



IL 2014: ANNO DEL CAVALLO (Mǎ 马) LEGNO YIN



A cura di: **Carlo Di Stanislao, Rosa Brotzu, Giuliana Franceschini¹**.

"Vedere l'invisibile è proprio del cuore e di chi, dal silenzio del cuore, sa guardare nel metafisico"
Enzo Bianchi

Riassunto: Il 2014, sotto il segno del Cavallo, nel dominio del Legno Yin, sarà un anno dominato dall'Umidità, con Presidenza Celeste affidata al Tai Yin e risposta terrestre basata sul Tai Yang. Sono qui descritte le patologie derivanti da combinazione fra Umidità ed altri Perversi e ci si sofferma sui trattamenti esterni ed interni relativi a turbe respiratorie, intestinali, pelviche, reumatiche, cutanee e neoplastiche che dovrebbero risultare frequenti in tale periodo.

Parole chiave: 2014, Umidità, Legno Yang, Tai Yin, Tai Yang.

Summary: In 2014, under the sign of the Horse, in the domain of Yin Wood, will be a year dominated by humidity, with President Celeste entrusted to Tai Yin and Yang Tai response Terrestrial based. This describes the pathologies resulting from the combination of humidity and other Perverse and we focus on the external and internal treatments related to respiratory, bowel, pelvic pathology, rheumatism and skin disorders and cancer, that should be frequent during this period.

Keywords: 2014, Moisture, Wood Yin Tai Yin Tai Yang.

Zhāiyào: 2014 Nián, mǎ de biāozhì xià, zài yáng mù yè de lǐngyù, jiāng shì jīnnián shòu shīdù wéi zhǔ, wèi zǒngtǒng suǒ jiāofù de jīchǔ tàiyīn hé yáng dì xiāngyìng Terrestre. Zhè shuōmíng cóng shīdù hé qítā bù zhèngdàng de zǔhé chǎnshēng de bìngzhèng, wǒmen zhuānzhù yú xiāngguān de hūxī xìtǒng jíbing, cháng dào, péngqiāng téngtòng, fēngshī, pífū ái, bìng yīng zài cǐ qíjiān pínfán de wàibù hé nènni zhìliáo.

Guānjiàn cí: 2014, nián, shuǐ fèn, mù yáng ,tài yīn tài yáng.

¹ Si ringrazia Antonio Brucoli, terapista shiatsu e tuina, membro del Centro Studi I D'O, socio ordinario della Federazione Italiana Shiatsu.

Dal 31 gennaio 2014 al 18 febbraio 2015 saremo, secondo il calendario tradizionale cinese, sotto il **segno del Cavallo**, nel **dominio del Legno Yang**, in un periodo che favorirà le relazioni e le unioni, la costituzione di gruppi ed il superamento delle rivalità.

In questo arco di tempo la timidezza eccessiva sarà stemperata, saremo inclini a parlare, confrontarci e confortarci reciprocamente, capaci di stringere amicizie, tendenti ad intuizioni sagaci dettate più dall'istinto che dalla ragione.

Fra i 12 animali dello zodiaco cinese, infatti, il Cavallo ha volontà e spirito indistruttibili e ci induce ad affrontare la vita con filosofia e grande pazienza, riuscendo a fornire grande abilità nel risolvere i conflitti.

Si dice che i nati sotto tale segno abbiano un insaziabile bisogno di essere stimolati intellettualmente e soddisfano la loro curiosità leggendo, ascoltando, comunicando e viaggiando, divenendo facilmente leader che incoraggiano i subalterni con gentilezza, equilibrio e giusta severità.

Nel campo finanziario, i guadagni si collocano in una via di mezzo: non bassissimi ma neanche eccellenti, comunque soddisfacenti, per cui, nell'anno, ci si aspetta un recupero, anche se non completo, della recente e drammatica crisi iniziata nel 2007.

segno del Cavallo



da: http://it.123rf.com/photo_8245516_segno-dello-zodiaco-cinese-cavallo.html

dominio del legno



da: <http://www.tuttocina.it/tuttocina/simbologia/5elem.htm#.UqB-9cbDRTB>

Yjǐ



山 人 云 陰
Collina Persone sotto un tetto Nuvole YIN

da: http://www.mirkoparente.net/blog/?page_id=45

Secondo la classica divisione in periodi della tradizione cinese avremo si prevede quanto riportato nella sottostante tabella:

CALENDARIO CINESE ANNO 2014

a cura di Antonio Brucoli

Periodo lunisolare			Longitudine del Sole	Data iniziale	Quinta stagione
ideogrammi	nome	significato			
立春	Lìchùn	inizio della primavera	315 °	04-feb-14	
雨水	Yǔshuǐ	acqua piovana, pioggia	330 °	19-feb-14	
惊蛰	Jīngzhé	risveglio degli insetti	345 °	05-mar-14	
春分	Chūnfēn	equinozio di primavera	0 °	21-mar-14	
清明	Qīngmíng	irradiazione limpido	15 °	05-apr-14	17-apr-14
谷雨	Gùyù	pioggia della valle	30 °	20-apr-14	18 giorni
立夏	Lìxià	inizio dell'estate	45 °	05-mag-14	
小满	Xiǎomǎn	piccola pienezza	60 °	21-mag-14	
芒种	Màngzhòng	semi nelle spighe	75 °	06-giu-14	
夏至	Xiàzhì	solstizio d'estate	90 °	21-giu-14	
小暑	Xiǎoshù	piccola canicola	105 °	07-lug-14	17-lug-14
大暑	Dàshù	grande canicola	120 °	23-lug-14	21 giorni
立秋	Lìqiū	inizio dell'autunno	135 °	07-ago-14	
处暑	Chùshù	fine della canicola	150 °	23-ago-14	
白露	Bàilù	rugiada bianca	165 °	08-set-14	
秋分	Qiūfēn	equinozio d'autunno	180 °	23-set-14	
寒露	Hànlù	rugiada fredda	195 °	08-ott-14	20-ott-14
霜降	Shuāngjiàng	discesa della brina	210 °	23-ott-14	18 giorni
立冬	Lìdòng	inizio dell'inverno	225 °	07-nov-14	
小雪	Xiǎoxuě	piccola neve	240 °	22-nov-14	
大雪	Dàxuě	grande neve	255 °	07-dic-14	
冬至	Dòngzhì	solstizio d'inverno	270 °	22-dic-14	
小寒	Xiǎohàn	piccolo freddo	285 °	06-gen-15	17-gen-15
大寒	Dàhàn	grande freddo	300 °	20-gen-15	18 giorni
					04-feb-15

capodanno cinese 31-gen-2014

anno del cavallo

legno yang

ciclo 78 - anno 甲午 (Jia Wu)

Da questo si desume che oltre ad un eccesso di Shao Yang con minaccia costante per Milza-Stomaco e per il Metallo (ovvero il binomio composto da Polmone e Grosso Intestino), avremo a che fare con l'Umidità come dominanza Celeste, e circa le relazioni mesi e Perversi (Xie, Liu Yin), avremo: la stessa Umidità in Febbraio, il Vento in Marzo, Vento ed Umidità in Aprile, Calore in Maggio e Giugno, Canicola in Luglio, Secchezza in agosto, Vento Secchezza in Settembre, Vento-Freddo-Umidità ad Ottobre e Freddo da Novembre a Gennaio, con estremizzazione di questa Energia nell'ultima parte dell'anno. Tutto questo è importante perché, oltre alle scelte generali², in dietetica e farmacologia dovremo collimare alimenti e prescrizioni in rapporto alle Energie Esterne che dominano la stagione in generale e le sue parti in relazione ai periodi. Va anche ricordato lo schema stagionale dei Meridiani Tendino Muscolari a cui vanno aggiunti, in dispersione, i punti della Energia Dominante in quella Stagione.

² Vedi: http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Giugno_2002/fitoterapia_e_dietetica_stagionali.htm.

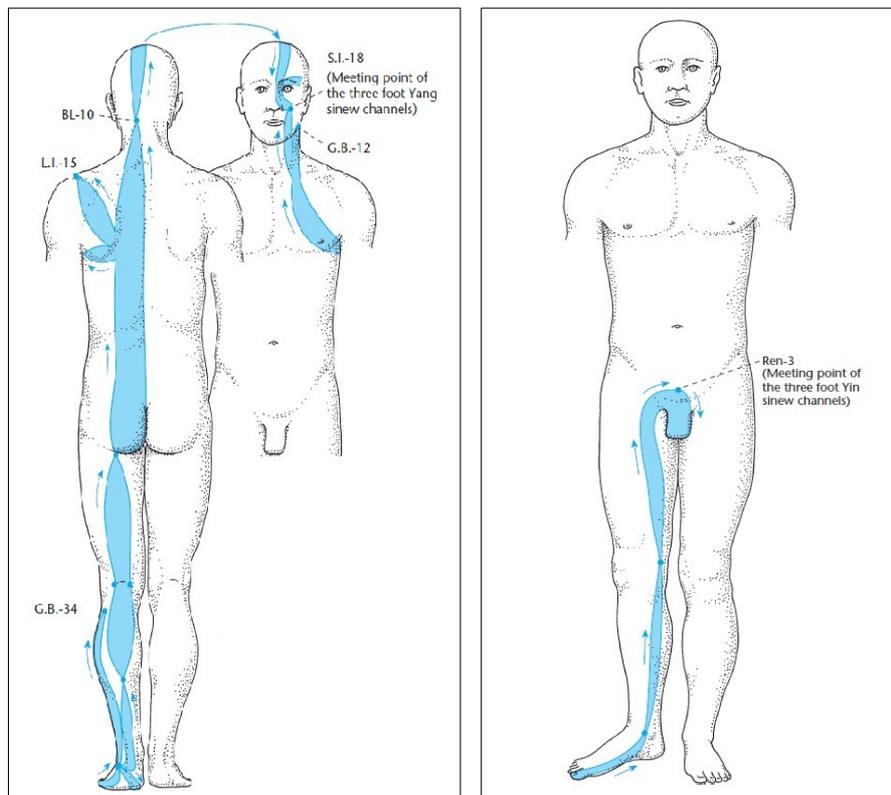
RELAZIONI STAGIONI

Meridiano	Mese Lunare	Mese
Zu Shao Yang	1° meng	1° mese primavera
Zu Tai Yang	2° zhong	2° mese di primavera
Zu Yang Ming	3° ji	3° mese di primavera
Shou Yang Ming	4° meng	1° mese di estate
Shou Tai Yang	5° zhong	2° mese di estate
Shou Jue Yin	6° ji	3° mese di estate
Zu Shao Yin	7° meng	1° mese di autunno
Zu Tai Yin	8° zhong	2° mese di autunno
Zu Jue Yin	9° ji	3° mese di autunno
Shou Jue Yin	10° meng	1° mese di inverno
Shou Tai Yin	11° zhong	2° mese di inverno
Shou Shao Yin	12° ji	3° mese di inverno



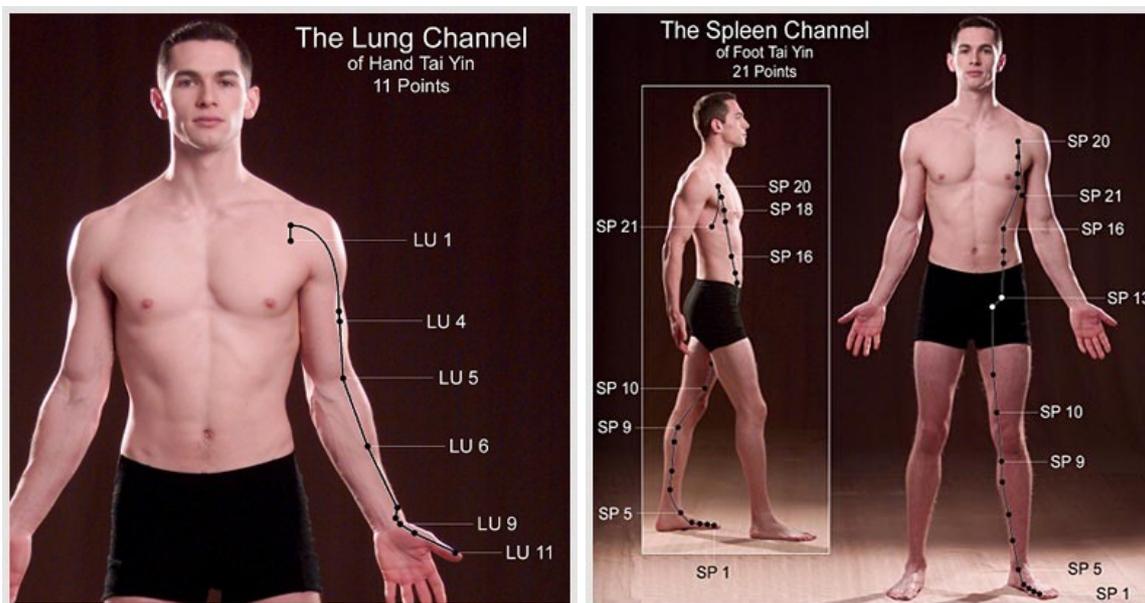
Ad esempio, in Febbraio, trattare 44BL, 41BL, 18SI e, in dispersione, 34GB per l'Umidità. In Settembre, 1SP, 3SP, 3CV e, dal momento che il Vento è già eliminato dal punto Ting e l'Umidità dal punto Shu, aggiungere il 9SP per il Freddo.

Aree e punti da trattare con massaggio Tuina



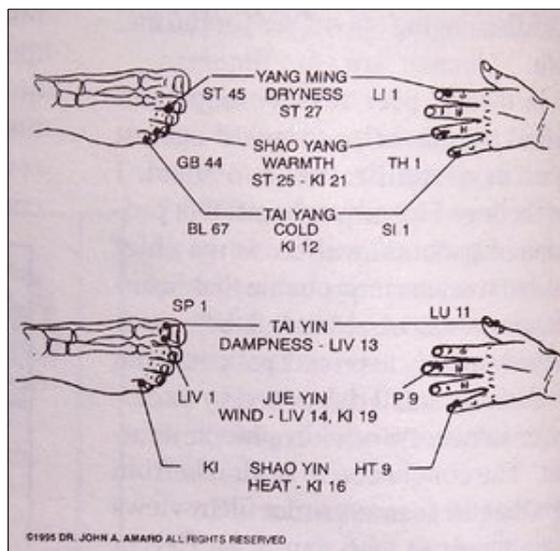
Tornando ad aspetti generali, secondo i libri XIX e XX del Sowaen, la dominanza Celeste sarà Tae Yin, la risposta Terrestre Tai Yang, il punto attivo di equilibrio generale il 3TB (Zhongzhu), da pungere con puntura di durata media, relativa a tre atti respiratori completi secondo la tradizione e pertanto a circa 30 minuti secondo i parametri moderni.

Tae Yin



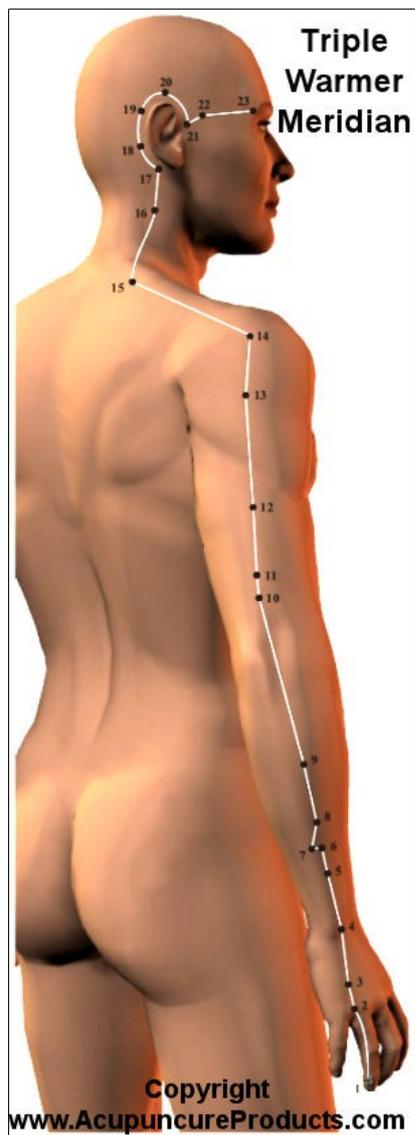
Da: <http://detoxificationcentre.com/What-is-meridian-system-in-acupuncture.html>

Tai Yang



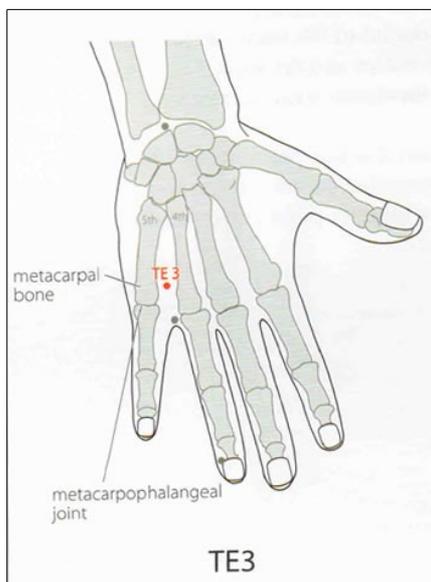
Da: <http://www.dynamicchiropractic.com/mpacms/dc/article.php?id=39489>.

3TB



Da: http://www.acupunctureproducts.com/acupuncture_meridian_tw.html

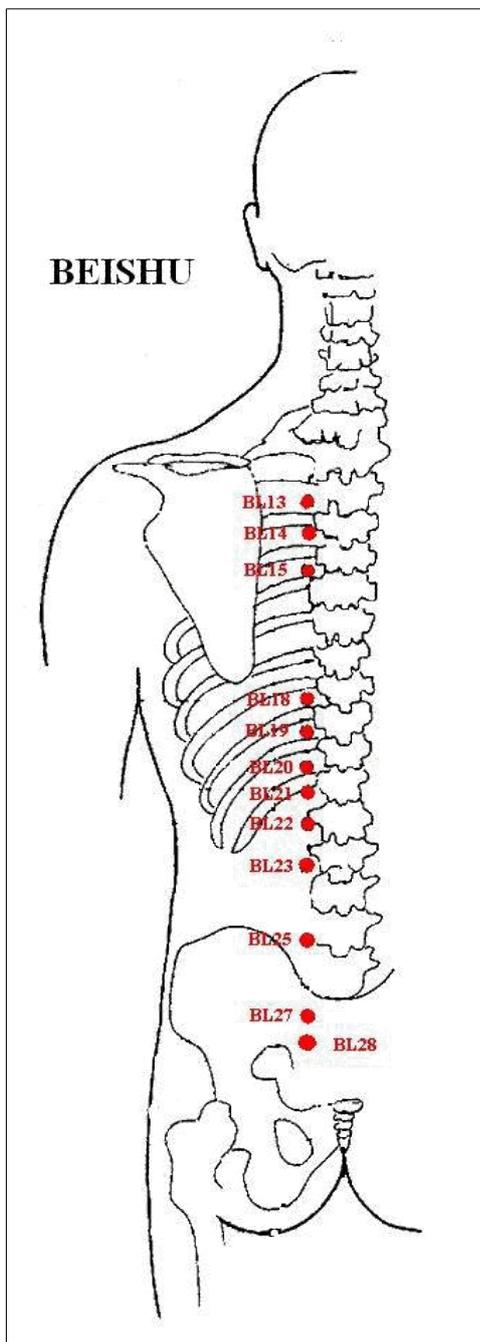
Zhongzhu



Vedi: <http://www.acucn.com/en/acupoint/te/201101/230.html>

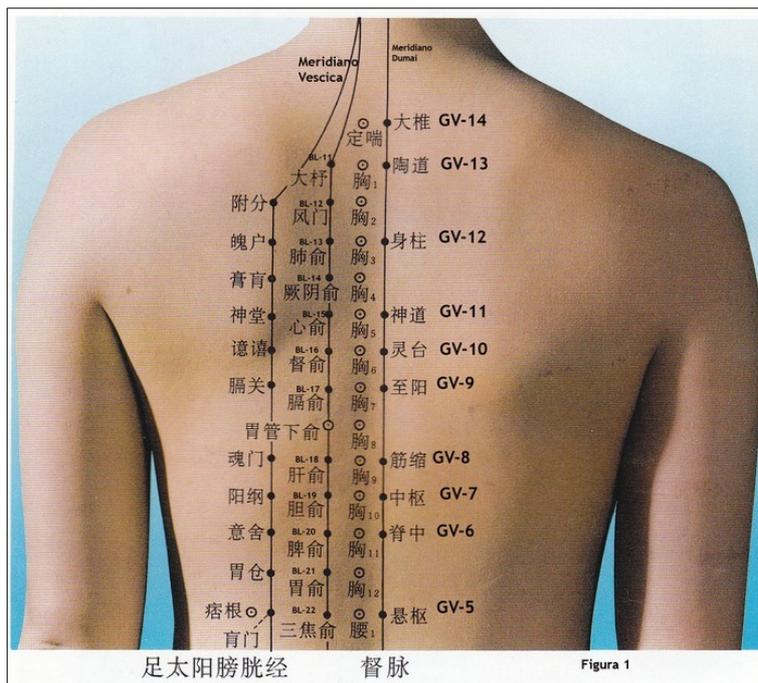
La risposta terrestre è affidata al Tai Yang e, pertanto, attivi saranno i punti di Piccolo Intestino e Vescica, sicché per le diverse patologie saranno molto utili gli Shu del Dorso per forme più organiche ed i punti Ben Shen della Branchia Esterna per quelle più a carattere psichico.

Shu del Dorso



Da: <http://www.tuinamassaggio.it/jingluo.html>

Ben Shen

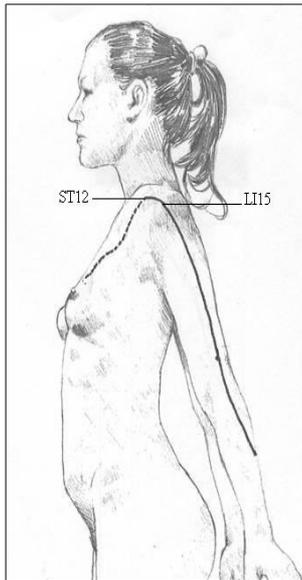


Da: http://www.salutemigliore.it/diagnosi_attraverso_la_palpazione.html

Quanto al Piccolo Intestino (Xiao Chang), esso sarà da impiegare nelle turbe di natura psichica, nei disturbi addominali acuti dalle verdure crude e nei soggetti che iniziano mille cose ma non ne portano a compimento nessuna.

Particolarmente utile è il punto Luo (7SI) unitamente al punto 14SI.

Luo (7SI)



LUO BIE, SI7

- ▣ Percorso: "dal punto Si 7 sale al gomito (SI8) e si lega (Luo) alla spalla al LI15." passa a ST12 per scendere lungo la mammella.
- ▣ E' il punto che regola l'accettare una critica
- ▣ Accettare le critiche permette di riesaminare i pensieri, le azioni : e il SI che torna a separare il puro dall'impuro.
- ▣ Accettare la diversità intellettuale per evolvere
- ▣ La critica indica la via del cambiamento.
- ▣ Il cambiamento è una virtù del cuore
- ▣ SI7 governa le scelte razionali

PIENO DI LUO BIE STY, SI7

Sintomi: "Articolazioni rilasciate, gomiti paralizzati"

- ▣ Persona severa, testarda, rigida nel fare le cose
- ▣ Se in pieno l'intelletto opprime le emozioni e limita il modo in cui ci si comporta. (gomiti paralizzati)
- ▣ Tutto ciò che si fa e ogni giudizio sulle sensazioni dipende da un razionale assurdo.

VUOTO LUO BIE DI STY, SI 7

Sintomi: "Verruche piccole e numerose" ZYJing "Feci dure e piccole" JY

- ▣ Insicurezza rispetto alle proprie azioni, continuo ritorno sui propri pensieri, amnesia, dimenticanza di ciò che si è fatto: ho spento il gas? Ho chiuso la porta? Non è mai sicuro di aver compiuto veramente un'azione.
- ▣ Non accetta la critica, incapace di riesaminare i pensieri, le azioni, i sentimenti
- ▣ Feci dure e piccole indicano incapacità di digerire completamente: può trattenere solo informazioni frammentarie, a piccole dosi.

Va qui ricordato che il Piccolo Intestino è legato ai Liquidi Ye ed un difetto della loro circolazione, con turbe endocrine ad esempio, sarà piuttosto frequente in un anno dominato dalla Umidità. Punti importanti saranno in questi casi il 26BL, l'1SI, ST 12 ed il punto Extra Si Shen Gong. Dominando l'Umidità saranno frequenti borborigmi, diarree, dolori reumatici, essudazioni ed ulcere cutanee, oltre a turbe cardiometaboliche ed edemi di origine diversa: marantica, meccanica, angioneurotica, cardiaca e/o renale. Importante saranno i punti 12CV, 3SP, 20BL, 13LR, 40ST, 19ST, 16SP, soprattutto da stimolare con moxe e coppette. Per le forme localizzate in alto sarà da trattare il punto 2PC, per quelle commiste di Vento ed Umidità (orticaria papulosa, dermatiti pruriginose anali e genitali) il punto 31GB. Il massaggio Tuina sarà da effettuare, in generale, sui Meridiano Shao Yang dell'alto e del basso, in dispersione e su quello Zu Tai Yin in tonificazione adottando tecniche che dissipano l'Umidità come: Tui Fa³, Gu Fa o Rou Fa⁴, Fen Fa⁵, e Dou Fa⁶. Utile l'aromatomassaggio sui Meridiani ed i singoli Punti con Oli Essenziali in concentrazioni sino al 4% in olio neutro (meglio di Oliva) atti a disperdere l'Umidità. Secondo molti AA l'Umidità, commista a Freddo o Calore, invade soprattutto i Tre Riscaldatori, causando diverse patologie. In caso di Freddo ed Umidità le urine sono abbondanti e chiare, l'alvo stitico, l'induido abbondante, scollabile e chiaro, il polso Scivoloso, Lento e Profondo. Se vi sono Umidità e Calore, le urine sono scarse e cariche, l'alvo diarroico con bruciore anale dopo la defecazione, l'induido sottile, giallastro e adeso il polso Rapido, Superficiale e Scivoloso. Nel primo caso sono frequenti le litiasi renali da ossalati, nel secondo da fosfati ed urati, oltre alle calcolosi delle vie biliari.

³ Si usano il palmo, il pugno o il pollice, per "spingere" una zona cutanea e causare così uno scollamento o un riscaldamento della stessa.

⁴ Tecnica di "impastamento". Si effettua in maniera decisa per disperdere o lenta per tonificare, compatibilmente con le zone trattate.

⁵ Si stira un punto della cute tirandolo in direzioni opposte con i pollici, come per causare una separazione. È disperdente.

⁶ Tecnica di manipolazione degli arti. Si prende l'estremità del braccio o della gamba e la si scuote delicatamente, cercando di trasmettere una vibrazione all'arto stesso. È una tecnica di rilassamento e dispersione, ma viene anche utilizzata per smuovere situazioni di Stasi.

Utili per massaggio saranno:

DRENANO L'UMIDITA'

- Benzoino
- Betulla
- Ginepro
- Levistico (espellente violento)
- Pompelmo
- Prezzemolo
- Tuia (espellente violento)



CALORE-UMIDITA'

- Albero del Te (Riscaldatore Inferiore)
- Abete Bianco (Riscaldatore Inferiore)
- Cajeput (Riscaldatore Inferiore)
- Cedro (Riscaldatore Inferiore)
- Eucalipto citriodora (Riscaldatore Superiore)
- Levistico (Riscaldatore Medio e Inferiore)
- Niaouli (Riscaldatore Inferiore)
- Perpetuino (Riscaldatore Medio)
- Sandalo (Riscaldatore Inferiore Levistico (Riscaldatore Medio e Inferiore)
- Niaouli (Riscaldatore Inferiore)
- Perpetuino (Riscaldatore Medio)
- Sandalo (Riscaldatore Inferiore)

UMIDITA' CON ALTRE XIE

- Benzoino (Umido-Freddo)
- Betulla (Vento-Umido-Freddo)
- Cannella (Umido-Freddo)
- Coriandolo (Umido)
- Gaultheria (Vento-Umido-Freddo)
- Issopo (Umido-Freddo)
- Limone (Umido)
- Litsea (Vento-Umido-Freddo)
- Picea mariana (Vento-Freddo)
- Pinus palustris (Vento-Umido-Freddo)
- Sassofrasso (Vento-Umido-Freddo)
- Sedano (Vento-Umido)
- Storace (Freddo)
- Tuia occidentale (Umido-Freddo)

In tutti i casi saranno da evitare latte e latticini soprattutto freschi e grassi animali e da preferire alimenti insipidi (diuretici) ed amari che asciugano l'Umidità. Particolarmente in grado di drenare l'Umidità sono: anguilla, gamberetti, carne di manzo, pollo, quaglia, avena, asparagi, carota, ciliegia, fava, melone, pera (ma con moderazione, essendo ricca di acqua), noce, origano, thè, uva. Per sostenere la Milza saranno utili cereali, carne di bue, e di pollo, uova, giuggiole, ciliegie, cocco, liquirizia, soia e melone, carrube e miele e sconsigliati l'eccesso di condimento, il vino rosso, gli amidacei e tutti gli zuccheri raffinati. Mangiare lentamente, in buona compagnia e non variare l'orario dei pasti sarà imperativo. Molto utili, data la risposta Terrestre su Tai Yang, sono alimenti che impattano sulla Vescica (riccio di mare, gamberetti, piccione, prosciutto, cinghiale, formaggio fermentato, uova di pesce, ceci, piselli e sul Piccolo Intestino (asparago, mandorla, buccia di arancia e di mandarino, tè, fegato di maiale e valeriana). La penetrazione di Umidità sarà contrassegnata da senso di pienezza e di pesantezza, cefalea e confusione mentale soprattutto al mattino, dolore localizzato alla fronte, catarro, edemi, senso di oppressione toracica ed epigastrica, lingua gonfia con impronte dentali, polso Scivoloso (Hua). Per rafforzare Milza e Stomaco, capaci di risolvere l'Umidità, saranno particolarmente utili quaglia, porcini e rafano.

Vi sono molte ricette cinesi contro l'Umidità, ma particolarmente utile è quella con soia verde e semi di Plantagine:

RICETTA SEMPLICE

Soia verde con *Cheqianzi* (semen plantaginis)

Ingredienti: soia verde 60 gr. *Cheqianzi* 30 gr.

Avvolgere i semi di *Cheqianzi* in una garza di cotone e cuocerli in acqua insieme alla soia verde. Alla fine della cottura mangiare solo la soia gettando i semi di Plantagine che risultano irritanti per la gola.



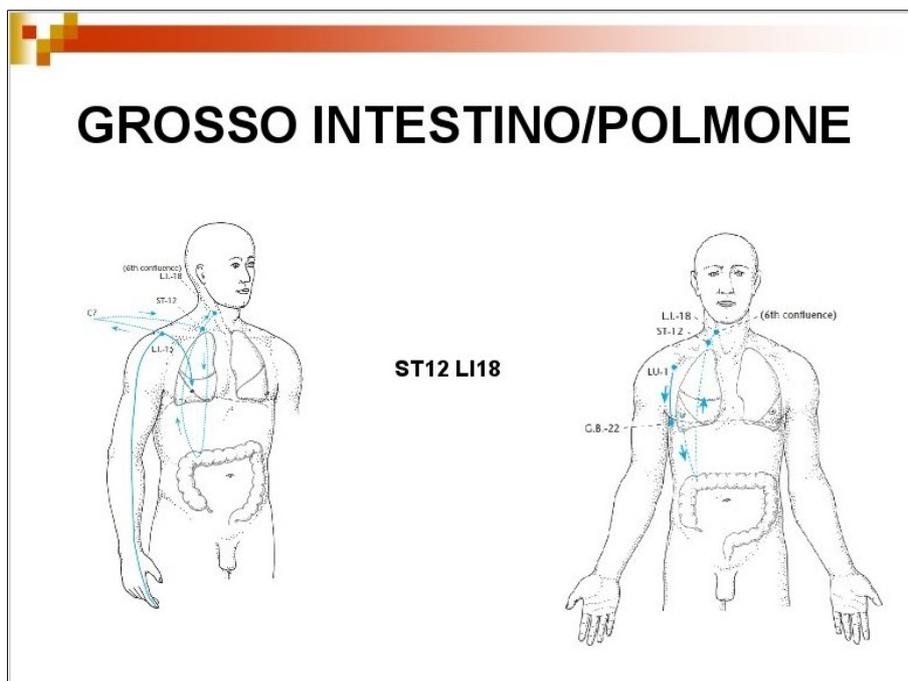


Ricordiamo che l'assunzione di cibi grassi, dolci, latticini, alimenti piccanti ed alcool genera Umidità e Calore con distensione addominale, anoressia, astenia, bruciore anale e, in questi casi, è tassativo impiegare cibi drenanti, capaci di attivare la diuresi e con essa l'eliminazione dell'Umidità accumulata, oltre ad alimenti di natura rinfrescante per contrapporsi al Calore. Pesce fresco, carne magra di maiale, pere, insalata, indivia, riso, sono di grande utilità. Ristagnando nel corpo l'Umidità si trasforma in Catarro (Tan), che da luogo, per Stasi di Sangue a dolori reumatici cronici e tenaci definiti Xubi. La terapia dovrà permeabilizzare i Vasi Luo, nutrire Fegato e Rene e sostiene la Zhengqi. Il Guasha⁷ e le Coppette sulle articolazioni dolorose, il massaggio tonificante sui Meridiani Zu Jue Yin e Zu Shao Yin, unitamente ad agopuntura e moxa sui punti 4LI, 3LR, 3KI, 36ST, 10LI sarà di grande aiuto. In questi casi, in farmacologia (Zhong Yao), si impiega la formula Yi Yi Ren Tang⁸ e, in fitoterapia energetica una combinazione di Urtica e Fumaria, in Estratto Fluido, 15-30 gtt due-tre volte al dì a stomaco pieno. In dietetica, mangiare arachide, avena, grano, melanzana, porro, spinaci, gamberetti, carne di maiale, latte di pecora, pollo e tuorlo d' uovo. Secondo la tradizione cinese, in caso di vivo dolore, usare il decotto di Melograno (*Punica granatum*, Shi Liu), da 3 a 9 g al giorno. Molto frequenti saranno i dolori alle spalle per Catarro che Blocca la Circolazione del Sangue lungo Triplice Riscaldatore e/o Ministro del Cuore. Punti attivi saranno TH14, per dolore che riguarda tutto l'arto superiore, con dispnea o senso di pieno al torace, migliorati da movimento massaggio e calore; PC1 per dolori cupi a prevalenza notturna e PC2 per dolori

⁷ Esso va anche attuato su punti che rilassano le articolazioni delle diverse aree corporee: Li 15 (Spalla e arto superiore), St 5 (testa e Collo) , St 13 (Torace e colonna dorsale), St 31 (Colonna lombare e arto inferiore).

⁸ Vedi: <http://www.americandragon.com/Herb%20Formulas%20copy/YiYiRenTang.html>.

peggiorati da pressione e freddo. Rammentando la risposta terrestre affidata a Tai Yang, possiamo aiutare l'azione di questi punti con punti del Piccolo Intestino: Si 10 se il dolore è dovuto a sforzi protratti, si associa ad ipotonia muscolare e si acuisce dopo i pasti; 11SI se il dolore si associa a movimenti ridotti o poco precisi agli arti superiori; 12Si se il dolore è aumentato dal Vento. Ci viene qui comodo ricordare che se, oltre al dolore vi è riduzione del tono muscolare, se vi sono segni di Umidità persistente e di Catarro (anoressia, sensazione di corpo pesante, difficoltà di concentrazione), si deve favorire la produzione e circolazione di Weiqi massaggiando in Tonificazione Fegato, Rene e Polmone e trattando con aghi e moxe i punti: 12CV, 6ST, 2LU e 18LI. Nelle forme di grande carenza di Weiqi (freddolosità, voce flebile, facile traspirazione, astenia fisica, infezioni ricorrenti) o nei soggetti con turbe autoimmuni, utile il trattamento del Distinto Polmone-Grosso Intestino, anche con massaggio che insista sui percorsi ed i punti toccati, con particolare riferimento (uoli le moxe) di 12ST e 18LI.



Utili in questi casi gli alimenti Salati per stimolare la produzione di Weiqi e Piccanti per farla circolare. I principali sono: lumache, uova di pesce, gamberi, gamberetti, aragoste, mitili, ostriche, ricci di mare, polipo, anatra, piccione, carne di cavallo, cervello di manzo, carne di capriolo, coniglio, lepre, maiale, cinghiale, prosciutto, ceci, piselli, aglio, porro, finocchio, menta, origano, carota, ravanella, rapa, prezzemolo, salvia, peperoncino, zenzero, scalogno e mostarda. La presenza di Umidità può favorire processi infiammatori pelvici: annessiti nelle donne, prostatiti nell'uomo. Queste condizioni prevederanno il massaggio in dispersione dei Tre Yang del Basso ed il trattamento, sempre in dispersione, dei loro punti Xi: 34ST, 36GB e 63BL. Utili gli alimenti Amari che drenano l'Umidità (Zhishui) e combattono il Calore (Qingre). Fra i più importanti: fegato di manzo, coniglio e maiale, pollo, quaglia, cicoria, cicorione, lattuga, rabarbaro, soia, tè, bardana, rapa, ruta, verbena e valeriana. Sono invece da abolire gli alimenti Acidi che possono creare "Accumuli e Ammassi" in sede pelvica e pertanto vanno proibiti carne di agnello e pecora, carne di cavallo, olive, agrumi, fragole, albicocca, pesca e prugna. Utili tisane a base di Berberis, Camomilla, Achillea e Fumaria, da assumere due volte al dì lontano dai pasti.

Per quanto riguarda, in generale, le piante ed i rimedi tradizionali cinesi, vanno impiegati quelli che drenano l'Umidità:

- Bian Xu, da 9 a 15 g, che è attivo sulla Vescica, tratta l'Umidità Calore ed ha uno spiccato tropismo cutaneo (contro eczemi essudanti).
- Bie Xie, da 9 a 15 g, attiva la separazione fra puro ed Impuro ed è molto efficace sul Piccolo Intestino.
- Che Qian Zi, da 4,5 a 9 g, che toglie Umidità e Calore da Polmone, Rene, Fegato e Vescica.
- Chi Xiao Dou, da 1,5 a 4,5 g, che drena l'Umidità e Muove il Sangue.
- Dan Zhu Ye, da 6 a 9 g, che attiva Cuore, Piccolo Intestino e Stomaco e tratta le turbe psichiche ed intestinali da Umidità.

- Di Fu Zi, da 1,5 a 4,5 g., attiva sul prurito e a livello cutaneo, molto attiva in area genitale.
- Dong Gua Pi, da 1,5 a 4,5, che elimina l'Umidità dal Polmone e dal bacino.
- Fu Ling⁹, da 9 a 15 g, per Stomaco e Milza e situazioni con turbe dello Shen.
- Hai Jin Sha, da 15 a 60 g, agisce su Vescica e Piccolo Intestino.
- Han Fang Ji, da 3 a 9 g, espelle l'Umidità-Calore e agisce sullo Stomaco.
- Hua Shi, da 6 a 15, rimedio minerale controindicato in gravidanza, che attiva il Rene e toglie il Calore dalla Vescica Urinaria.
- Jin Qian Cao, da 9 a 60 g, detossinante, attiva su Fegato, Vescica Biliare e Rene
- Mu Fan Ji, da 3 a 9 G, contro Vento e Umidità.
- Mu Tong, da 3 a 9 g, in enolito, per attivare la diuresi e stimolare Piccolo Intestino, Vescica e Rene.
- Qu Mai, da 6 a 12 g, che elimina l'Umidità e tratta la Stasi di Sangue.
- Shi Wei, da 3 a 9 g, che espelle l'Umidità dal Polmone e favorisce la diuresi ed è anche emostatica.
- Tong Cao, da 3 a 6 g, per eliminare l'Umidità dal Polmone ed Intestini.
- Yi Yi Ren, da 9 a 30 g, per trattare Polmone, Rene e Milza, dissolvere i Catarra Addominali, Respiratori ed articolari.
- Yin Chen Hao, da 9 a 15 g, attiva sul Livello Shao Yang (GB e TH).
- Yu Mi Xu, da 1,5 a 4,5 g, che muove i Liquidi.
- Zhu Ling, da 6 a 15 g, quando si voglia promuovere la diuresi agente su Rene, Vescica e Milza-Pancreas.
- Zu Xie, da 6 a 15 g, per incrementare lo Yang, principalmente del Rene.

In caso di attacco di Umidità e Calore è utile la formula Jiu Wei Qiang Huo Tang, tratta dal testo *Ci Shi Nan Zhi* e così composta:

- Qiang Huo (radix and rhizoma Notopterygii)...4.5g
- Fang Feng (radix Ledebouriellae divaricatae)...4.5g
- Cang Zhu (rhizoma Atractylodis)...4.5g
- Xi Xin (herba cum radice Asari)...1.5g
- Chuan Xiong (radix Ligustici chuanxiong)...3g
- Bai Zhi (radix Angelicae dahuricae)...3g
- Huang Qin (radix Scutellariae)...3g
- Sheng Di Huang (radix Rehmanniae glutinosae)...3g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...3g

La stessa formula con l'aggiunta di Sheng Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis recens), e Cong Bai (bulbus Allii fistulosi) è utile nei vuoti persistenti di Weiqi. Nel caso di attacco di Umidità e Freddo, Xiao Qing Long Tang, formula dello *Shang Han Lun* con questa composizione:

- Ma Huang (herba Ephedrae)...9g
- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...9g
- Gan Jiang (rhizoma Zingiberis officinalis)...9g
- Xi Xin (herba cum radice Asari)...9g
- Wu Wei Zi (fructus Schisandrae chinensis)...9g
- Bai Shao (radix Paeoniae laciflorae)...9g
- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...9g

9

FU LING

- Il rimedio è molto usato anche in Giappone (dove si chiama Bukuryo) e Corea (denominato Bokryung), per la sua vigorosa azione antiflogistica, dovuta soprattutto all'acido 3β-idrossibenzoilidehidrotumulósico e agli acidi pachimico e dehidrotumulósico.
- Le formule più celebri che ne prevedono l'uso sono WuLing San, Ling Gui Zhu Gan Tang, Sijinzi Tang, Anshen Dingzhi Wan.




- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...9g

In caso, invece, di Vento e Umidità, Bai Du San, formula del testo pediatrico *Xiao Er Yao Zheng Zhi Jue*, con questa composizione:

- Qiang Huo (radix and rhizoma Notopterygii)...30g
- Du Huo (radix Angelicae pubescentis)...30g
- Chuan Xiong (radix Ligustici chuanxiong)...30g
- Chai Hu (radix Bupleuri)...30g
- Jie Geng (radix Platycodi grandiflori)...30g
- Zhi Ke (fructus Citri seu Ponciri)...30g
- Qian Hu (radix Peucedani)...30g
- Ren Shen (radix Ginseng)...30g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...30g
- Gan Cao (radix Glycyrrizae uralensis)...15g

Per le forme embricate di Umidità e Secchezza (asthenia, assenza di traspirazione, respire alimante, lichenificazione cutanea pruriginosa, ecc.), la formula Er Miao San del *Dan Xi Xin Fa*, composta da:

- Huang Bai (cortex Phellodendri)...9-12g
- Cang Zhu (rhizoma Atractylodis)...6-9g

Se vi è accumulo di Umidità che divenuto Flegma, con vuoto del Jiao Medio, distensione toracica, anoressia, digestion laboriosa, gopnfioire addominale e doori mesogastrici: Er Chen Tang , tratta dal *Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang* e così composta:

- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...15g
- Ju Hong (pericarpium Citri erythrocarpae)...15g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...9g
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhixae uralensis)...4.5g

Nelle forme con grande Vuoto di Milza e segni di Vuoto di Energia e Sangue (astenia psicofisica, insonnia, digestion laboriosa, depressione, ec.), Ba Zheng San, anch'essa del *Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang* e così composta:

- Mu Tong (caulis Mutong)...3-6g
- Hua Shi (Talcum)...12-30g
- Che Qian Zi (semen Plantaginis)...9-15g
- Qu Mai (herba Dianthi)...6-12g
- Bian Xu (herba Polygoni avicularis)...6-12g
- Zhi Zi (fructus Gardeniae jasminoidis)...3-9g
- Zhi Da Huang (radix and rhizoma Rhei praeparatae)...6-9g
- Deng Xin Cao (medulla Junci effusi)...3-6g
- Gan Cao (radix Glycyrrhizae uralensis)...3-9g.

In caso di sindromi Bi articolari o pelviche, usare invece Du Huo Ji Sheng Tang del *Qian Jin Yao Fang*, con questa composizione:

- Xi Xin (herba cum radice Asari)...6g
- Fang Feng (radix Ledebouriellae divaricatae)...6g
- Qin Jiao (radix Gentianae qinjiao)...6g
- Sang Ji Sheng (ramulus Sangjisheng)...6g
- Du Zhong (cortex Eucommiae ulmoidis)...6g
- Niu Xi (radix Achyranthis bidentatae)...6g
- Rou Gui (cortex Cinnamomi cassiae)...6g
- Dang Gui (radix Angelicae sinensis)...6g
- Chuan Xiong (radix Ligustici chuanxiong)...6g
- Sheng Di Huang (radix rehmanniae glutinosae)...6g
- Bai Shao (radix Paeoniae lactiflorae)...6g
- Ren Shen (radix Ginseng)...6g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...6g
- Zhi Gan Cao (radix praeparatae Glycyrrhizae uralensis)...6g

Aggiungendo Qiang Huo (radix and rhizoma Notopterygii) si ottiene un ottimo rimedio nei dolori di spalla e delle parti alte del corpo. Aggiungendo radix Puariae (Ge Gen), 12 g in decotto, si possono trattare mialgie e miositi da Umidità. Una formula alternativa per Vento-Umidità che da dolori ossei e muscolari agli arti superiori è Qiang Huo Sheng Shi Tang, tratta dal *Nei Wai Shang Bian Huo Lun*, così composta:

- Qiang Huo (radix and rhizoma notopterygii)...3g
- Du Huo (radix angelicae pubescentis)...3g
- Gao Ben (rhizoma and radix ligustici)...1.5g
- Fang Feng (radix ledebouriellae divaricatae)...1.5g
- Chuan Xiong (radix ligustici chuanxiong)...1.5g
- Man Jing Zi (fructus viticis)...0.9g

In caso di dolore generalizzato acuito dalla rotazione, con cefalea, per attivare il drenaggio della Umidità attraverso la Vescica Biliare, oltre a trattare con agopuntura e agopressione i punti 22GB, 34GB, 39GB, usare la formula del *Wen Bing Tiao Bian San Ren Tang*, con:

- Xing Ren (semen Pruni armeniaca)...15g
- Bai Dou Kou (fructus Amomi kravanh)...6g
- Hou Po (cortex Magnoliae officinalis)...6g
- Ban Xia (rhizoma Pinelliae ternatae)...9g
- Yi Yi Ren (semen Coicis lachryma-jobi)...18g
- Tong Cao (medulla Tetrapanacia papyriferi)...6g
- Dan Zhu Ye (herba Lophatheri gracilis)...6g
- Hua Shi (Talcum)...18g

In caso di Umidità Calore alla Pelvi si può impiegare la formula Wu Ling San, tratta dallo *Shang Han Lun*, composta da:

- Ze Xie (rhizoma Alismatis orientalis)...4g
- Fu Ling (sclerotium Poriae cocos)...2.3g
- Zhu Ling (sclerotium Polypori umbellatae)...2.3g
- Bai Zhu (rhizoma Atractylodis macrocephalae)...2.3g
- Gui Zhi (ramulus Cinnamomi cassiae)...1.5g
- Come alternativa, tratta dal *Tai Ping Hui Min He Ji Ju Fang*, Wu Pi Yin, con:
- Wu Jia Pi (cortex Acanthopanax gracilistylis radices)...15g
- Di Gu Pi (cortex Lycii radices)...9g
- Shang Jiang Pi (cortex Zingiberis officinalis recens)...6g
- Fu Ling Pi (cortex Poriae cocos)...15g
- Da Fu Pi (pericarpium Arecae catechu)...15g

Se vi è grande Vuoto di Milza aggiungere la formula Ping Wei San¹⁰, se vi sono dolori molto intensi combinare Wu Ling San a Huo Xiang Zheng Qi San¹¹.

L'Umidità, alterando il TR ed la Via dei Liquidi, potrà dare luogo a linfomi di tipo sia Hodking che non Hodking e sia di tipo B che T, con esordio contrassegnato da un ingrossamento delle ghiandole linfatiche, localizzato per esempio in una o più stazioni linfonodali superficiali (collo, ascelle e inguine) e, in un terzo dei casi, interessamento successivo delle vie digerenti superiori, dell'intestino, del midollo osseo, del sistema nervoso centrale e della cute. In agopuntura occorrerà attivare il circolo linfatico mobilizzante la Via delle Acque (Tao Shui) ed il Triplice Riscaldatore (9CV, 28ST, 28BL, 1TB, 22BL, 39BL), e drenando l'Umidità (6TB-34GB-19-40ST-16SP)¹²; mentre il Tuina si attua in tonificazione su Shou Shao Yang e Dispersione su Zu Shao Yang, impiegando miscele (non superiori al 4% in totlae) di Ginepro, Levistico, prezzemolo ed Eucalipto. Utile anche la Coppettazione sui cosiddetti "Tre Anelli Yang", atti a scuscitare tale energia e la trasformazione della Umidità:

- Anello del Petto (Feng Han), detto Tai Yang per localizzazioni toraciche: BL15, GB22, CV 17, ST10-12-18
- Anello delle Costole (Feng Shi), detto Shao Yang, per localizzazioni Toraciche e Addominali GB 25, CV2, GV20, GB12, TH 6-17.

¹⁰ Vedi: http://www.sacredlotus.com/formulas/get.cfm/chinese_formula/ping_wei_san.

¹¹ Vedi: <http://eagleherbs.com/buy/agastache-formula-huo-xiang-zheng-qi-san-9135>.

¹² Un altro schema prevede: PC 2, ST10-28, KI5, LI18, CV9, GV26 e, in caso di Calore commisto ad Umità, aggiunta di BL 12 e GB 20.

- Anello del Collo (Feng Re), detto Yang Ming, per localizzazioni al collo e testa: ST12, LI18, Cv22, GV14, LI15.

In forme generalizzate moxare i punti 12CV, 16TH, 20GV ed i punti Yuan ed è He dei Meridiani Yang dei territori colpiti. La funzione principale con cui verranno utilizzati invece i fitoterapici sarà quella di accelerare i processi di detossificazione dai farmaci e dalle radiazioni ionizzanti, contrastando il blocco metabolico da "Tumor Lysis Syndrome"¹³, tipico dei linfomi. Per attivare le funzioni depurative del Fegato si usa il Rabarbaro, con aggiunta di Yin Chen Hao, Artemisia capillaris, Qing Hao, Artemisia annua e Long Da Cao, Gentiana annua, detta anche Erba del Dragone. Naturalmente vanno aggiunti rimedi che dissipano l'Umidità (Zhi Hua):

ZHI HUA 志華

- Ze Xie (rhizoma Alismatis)
- Fu Ling (sclerotium Poriae)
- Hou Po (flos Magnoliae)
- Lu Hui (herba Aloes)




In caso di diffusione o linfomi primitivi cutanei¹⁴ (Fig. 1), a tali rimedi si aggiungono, per il forte tropismo tegumentario, Bian Xu¹⁵ e Di Fu Zi¹⁶.

Fig. 1: Linfoma cutaneo a cellule B



¹³ Gruppo di complicanze metaboliche che possono insorgere dopo il trattamento di alcuni tipi di cancro (in genere linfomi e leucemie) e talvolta anche in assenza di trattamento. Tali complicanze sono causate dai prodotti delle cellule cancerose che possono condurre, tra l'altro, a iperkaliemia, iperfosfatemia, iperuricemia e iperuricosuria, ipocalcemia e conseguente nefropatia e insufficienza renale acuta.

¹⁴ Cioè di una proliferazione monoclonale di cellule linfatiche che si manifesta a livello della pelle, con cute che rappresenta il locus d'insorgenza (*linfoma cutaneo primitivo*), da cui il tumore può espandersi in altri tessuti, anzi, provocando un danno consistente. Qualora la cute fosse interessata solo secondariamente dalla neoplasia, la malattia prende il nome di *linfoma cutaneo secondario*. I linfomi cutanei si manifestano soprattutto nella senescenza, in particolar modo nel maschio (si stima che siano colpite 3 donne ogni 9 maschi).

¹⁵ Vedi: <http://www.americandragon.com/Individualherbsupdate/BianXu.html>.

¹⁶ Vedi: <http://www.chineseherbshealing.com/kochia-scoparia/>.

In Micoterapia¹⁷ sarà molto utile il Polyporus (Polyporus umbellatus) che ha un'azione specifica sul sistema linfatico (drenaggio e protezione), velocizza l'eliminazione delle tossine (anche drenaggio dopo chemioterapia, riducendone gli effetti collaterali) e cellule per via linfatica, utile anche nel linfedema e in caso di metastasi, con azione diuretica, ma con risparmio di potassio. Inoltre possiede una spiccata azione immunostimolante finalizzata a combattere l'espansione della massa linfatica. Utile i gemmoterapici, secondo i principi sottostanti:

AZIONE DRENANTE E DETOSSICANTE

- Cancri con Umidità-Calore
- Dopo chemio e radioterapia.
- Gemme di Rosmarino e di Betulla (Legno Acqua).
- Si possono prendere singolarmente (20/30 gocce, 3 volte al di), se si vuole agire su un organo specifico, oppure tutti insieme, 10 gocce di ognuno, tre volte al di, per almeno un mese.

Alimenti da evitare saranno:

- zuccheri e dolci;
- dolcificanti, aspartame;
- latte e latticini; formaggio;
- carni rosse;
- cioccolata;
- mais, noccioline, anacardi;
- oli raffinati, come l'olio di mais, la margarina;
- alcolici di qualunque natura;
- tabacco;
- caffè;
- the nero
- latte e latticini.

Secondo Yuen e Simongini e coll., la base della dieta è il "digiuno liquido": per 2 o 3 giorni consecutivi della settimana si deve osservare l'astensione dal cibo e il consumo di soli estratti vegetali; per gli altri 4 o 5 giorni si mangeranno esclusivamente i cibi consentiti. Nei 2 giorni di digiuno si usano solo estratti di vegetali, soprattutto crudi e amari. In alcuni casi si usano anche zuppe e brodi vegetali. Per gli estratti si fanno centrifughe usando il crescione, il tarassaco, la bietola, il cavolo verde, gli spinaci, la cicoria, il dente di leone, la rucola, la mostarda (senape) verde. Per migliorarne il gusto si possono aggiungere estratti di carota e di ravanello. Non sono ammessi in questa fase frutta o succhi di frutta. In via eccezionale si può usare succo di ananas. Per motivi pratici si può usare il Breuss Juice, estratto vegetale specifico per il tumore, preparato da una ditta svizzera che usa coltivazioni biologiche (Biotta). Si possono anche usare estratti vegetali in polvere, sempre da agricoltura biologica, integratori di clorofilla in capsule, alghe marine (spirulina, clorella).

Seguono 4-5 giorni di cibi rigidamente selezionati tra quelli consentiti.

1. germogli almeno 6 volte,
2. semi, almeno 6 volte,
3. funghi due o tre volte,
4. legumi massimo 4 volte,
5. pesce acqua dolce massimo 1 volta,
6. miglio massimo 3 volte,
7. carni o uova mai.
8. vegetali amari in grande quantità, di cui almeno il 30% crudi.

¹⁷ La Medicina Cinese già menziona l'impiego terapeutico dei funghi nello *Shen Nong Ben Cao Jing* (神農本草經), primo testo di farmacologia con 120 rimedi, che la tradizione fa risalire al 2.800 a.C., ma che pare sia stato redatto fra il IV secolo a.C. ed il III d.C. e fu certamente tenuto come base da Li Shi Zhen (李時珍) per la redazione, nel XVI secolo (1578), del *Ben Cao Gangmu* (本草綱目), il trattato più completo di farmacologia della tradizione cinese.

La presenza di Umidità favorirà sia dermatopatie eczematose essudanti (Fig. 2), che bollose a tipo Pemfigo (Fig. 3), Pemfigoide (Fig. 4) o Dermatite Erpetiforme di Durhing (Fig.5).

Fig. 2: Eczema essudante



Fig. 3: Pemfigo volgare



Fig. 4: Pemfigoide senile di Lever



Fig. 5: Dermatite erpetiforme di Dhuring-Brocq



Utile l'agopuntura sui punti LU5, LI 4-11, TE6, BL40, quest'ultimo da salassare ogni due sedute. Utile l'agopuntura auricolare sui punti Polmone, Surrene, Occipite e Shen Men. Un piatto da consumare due volte la settimana sarà la zuppa di fagioli mung e menta, che si prepara cuocendo una tazza di fagioli Mung in un litro di acqua per 20 minuti e prima di spegnere il fuoco aggiungere 2-3 ramoscelli di menta fresca.

In farmacologia sarà molto utile Wu Wei Xiao Dù Yin¹⁸, composta da:

- Flos Lonicerae japonicae (Jin Yin Hua)... 9 g
- Herba Taraxaci mongolici cum radice (Pu Gong Ying)...3,6 g
- Herba cum radice Viola yedoensis (Zi Hua Di Ding)... 3,6 g
- Flos Chrysanthemi Indici (Ye Ju Hua)... 3,6 g
- Herba Begoniae fimbriatipulatae (Zi Bei Tian Kui)... 3,6 g

In caso di rossore, gonfiore e bruciore, aggiungere cortex Moutan radicis (Mu Dan Pi), radix Rehmanniae glutinosae (Sheng Di Huang) e flos Carthami tinctorii (Hong Hua); per forte prurito, fructus Kochiae scopariae (Di Fu Zi) e cortex Dictamni dasycarpi radicis (Bai Xian Pi); per lesioni ulcerate, semen Coicis lachryma -jobi (Yi Yi Ren), cortex Poriae cocos (Fu Ling Pi) e picarpium Benincasae hispidae (Dong Gua Pi). Sempre per ulcerazioni, preparare un decotto in acqua con 150 g di buccia di mango per circa 15 minuti, separare i residui dopo aver fatto freddare il liquido e applicare sull'area affetta insieme alla feccia per 5-10 minuti, tre volte al giorno.

¹⁸ Vedi: <http://www.americandragon.com/Herb%20Formulas%20copy/WuWeiXiaoDuYin.html>

Lettere consigliate

- Auteroche B., Navailh P.: La diagnosi in Medicina Cinese, Edi-Ermes, Milano, 1986
- Bensky D., Barolet D.: Formulas And Strategies, Ed. Eastland Press, Seattle, 1991.
- Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M. et al.: Dietetica Medica Scientifica e Tradizionale. Curarsi e prevenire con il cibo, Ed. CEA, Milano, 1999.
- Corradin M., Di Stanislao C., Parini M.: Medicina Cinese per lo shiatsu ed il tuina, Voll I-II, Ed. CEA, Milano, 2001.
- Di Stanislao C.: Discorso sui Meridiani CD-ROM, Ed. AMSA-Wu Wei, Brescia, 2013.
- Di Stanislao C., Brotzu R., Simongini E.: Fitoterapia energetica con rimedi occidentali, aromoterapia e floriterapia secondo i principi della medicina cinese, Ed. Xinshu, Roma, 2012.
- Di Stanislao C., Brotzu R.: Manuale didattico di agopuntura. Fondamenti, fisiologia, diagnosi e terapia, Ed. CEA, Milano, 2008.
- Di Stanislao C.: Cineserie. Note e appunti sulla Cina di ieri e più recente, Ed. CISU, Roma, 2007.
- Guillaume G., Chieu M.: Pharmacopée Et Médecine Traditionnelle Chinoise, Ed. Presence, Sesteron, 1987.
- Gori G.: Semeiotica e diagnostica in medicina tradizionale cinese, Ed. Stampatori, Bologna 1994.
- Gori G.: Il significato energetico dei punti di agopuntura, Ed. San Marco Libri, Venezia, 1989
- Lau T.: Astrologia Cinese, Ed. Mediterranee, Roma, 2006.
- Lavier J.: Storia, dottrina e pratica dell'Agopuntura Cinese, Ed. Mediterranee, Roma, 1966
- Paoluzzi L., Di Stanislao C.: Vademecum Ragionato di Fitoterapia, II Edizione, Ed. Morphema, Terni, 2013.
- Paoluzzi L.: Phytos e Olea, Ed. MeNaBi, Terni, 2007.
- Reid D.P.: Chinese Herbal Medicine, Ed. Shamballa, Boston, 1987.
- Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen. Volume XI bis Il SU WEN, Ed. Xin Shu, Roma, 2012.
- Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen. Volume XIV Cancer clinic Oncologia in Medicina Classica Cinese. Sostenere il malato e combattere la malattia, Ed. Xin Shu, Roma, 2010.
- Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen – Volume VI – Gastroenterologia e Scuola della Terra, Ed. AMSA, Roma, 2006, CD-ROM.
- Soulie De Morant G.: L'acupuncture chinoise, Ed. Maloine, Paris, 1972.

Indirizzo per chiarimenti

Carlo Di Stanislao

mailto: amsaaq@tin.it; c.distanislao@agopuntura.org; carlo.distanislao@gmail.com