritroviamo il simbolismo del 6 nel suo duplice aspetto Yin e Yang. Come abbiamo già detto, 6 sono i Soffi Celesti che animano l'Uomo. 12 sono i Rami Terrestri, attributi della Terra, ma nati dai 6 Soffi Celesti; essi, abbinati ai 10 Tronchi Celesti (attributi del Cielo ma nati dai 5 elementi) designano e caratterizzano, dal punto di vista energetico, ciascun anno. 12 sono i mesi dell'anno (e 12 erano i "tubi sonori" dell'antica Cina, in rapporto con i 12 mesi dell'anno, secondo lo *Yue Ling*, il "Trattato del Calendario"); 12 sono i segni zodiacali e, come abbiamo già visto, il 12 era, nella tradizione cinese, il numero che corrispondeva alla Luna. In quanto somma di $9+3$, rappresenta tutto ciò che esiste. 12 era il fondamento dell'antico sistema numerico babilonese, e 12 divinità olimpiche costituivano, a partire dal V sec. A.C., il

pantheon greco. La divisione duodecimale costituisce la misura delle linee circolari (dove quella decimale, come abbiamo visto, misura le linee rette).

BIBLIOGRAFIA

- 1) René Guénon “*Simboli della Scienza sacra*”, ed. Adelphi, Milano 1994.
- 2) René Guénon “*La Grande Triade*”, ed Adelphi, Milano 1993.
- 3) H. Biedermann “*Enciclopedia dei simboli*”, ed. Garzanti, 1995.
- 4) J.M. Eyssalet “*Les cinq chemin du clair et de l’obscur*” ed. Trédaniel, Paris, 1998.
- 5) M. Granet “*Il pensiero cinese*”, ed. Adelphi, Milano, 1971.
- 6) J.M. Kespi “*Acupuncture*”, ed Maisonneuve, Paris.

APPENDICE

NOMENCLATURA STANDARD INTERNAZIONALE DEI PUNTI

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha messo a punto un sistema di sigle da adottare ufficialmente a livello internazionale in luogo delle abituali sigle inglesi, italiane o francesi. Tali sigle dovrebbero essere ormai seguite da tutti, dagli Stati Uniti all'Europa all'Oriente, ma moltissimi testi, soprattutto quelli meno recenti, adottano ancora le sigle inglesi, o quelle francesi, o quelle italiane. Qui di seguito sono riportati i nomi e le sigle dei meridiani e dei punti secondo le varie scuole.

NOME ITALIANO	NOME INGLESE	NOME CINESE (PINYIN)	SIGLA ITAL.	SIGLA INGL.	SIGLA FRANC.	SIGLA OMS
Polmone	Lung	Shou Tai Yin (FEI)	P	L (Lu)	P	LU
Grosso Intestino	Large Intestine	Shou Yang Ming (DA CHANG)	GI	LI	GI	LI
Stomaco	Stomach	Zu Yang Ming (WEI)	St	St	E	ST
Milza-Pancreas	Spleen	Zu Tai Yin (PI)	MP (M)	Sp	Rt	SP
Cuore	Heart	Shou Shao Yin (XIN)	C	H (Ht)	C	HT
Intestino Tenue	Small Intestine	Shou Tai Yang (XIAO CHANG)	IT	SI	IG (Ig)	SI
Vescica	(Urinary) Bladder	Zu Tai Yang (PANG GUANG)	V	UB	V	BL
Rene	Kidney	Zu Shao Yin (SHEN)	R (Rn)	K	Rn	KI
Maestro del Cuore	Pericardium	Shou Jue Yin (XIN BAO)	MC	P	MC	PC
Triplo Riscaldatore	Triple Burner (Energizer)	Shou Shao Yang (SAN JIAO)	TR	TB (SJ)	TR	TE
Vescica Biliare	Gallbladder	Zu Shao Yang (DAN)	VB	GB	VB	GB

Fegato	Liver	Zu Jue Yin (GAN)	F	Liv	F	LR
Vaso Concezione	Conception Vessel	REN MAI	VC	Ren	VC	CV
Vaso Governatore	Governor Vessel	DU MAI	VG	Du	VG	GV