

# La Mandorla



AMSA  
Associazione Medica  
per lo Studio  
dell'Agopuntura



fogli elettronici di  
medicina tradizionale  
e non convenzionale

## **Direttore**

Dott. Carlo Di Stanislao

## **Comitato Editoriale**

Dott.ssa Rosa Brotzu  
Dott. Maurizio Corradin  
Dott. Dante De Berardinis  
Dott.ssa Fabrizia De Gasparre  
Dott. Paolo Fusaro  
Dott. Roberto Montanari  
Dott. Mauro Navarra  
Dott.ssa Giusi Pitari  
Dott. Emilio Simongini

## **© 2013 AMSA**

Associazione Medica per lo Studio dell'Agopuntura  
Tutti i diritti riservati

Gli articoli pubblicati su "*La Mandorla*" esprimono le opinioni dei rispettivi autori ai quali va attribuita in via esclusiva la responsabilità del loro contenuto

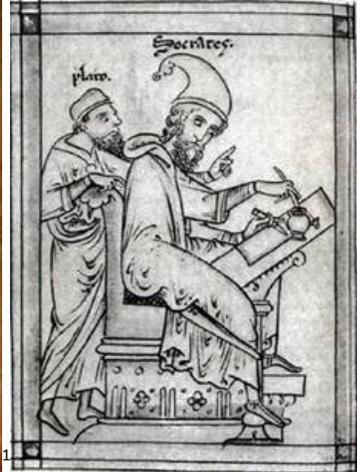
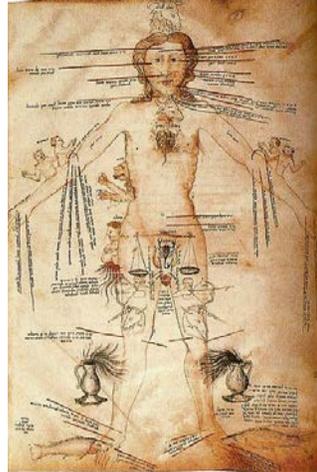


**AMSA**

Associazione Medica  
per lo Studio  
dell'Agopuntura

## INDICE

<b>Editoriale</b>	<b>4</b>
<b>Trentasette casi di osteoatrosi diffusa ed intolleranza ai Fans</b>	<b>11</b>
<b>Un caso clinico di cistite cronica: verso la propria individualità</b>	<b>26</b>
<b>I punti barriera: possibilità di impiego</b>	<b>45</b>
<b>Una cefalea ribelle, ma la domerò...</b>	<b>51</b>
<b>Meridiani Luo e Floriterapia Australiana</b>	<b>57</b>
<b>Un caso di obesità</b>	<b>75</b>
<b>Equilibrio tra incedere e fermarsi, espandersi e rientrare</b>	<b>81</b>
<b>Paura del buio</b>	<b>103</b>
<b>Libri da leggere e rileggere</b>	<b>119</b>



## Editoriale

**Carlo Di Stanislao**

c.distanislao@agopuntura.org

*"Se un uomo potesse mantenersi sempre sul culmine dell'attimo della scelta, se potesse cessare di essere uomo... sarebbe una stoltezza dire che per un uomo può essere troppo tardi per scegliere, perché nel senso più profondo non si potrebbe parlare di una scelta. La scelta stessa è decisiva per il contenuto della personalità; con la scelta essa sprofonda nella cosa scelta e quando non sceglie, appassisce in consunzione ... Quando si parla di scelta che riguardi una questione di vita, l'individuo in quel medesimo tempo deve vivere e ne segue che è facile, quando rimandi la scelta, di alterarla, nonostante che continui a riflettere e riflettere... Si vede allora che l'impulso interiore della personalità non ha tempo per gli esperimenti spirituali. Esso corre costantemente in avanti, e pone, ora in un modo ora nell'altro, i termini della scelta, sì che la scelta nell'attimo seguente diventa più difficile... Immagina un capitano sulla sua nave nel momento in cui deve dar battaglia; forse egli potrà dire: bisogna fare questo o quello; ma se non è un capitano mediocre, nello stesso tempo si renderà conto che la nave, mentre egli non ha ancora deciso, avanza con la solita velocità, e che è solo un istante quello in cui sia indifferente se egli faccia questo o quello. Così anche l'uomo, se dimentica di calcolare questa velocità, alla fine giunge un momento in cui non ha più la libertà della scelta, non perché ha scelto, ma perché non lo ha fatto; il che si può anche esprimere così: perché gli altri hanno scelto per lui, perché ha perso se stesso... Poiché quando si crede che per qualche istante si possa mantenere la propria personalità tersa e nuda, o che, nel senso più stretto, si possa fermare o interrompere la vita personale, si è in errore. La personalità, già prima di scegliere, è interessata alla scelta, e quando la scelta si rimanda, la personalità sceglie incoscientemente e decidono in essa le oscure potenze"*

**Søren Kierkegaard**

*"Il mito, infatti, racconta che il dio Theuth giunse al cospetto del re e gli mostrò tutto ciò che aveva inventato. Arrivato al momento di illustrare la scrittura disse al re Thamus che questa avrebbe reso gli egiziani più sapienti, poiché avrebbe arricchito la loro memoria. "Dunque", dice Platone, "tale invenzione sarebbe stata un rimedio sicuro!" (O forse disse un veleno?)"*

**Elisa Scirocchi**

<sup>1</sup> Immagine da un manoscritto del XIV secolo, dedicato all'influenza dei segni astrologici sul corpo umano.

<sup>2</sup> Immagine medioevale in cui Platone detta e Socrate scrive.

Siamo molto felici che la scienza cominci ad occuparsi con serietà ed impegno di agopuntura e che un intero numero (ad aprile 2013) di "Medical Acupuncture", dell'editore Mary Ann Liebert, Inc. di New York, sia stato dedicato a ciò che la ricerca di base ha dimostrato sulla agopuntura vera e sulle differenze indotta da questa rispetto alla sham, con verificata efficacia non solo sul dolore, ma anche sulla pressione arteriosa e sulla funzione cardiovascolare. Siamo fieri di leggere, nell'articolo: "Acupuncture Needle Stimulation Induces Changes in Bioelectric Potential", di Keith Spaulding e colleghi, che è possibile valutare differenze elettrofisiologiche tra i punti di agopuntura reali e quelli nelle vicinanze (o sham), e scoprire che lo stimolazione dei punti "reali" induce cambiamenti nel potenziale bioelettrico. Il fatto che ci rattrista, però, è che nessuno ricordi che questo era già stato fatto negli anni '70 del secolo scorso da Darras e Borsarello, che già nel 1997 una conferenza promossa dal National Institute of Health<sup>3</sup> con risultati pubblicati su Jama ci aveva offerto una ampia panoramica di disturbi su cui l'agopuntura è attiva e che si continui ad ignorare che il grosso vantaggio del modello è di natura epistemica ed è relativo ai concetti di malattia e del rapporto fra medico e paziente. Dopo la mossa cartesiana del 1627 la tenda logocentrica – per fortuna o per sfortuna – non esiste più. E' volata in cielo, dove la frequentano, secondo il pensiero occidentale, solo i teologi. A noi comuni mortali non sembra dare più riparo e pertanto, oggi dobbiamo avviare un'operazione di lutto. Dobbiamo rassegnarci alla perdita delle certezze categoriche che dava il logocentrismo<sup>4</sup>. Dobbiamo riconoscere che non tutta la verità è necessaria, cioè logicamente dimostrabile. Ciò significa riconoscere l'incompletezza originaria e incolmabile dell'impresa epistemica, in qualunque campo essa si cimenti: in matematica, in fisica, in biologia, in psicanalisi. Nella pratica scientifica, comunque perfezionata e approfondita, resterà sempre un residuo indimostrato e indimostrabile. Nel discorso scientifico il "dover essere" non governa più l'"essere". L'etica scientifica non è, da una parte, garantita a priori e, dall'altra, "deve" – è questo il dovere morale dell'uomo moderno – fare i conti con un ineliminabile residuo di ignoranza, che rende l'azione umana aleatoria. In verità, oltre che in Lacan che vi ha ampiamente attinto, il logocentrismo esiste nel panorama del pensiero (anche medico) orientale, che condannare la scienza come oggi la si nintende, perché riabilitando le verità possibili (congetturali) o contingenti (aleatorie), fucluderebbe la verità tout court. In generale si può dire che esiste una correlazione negativa tra forza del determinismo (logocentrico) e forza del meccanicismo (scientifico). In Freud e negli antichi, dove il meccanicismo è assente, il determinismo è forte. Non a caso Freud parla di atti mancati e sogni sovradeterminati (überdeterminiert) dal desiderio. Ma del meccanismo con cui si genera il sogno Freud non fa parola<sup>5</sup>, mentre ampi capitoli del Ling Shu, Sowa Sun e Nanjing sono dedicati a questo. Applicando i contenuti della scienza occidentale, conflitti, censure e rimozioni non costituiscono modelli meccanici dell'apparato psichico – nonostante il tentativo ingenuo di introdurre i fattori quantitativi della libido e degli investimenti libidici – ma antropomorfismi di buon senso, che pescano a piene mani nella dietrologia e nella preterintenzionalità. Se invece ci rifacciamo ai contenuti orientali (indiani e tibetani, oltre che cinesi), scopriamo che questo non solo non accade, ma addirittura si inverte,

<sup>3</sup> Vedi: <http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=188113> e <http://nccam.nih.gov/health/acupuncture/%202007>.

<sup>4</sup> Per logocentrismo si intende un gioco linguistico che si gioca per intero all'interno del linguaggio, così come è dato all'essere parlante. Il logocentrismo è il gioco del Grande Altro, direbbero Lacan e Žižek.

<sup>5</sup> Nelle 7000 pagine delle *Sigmund Freud Gesammelte Werke* il nome di Goethe ricorre 110 volte, circa il doppio di Shakespeare. È una presenza non indifferente, con una concentrazione significativamente superiore alla media – il doppio – nella *Traumdeutung*: 21 ricorrenze in 700 pagine. Segnalo questo dettaglio perché considero la *Traumdeutung* l'opera di Freud più compromessa in senso eziologico. Tutto il "lungo ragionamento" freudiano per "spiegare il sogno" – questo è il significato letterale di *Traumdeutung* – si riduce a una requisitoria, degna del più tosto pubblico ministero, contro il soggetto del sogno. A te che sogni Freud imputa di avere desideri preterintenzionali, il cosiddetto contenuto latente del sogno. Che, guarda caso, esiste in ogni sogno. Freud era medico ma – come si sa – dalla medicina al diritto, attraverso il ponte della medicina legale, il passo è brevissimo. È il passo che porta Freud dall'eziologia della tubercolosi, dovuta al bacillo di Koch, all'eziologia dell'isteria, dovuta alle scene sessuali infantili.

caricandosi di nuovi contenuti. Come ha scritto i venti anni or sono Fabio Dei, di per sé, le medicine alternative non rappresentano certo una novità culturale di questa fine-secolo: anzi, spesso hanno alle spalle tradizioni lunghe e consolidate. Tuttavia, sta gradualmente e profondamente mutando il loro rapporto con la medicina ufficiale. Senza dubbio, quest'ultima conserva nel sentire comune una indiscussa priorità e un grado altissimo di prestigio; ma le altre pratiche terapeutiche le si affiancano in modi del tutto nuovi, non più residuali e sotterranei, e per mezzo di nuove forme e canali di legittimazione. Fino a non molto tempo fa, tutto quanto si collocasse al di fuori dell'ortodossia biomedica appariva come un coacervo di pratiche di retroguardia, costrette a difendere i propri limitati spazi dall'incalzante avanzata del progresso scientifico. Oggi è semmai il sistema ufficiale a doversi difendere, di fronte ad opzioni alternative che ne mettono efficacemente in risalto i punti deboli e che si presentano a loro volta come rappresentanti del "progresso". Inoltre, ed è ciò che più interessa, vi sono vari gradi di intreccio e compenetrazione tra pratiche alternative ed ufficiali: non solo perché è assai comune, per il paziente, servirsi di entrambi i tipi di risorsa terapeutica, ma anche perché i terapeuti stessi ricercano spesso forme di integrazione. Ad esempio, se è vero che da un lato la teoria biomedica sembra non concedere alcuna legittimazione alle terapie alternative, dall'altro esse cominciano invece a guadagnarsi un certo spazio e un sia pur implicito riconoscimento nella pratica concreta di molti medici. Questa situazione apre all'antropologia medica nuovi terreni di ricerca empirica e nuovi problemi teoretici. In particolare, a me sembra che l'ingresso sulla scena delle medicine alternative metta in crisi una certa tendenza della disciplina a lavorare sulla base di impliciti (o espliciti) presupposti dualistici: vale a dire, la tendenza a interpretare la diversità dei saperi e delle pratiche mediche in termini di opposizione fra tradizione e modernità, arretratezza e progresso, magia e scienza, efficacia simbolica ed efficacia reale. Ma su questo non si discute né tanto né abbastanza. Non va soprattutto trascurato il fatto che in medicina, la scelta non è tra mere ideologie, ma tra sistemi conoscitivi che tentano di cogliere la dura oggettività del reale, e di agire su di essa nel modo più efficace. Non possiamo non pensare che, in ultima istanza, vi siano limiti oggettivi al confronto tra strategie mediche contrapposte, e che questi limiti si manifestino in "fatti" o "eventi" esperibili e pubblicamente accertabili. In tal senso, il grande nodo del dibattito tra medicine ufficiali e alternative sembra risiedere nella nozione di psicosomatica. La psicosomatica è la vera interfaccia tra l'universo chimico-fisico della biomedicina e quello energetico e simbolico delle terapie tradizionali e alternative. Possiamo pensare che un chiarimento dei rapporti tra soma e sistema nervoso centrale finirà finalmente per spiegare in modo scientifico il mistero dell'efficacia simbolica (compreso l'effetto placebo, vera e propria zona d'ombra della medicina ufficiale); o che la bioelettronica riuscirà finalmente a descrivere in un linguaggio "reale", non-simbolico, la componente energetica degli esseri viventi. In questo modo, come suggerisce Tullio Seppilli, potrebbe forse realizzarsi una grande riunificazione epistemologica della medicina - scienza umana per eccellenza, in grado di parlare in un unico linguaggio degli aspetti biologici, di quelli psicologici e di quelli culturali della vita umana. E se sulle riviste si parlasse di questo, le leggeremmo più volentieri e con maggiore entusiasmo. Occorre occuparsi, come tentiamo di fare in involontaria solitudine, di far sì che le medicine tradizionali ed alternative siano inserite in un contesto diverso da quello delle pseudoscienze in la cui verità è imposta per decreto ed a priori e non debbano essere verificate secondo modelli in grado di produrre dati sperimentali, verificabili e falsificabili, ma vadono considerate vere e proprie "scienze" nel senso antico del termine ("sapere", "conoscenza") e non in quello moderno, scienze che hanno bisogno di metodi adatti per essere studiate, come è accaduto nella storia per fenomeni che era impossibile studiare per l'assenza di strumenti adatti a farlo, ad esempio i raggi X o le onde radio, capaci di dimostrare che è del tutto possibile che i

fenomeni delle "scienze alternative" siano reali, ma sia la scienza per così dire ufficiale ad essere incapace di studiarli coi suoi metodi, che si rivelano insufficienti. Ed infine due parole sul fatto che non tutto ciò che si può apprendere in percorsi formativi e di crescita nel campo delle medicine tradizionali, può essere scritto e molto deve essere affidato alla oralità, come ci suggeriscono le antiche scuole taoiste e filosofiche greche. Il viaggio prenatale nella pianura della Verità e la folle caduta delle anime nella tomba del corpo, la teoria della conoscenza come reminescenza e il soave rapporto degli uomini con la musica espresso nel mito delle cicale è quanto scrive Platone, soprattutto nel "Fedro" e lo fa con profonda passione ma facendoci intendere, con Socrate che parla e non scrive, che il solo discorso che ci conduce alla Verità è quello parlato e non può essere scritto.

## **Bibliografia**

1. Ageno M.: Le origini dell'irreversibilità, Ed. Bollati Boringhieri, Torino, 1992.
2. Allais G.B., Giovanardi C.M., Pulcri R., Quirico P.E., Romoli M., Sotte L.: Agopuntura. Evidenze cliniche e sperimentali aspetti legislativi e diffusione in Italia, ed. CEA, Milano, 2000.
3. Andrès G.: La Medicine selon les traditions, Ed. Dervy livres, Paris, 1981.
4. Augé M., Herzlich C. (a cura di): Il senso del male. Antropologia, storia e sociologia della malattia, Ed. Il Saggiatore, Milano, 1986.
5. Bagshaw M. and Bellomo R.: Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine. The need to reform our assessment of evidence from clinical trials: A commentary, [http://www.agopuntura.org/documenti/editoriale/Editoriale\\_Philosophy\\_Ethics\\_and\\_Humanities\\_in\\_Medicine.pdf](http://www.agopuntura.org/documenti/editoriale/Editoriale_Philosophy_Ethics_and_Humanities_in_Medicine.pdf), 2008.
6. Borsarello J.: Mes combats pour l' acupuncture - la médecine chinoise et ses mystères, Éditions Albin Michel, Paris, 1992.
7. Brescia T.: Procedimento per una (re)visione delle scienze olistiche ed altre riflessioni, [http://www.agopuntura.org/html/tesoro/pensieri/Procedimenti per una revisione delle scienze olistiche.pdf](http://www.agopuntura.org/html/tesoro/pensieri/Procedimenti_per_una_revisione_delle_scienze_olistiche.pdf), 2013.
8. Brotzu R., Simongini E., Di Stanislao C.: Agopuntura: evidenze e sicurezza, [http://www.agopuntura.org/documenti/editoriale/Agopuntura\\_evidenze\\_e\\_sicurezza.pdf](http://www.agopuntura.org/documenti/editoriale/Agopuntura_evidenze_e_sicurezza.pdf), 2005.
9. Brotzu R., Di Stanislao C.: Il senso dell'atto curativo nell'evoluzione spirituale dello Shen. Interpretazione delle modalità di guarigione nella Medicina Classica Cinese, [http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo\\_2005/Evoluzione\\_Shen.htm](http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo_2005/Evoluzione_Shen.htm), 2005.
10. Crocella C. (a cura di): Le medicine non convenzionali. Ricerca scientifica, problemi normativi, disegni di Ed. Camera dei Deputati, Roma, 1991.
11. Darras J.C.: L' acupuncture cette inconnu, Éditions Hachette, Paris, 1975.
12. Dei F.: Medicine alternative: il senso del male nella postmodernità, I fogli di Oriss, 1996, 5: 29-55.
13. Dei F.: Usanze sinistre e profonde. Wittgenstein e la comprensione antropologica, L'uomo, 1991, IV (1): 95-122.
14. Di Stanislao C. (a cura di): Libro Bianco sull'agopuntura e le altre terapie della tradizione estremo-orientale, ed. SIA-CEA, Milano, 2000.
15. Di Stanislao C.: Editoriale, [http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo\\_2004/Editoriale.htm](http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo_2004/Editoriale.htm), 2004.
16. Di Stanislao C.: Medicando. Il dialogo e l'integrazione fra culture e modelli, Ed. Fondazione Silone, L'Aquila-Roma, 2007.
17. Di Stanislao C.: La burocrazia allontana da Ippocrate, [http://www.agopuntura.org/html/tesoro/pensieri/La\\_burocrazia\\_allontanata\\_da\\_Ippocrate\\_giugno\\_2008.pdf](http://www.agopuntura.org/html/tesoro/pensieri/La_burocrazia_allontanata_da_Ippocrate_giugno_2008.pdf), 2008.
18. Di Stanislao C.: Risposta a Garattini da una Regione, una ASL e un medico, [http://www.agopuntura.org/documenti/lettere\\_aperte/Risposta\\_a\\_Garattini\\_da\\_una\\_Regione.pdf](http://www.agopuntura.org/documenti/lettere_aperte/Risposta_a_Garattini_da_una_Regione.pdf), 2011.
19. Douglas M.: Credere e pensare, Ed. Il Mulino, Bologna, 1994.
20. Dumitrescu I.F.: Agopuntura scientifica moderna, Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 1996.
21. Eraud H.: L'acupuncture en pratique, Editions Chiron, Paris, 1988.
22. Giovanardi C.M.: Study of Diffusion of TC 99m injected into an acupuncture point on the body in a point out off acupuncture Meridian, [http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo\\_1998/TC99M.htm](http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo_1998/TC99M.htm), 1999.
23. Longo E., Volpini D.: Medicina e cultura. Prospettive di antropologia medica, Ed. Aracne, Roma, 2012.
24. Raymo C.: Il dubbio e la fede. L'elettrizzante contatto tra scienza e religione, Ed. Baldini Castoldi Dalai, Milano, 2008.
25. Ruscio J.: Clear thinking with psychology: Separating sense from nonsense, Ed. Pacific Grove, CA: Wadsworth, 2001.
26. Sabelli I.: Agopuntura oggi, Ed. Idelson Gnocchi, Napoli, 1989.
27. Seppilli T. (a cura di): T. Medicine e magie, Ed. Electa, Milano, 1989.

28. Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen. Volume XVIII. Il Sonno e i Sogni in Medicina Cinese, Ed. Xin Shu, Roma, 2012.
29. Sivin N.: Chinese Alchemy: Preliminary Studies. Harvard Monographs in the History of Science, 1, ed. Harvard University Press, Cambridge, 1968.
30. Sivin N.: History of Humanity. Scientific and Cultural Development, Ed. UNESCO, Geneve, 1996.
31. Sivin N.: Science and Civilisation in China, Ed. Cambridge University Press, Cambridge, 2000.
32. Sivin N.: Traditional Medicine in Contemporary China, Ed. University of Michigan, Anni Arbor, 1987.
33. Stalker D., Glymour C.: Examining Holistic Medicine, Ed. Prometheus Books, New York, 1989.
34. Unschuld P.U.: Medicine in China: A History of Ideas (Comparative Studies of Health Systems and Medical Care), Ed. California Univesity Press, Berkley, 1988.
35. Unschuld P.U.: Chinese Medicine, Ed. Paradigm Publication, Brooklyne, 1998.
36. Watt J., Wood C. (eds.): Talking Health. Conventional and Complementary Approaches, Ed. Royal Society of Medicine, London, 1988.
37. Wiseman N., Yeuhauna Z., Zang Y., Helme M.: Chinese Medical Characters Volume 1 Basic Vocabulary, Ed. Paradigm Puvblication, Brooklyne, 2003.
38. Wiseman N., Feng Y.: A Practical Dictionary of Chinese Medicine, Ed. Paradigm Publication, Brooklyne, 1998.

## **Trentasette casi di osteoatroosi diffusa ed intolleranza ai Fans, trattati secondo i principi della MTC vs Nimesulide**

**Carlo Di Stanislao**  
c.distanislao@agopuntura.org

*"... ch'io ho veduto tutto il verno prima  
lo prun mostrarsi rigido e feroce,  
poscia portar la rosa in su la cima..."*

**Dante Alighieri**, *Divina Commedia, Par., XIII, 133.*

*" Thomas Merton batte sul suo tema con la ossessività di un martello"*  
**Giuseppe Ungaretti**, *Discorso sulla poesia.*



**Sommario** l'articolo definisce la diffusione e la eziopatogenesi dell'osteoartrosi in medicina accademica e presenta i risultati di uno studio su trentasette casi di poliartrite grave con intolleranza ai FANS, trattati con agopuntura, moxibustione, massaggio tradizionale e piante cinesi vs impiego di nimesulide (4-nitro-2-fenossimetansulfonamide).

**Parole chiave:** artrosi, intolleranza ai FANS, bizheng, agopuntura, farmacoterapia cinese, du huo ji sheng tang, nimesulide (4-nitro-2-fenossimetansulfonamide).

**Abstract** The article defines the level of diffusion and etiopathogenesis of osteoarthritis in academic medicine and presents the results of a study over thirty-seven severe polyarthrosis cases with intolerance to NSAIDs, treated with acupuncture, moxibustion, massage and traditional Chinese plants vs the use of nimesulid-(4-nitro-2-phenoxy-metansulfonamide).

**Keywords:** arthrosis, intolerance to NSAIDs, bizheng, acupuncture, Chinese pharmacotherapy, du huo ji sheng tang, nimesulid (4-nitro-2-phenoxy-metansulfonamide).

## INTRODUZIONE

L'osteoartrosi<sup>1</sup> (o artrosi o osteoartrite<sup>2</sup>) è certamente la più diffusa fra le malattie reumatiche (1) e colpisce circa il 15% della popolazione mondiale. Secondo l'ISTAT rappresenta, in Italia, la quinta principale diagnosi in ordine di frequenza, dopo ipertensione, diabete, ischemia cardiaca cronica e bronchite. Essa è seconda solo alle malattie cardiovascolari come causa di invalidità (1). A partire dagli anni ottanta del secolo scorso le ricerche sulla etiopatogenesi delle forme atrosiche hanno avuto un notevole impulso. Si è così potuto documentare (2,3) che l'osteoartrosi è una malattia reale e non la conseguenza di un invecchiamento delle cartilagini articolari. Inoltre, grazie a ricerche cliniche, di laboratorio e strumentali, si è anche precisato che il danno diartroidale è multifattoriale, con fenomeni degenerativi cartilaginei e fatti infiammatori sinoviali anche nelle fasi precoci della malattia (1-3). La sofferenza dei condrociti si manifesta da una parte con un alterato assemblaggio dei proteoglicani<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Degenerazione cronica delle cartilagini articolari, con interessamento secondario di osso, sinovia, capsula. Colpisce soprattutto i soggetti anziani e prevalentemente quelli di sesso femminile. Le articolazioni di anca, ginocchio, vertebre, sono più suscettibili nello sviluppare questa patologia. Può essere di due tipi:

- *Primaria*, se è causata da fattori genetici ovvero idiopatica. Si manifesta con i noduli di Heberden.
- *Secondaria*, se è causata da fattori scatenanti quali traumi, interventi chirurgici o malattie reumatiche.

<sup>2</sup> Usata, soprattutto, per fasi flogistiche acute del processo atrosico.

<sup>3</sup> Glucosaminoglicani (GAGS) e proteoglicani (PGs) formano all'interno dei tessuti connettivi una sostanza definita "fondamentale" simil-gel altamente idratata, all'interno della quale le proteine fibrillari risultano ospitate ed imbricate. I PGs sono dati dall'associazione dei GAG con le proteine nei quali è facilmente distinguibile il gruppo proteico e i diversi GAG. Si possono formare le strutture più varie, da piccole molecole come la decorina che ha semplicemente una porzione peptidica e una piccola catena di dermatan-solfato, oppure la serglicina dove la porzione proteica è costituita soprattutto da serina e glicina e da una grande quantità di condroitin-solfato associati a questa piccola proteina, o ancora molecole come il versicano decisamente più complesso, nel quale troviamo ancora un nucleo centrale complesso e numerosi GAG, soprattutto condroitin-solfato. Il legame tra le proteine e il GAG avviene attraverso un trisaccaride che rappresenta la regione di collegamento tra le due strutture. La porzione proteica sarà costituita da amminoacidi che possono fornire un sito di legame per gli zuccheri che costituiscono il GAG, cioè gli amminoacidi che possiedono un gruppo ossidrilico (OH), ad esempio la serina che fornisce il sito di legame per xilosio, galattosio e galattosio, quindi un trisaccaride al quale va a legarsi la prima unità disaccaridica del GAG. Il legame sarà O-glicosidico tra il trisaccaride e la proteina. Alcuni proteoglicani non si trovano associati alla membrana ma la attraversano, sono quindi un vero e proprio componente delle membrane nel quale la proteina funziona sempre da supporto per il legame dei GAG. Il loro ruolo principale è quello di andare a costituire le strutture a livello della matrice e della superficie

(responsabile di una iniziale perdita di funzione della matrice<sup>4</sup>), dall'altra con la liberazione di enzimi lisosomiali<sup>5</sup> che aggrava la degradazione della cartilagine con meccanismi proteasici e collagenasici<sup>6</sup>. A carico della matrice avvengono alcuni peculiari fenomeni ormai ampiamente sanciti:

- i proteoglicani sono attaccati e degradati dalle proteasi e si riducono di numero;
- vi è un alterato apporto nutrizionale a livello degli strati cartilaginei più profondi;
- ogni noxa patogena (traumi, carico, ecc.) determina una neosintesi anarchica di proteoglicani maleassemblati.

Pertanto oggi sappiamo che, negli individui in buona salute vige un equilibrio fra l'annullamento del vecchio tessuto (mediante la sintesi di enzimi da parte dei condrociti) e la produzione di uno nuovo. Se diversamente la cartilagine viene svigorita più celermente rispetto al tempo utilizzato dall'organismo per l'avvicendamento, è proprio in quel momento che si sviluppa l'osteoartrite, dato che si determina una produzione inferiore di glicosaminoglicani, che conduce ad una riduzione dei legami tra proteoglicani e collagene. La conseguenza è un più rilevante richiamo di acqua all'interno della matrice, causando l'indebolimento della cartilagine e limitandone la sua regolare attività di sostegno. Questo sviluppo si evolve ineluttabilmente, svigorendo senza sosta l'articolazione e procurando, col trascorrere degli anni, deterioramenti insanabili. Solamente nel 2-3% dei casi le osteoartriti sono generate da incidenti o contusioni alle articolazioni, malattie ereditarie o altre invalidità; in questi casi si tratta di osteoartriti secondarie. La percentuale più rilevante è delineata dalle osteoartriti primarie (localizzate o diffuse) che sorgono, in apparenza, senza motivi scatenanti con il prosieguo degli anni. Le osteoartriti (o artrosi) primarie si verificano con più probabilità dopo i 50 anni; alcuni studi segnalano che dopo i 65 anni il 75% degli individui soffre di artrosi più o meno grave. Il danno cartilagineo è inoltre aggravato per l'elevato contenuto idrico della cartilagine stessa

---

cellulare, però soprattutto nel caso dell'eparan-solfato dovrei vedere l'unità disaccaridica che si ripete, invece ci sono delle sostanziali differenze, quindi queste molecole non sono sempre costituite dallo stesso disaccaride che si ripete, ma si possono trovare nella struttura anche molecole differenti, inserite grazie all'ausilio di alcuni enzimi (deacetilasi e solfatasi), e che possono avere un ruolo rilevante per quella struttura perché possono conferire ulteriori funzioni alla molecola. Le funzioni sono:

. L'attivazione conformazionale: ad esempio prendendo in considerazione il dominio S (pentasaccaride) dell'Eparan-solfato. L'antitrombina andrà a legarsi a questo dominio S che comprende anche altri costituenti oltre a glucosammina e acido glucuronico, e questi costituenti diversi determineranno la modificazione conformazionale dell'antitrombina che a questo punto può interagire con il fattore Xa di coagulazione del sangue che può essere bloccato, bloccando la coagulazione del sangue.

. L'interazione proteina- proteina: dove il legame dell'antitrombina con la porzione dell'eparan-solfato modificata può portare all'ulteriore interazione con la trombina. Grazie a questa interazione la trombina può a sua volta associarsi all'eparan-solfato determinando la localizzazione di due proteine sullo stesso proteoglicano.

. Funzionare da corecettore per ligandi extracellulari: parliamo, ad esempio, del fattore di crescita di fibroblasti che avrà un suo recettore col quale interagire, in questo caso però l'interazione tra il ligando e il recettore è favorito dal dominio S dell'eparan-solfato, cioè quei domini che hanno subito la modificazione e che hanno la capacità di interagire sia con il fattore di crescita che col suo recettore, assumendo la funzione di corecettore, migliorando l'interazione tra ligando e recettore.

. Consentire la localizzazione/concentrazione di una proteina sulla superficie cellulare: il fatto che vi sia una elevata quantità di cariche negative nell'eparansolfato porta a favorire l'interazione con determinate molecole cariche positivamente ad esempio la lipoproteina lipasi, che viene più facilmente attratta da interazioni elettrostatiche grazie ai gruppi solfato carichi negativamente. Queste interazioni sono importanti nell'ingresso di determinati virus nelle cellule.

<sup>4</sup> Complessa rete di macromolecole extracellulari (collagene, proteoglicani, acido ialuronico, laminina, elastina, ecc.) che, oltre a svolgere una funzione cementante fra le cellule e i tessuti, forma un'intelaiatura molto ben organizzata all'interno della quale le cellule possono spostarsi e interagire fra loro. La degradazione della matrice cartilaginea è mediata, almeno in parte, da enzimi proteolitici, come metalloproteinasi (tra cui collagenasi, stromelisin ed aggrecanasi) ed enzimi lisosomiali, che vengono rilasciati da sinovociti e condrociti sotto lo stimolo di alcune citochine.

<sup>5</sup> I lisosomi sono organuli cellulari che appaiono come corpi rotondeggianti che si sviluppano dall'estremità distale dell'apparato del Golgi, delimitati alla periferia da una membrana simile a quella del reticolo endoplasmatico, del quale rappresentano una differenziazione. Contengono una grande varietà di enzimi idrolitici, detti idrolasi acide perché la loro azione si svolge in maniera ottimale a un pH di circa 5, il pH interno dei lisosomi. Le idrolasi sono sintetizzate nel reticolo endoplasmatico e rielaborate all'interno dell'apparato del Golgi, dal quale sono trasportate ai l. mediante speciali vescicole rivestite. Vedi anche: <http://www.omeopatiapossibile.it/clinica-veterinaria/lesione-della-cartilagine-aspetto-microscopico-omeopatia-veterinaria/>.

<sup>6</sup> Vedi: <http://www.vulnologia.it/BIBLIOTECA/PDF/FISIOPATOLOGIA/8%29%20METALLOPROTEASI.pdf>.

(sviluppo di specie reattive dell'ossigeno<sup>7</sup>). I meccanismi immunitari, infine, giocano un ruolo importante nella genesi dei processi infiammatori che accompagnano i fenomeni degenerativi. In effetti nel liquido sinoviale di soggetti con artrosi osteoartritica, sono stati individuati, oltre a collagene e condrociti, linfocine e prostaglandine (2). Nell'ambito della membrana sinoviale interessata dalla flogosi è possibile mettere in evidenza vari tipi di cellule immunocompetenti (macrofagi, linfociti T e B). I linfociti T attivati da alcune interleuchine (IL1 e IL2) producono gamma-interferone che induce la comparsa di antigeni di istocompatibilità (HLA-DR) sui condrociti, rendendoli bersaglio per reazioni flogistiche secondarie (3). Si verifica quindi una continua attivazione di condrociti e produzione di proteasi e collagenasi con perpetuazione a dismisura del danno cartilagineo diartroidale (4). In conclusione si può ragionevolmente affermare che due sono i processi patologici che determinano l'evoluzione artrosica. Da una parte la sofferenza del condrocita con alterazione strutturale della matrice collagena e dall'altra la sinovite reattiva con fenomeni immunitari di notevole rilevanza. La sintomatologia è contrassegnata da dolore (che si aggrava con l'esercizio e col carico e migliora a riposo), rigidità (lieve al mattino ed aggravata dall'immobilità), limitazione funzionale (anche ai movimenti passivi), dolorabilità pressoria articolare e periarticolare, tumefazione ossea (noduli di Heberden<sup>8</sup> e di Bouchard<sup>9</sup>), tumefazione flogistica dei tessuti molli periarticolari, scroscio articolare (soprattutto palpatorio). L'evoluzione è cronica ma l'esordio può anche essere flogistico ed acuto. In molti casi la sintomatologia può rimanere silente per molto tempo e riacutizzarsi ad intervalli variabili. L'approccio terapeutico si avvale di presidi che riducano il sintomo dolore e la flogosi. La terapia fisica (massoterapia<sup>10</sup>, radarterapia<sup>11</sup>, galvanoterapia antalgica<sup>12</sup>, TENS<sup>13</sup>,

<sup>7</sup> I ROS (Reactive Oxygen Species) e altre specie radicaliche reattive vengono prodotti dalle cellule stesse durante i normali processi fisiologici, o possono avere origine esogena. All'interno dell'organismo sono normalmente rilasciati come sottoprodotti metabolici della respirazione aerobica, di alcuni processi enzimatici e di reazioni immunitarie, mentre tra i principali fattori esterni che portano alla formazione di radicali liberi ci sono inquinamento atmosferico, radiazioni ultraviolette, agenti chimici e stress. In condizioni fisiologiche i sistemi viventi possiedono sistemi di difesa endogeni che proteggono le biomolecole strutturali e funzionali dall'attacco dei radicali liberi. Tali sistemi di difesa, che possono essere di tipo enzimatico (glutazione, superossido dismutasi, catalasi) e non enzimatico (molecole antiossidanti e vitamine assunte con la dieta), reagiscono con le specie radicaliche prima che queste possano attaccare le strutture biologiche, smorzandone il potenziale dannoso.

<sup>8</sup> Sporgenze ossee dovute a deposito di calcio nelle cartilagini articolari, a livello delle falangi distali.



Da:

[http://www.reumatologiadebilio.de/1/noduli di heberden e bouchard immagini patologie reumatiche 25071.html](http://www.reumatologiadebilio.de/1/noduli%20di%20heberden%20e%20bouchard%20immagini%20patologie%20reumatiche%2025071.html).

<sup>9</sup> Sporgenze ossee dovute a deposito di calcio nelle cartilagini articolari, a livello delle falangi prossimali.



Da:

[http://www.forumsalute.it/community/forum\\_93\\_parola\\_al\\_medico/thrd\\_157343\\_il\\_dolore\\_alla\\_mano\\_non\\_sempre\\_e\\_lartrosi\\_1.html](http://www.forumsalute.it/community/forum_93_parola_al_medico/thrd_157343_il_dolore_alla_mano_non_sempre_e_lartrosi_1.html)

<sup>10</sup> Terapia fisica che si fonda sull'applicazione di massaggi. Viene eseguita da personale esperto, dietro precisa indicazione del medico, che deve tener conto delle condizioni generali del paziente (sesso, età, effetti della malattia, capacità di reazione dell'organismo, ecc.). Le controindicazioni al massaggio, più che le condizioni morbose (stati febbrili acuti, processi infettivi, gravi malattie del cuore e dei vasi, affezioni cerebrali), riguardano

paraffinoterapia<sup>14</sup>, fangoterapia<sup>15</sup>, laserterapia a basso voltaggio<sup>16</sup>, tecarterapia<sup>17</sup>) da risultati incostanti. Utile la rieducazione posturale<sup>18</sup> in caso di alterato carico statico. Gli antinfiammatori non steroidei riducono il dolore e la flogosi, ma possono causare vari effetti collaterali sia prevedibili (gastrici, renali, epatici, emocoagulativi, ecc.) che imprevedibili (leucopenia, anemia emolitiva, pironopenia autoimmune, allergodermie, ecc.). Si è inoltre dimostrato (5) che molti FANS producono una amplificazione del danno articolare (studi radiologici sequenziali hanno mostrato che molti soggetti trattati con salicilati o FANS tradizionali mostrano un deterioramento articolare maggiore rispetto ai controlli). L'impiego di glicosaminglicani (6) per via orale o intrarticolare ha dato risultati molto dubbi. Attualmente i farmaci più utilizzati sono quelli in grado di bloccare la via lipossigenasica (piroxicam, ketoprofene, naprossene, diclofenac) o in grado di svolgere azione "scavenger" sui radicali liberi dell'ossigeno (nimesulide o 4-nitro-2-fenossi-metansulfonamide). Questi farmaci hanno un minor numero di effetti indesiderati gastrici e/o renali, ma circa il potere immunogeno gli antiprostaglandinici sono in grado (nel 5% dei casi) di determinare allergodermie anche molto gravi. Inoltre il deterioramento progressivo del tessuto cartilagineo risulta rallentato solo con la nimesulide, ma non con diclofenac o piroxicam (7,8). Le reazioni avverse imprevedibili sono soprattutto contrassegnate da eventi cutanei disseminati di tipo urticato o esantematico e, a volte, con carattere erosivo grave (Stevens-Johnson o Fiessinger-Rendu) o addirittura mortale (sindrome di Lyell)<sup>19</sup> (9). Tali reazioni possono essere sia immunitarie (IgE, IgG4,

---

alcune zone che non devono essere aggredite da manovre profonde o rudi: tutte le sporgenze ossee, la regione anteriore del collo, la faccia interna del gomito, il cavo ascellare, l'addome, il triangolo dello Scarpa, i gangli inguinali, la faccia interna della coscia, la rotula, il cavo popliteo, i malleoli.

<sup>11</sup> La produzione di calore è l'azione primaria della radarterapia. Questo effetto è determinato dalle oscillazioni delle particelle dei tessuti, le quali producono calore per effetto Joule. Il riscaldamento è maggiore a livello dei tessuti con alto contenuto di acqua, come i muscoli e i tessuti periarticolari.

<sup>12</sup> Terapia con impiego di corrente continua a bassa tensione.

<sup>13</sup> Acronimo di *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulator*, che utilizza, per mezzo di elettrodi, correnti appropriate i cui microimpulsi eccitano solo le fibre nervose della sensibilità tattile situate sotto la pelle, applicando così gli elettrodi a livello della zona dolorante, si coprono la maggior estensione possibile di pelle al di sopra della zona interessata. La TENS viene utilizzata soprattutto in patologie come nei dolori radicolari (rachialgie, sciatalgie e lombosciatalgia), nelle nevralgie post-erpetiche, nell'artrite reumatoide, nell'artralgie e mialgie localizzate. È controindicata per i pazienti portatori di pace-maker, nella gravidanza e per la stimolazione peri-cardiaca.

<sup>14</sup> Introdotta nel 1915 da De Sandfort e Joly, si basa sull'impiego terapeutico della paraffina riscaldata, in moda da terminare una termoterapia per conduzione. L'indicazione elettiva della paraffinoterapia sono i processi di artrosi, sottostanti a vene varicose. In tali casi, l'impacco di paraffina, grazie al suo effetto costrittivo sui tessuti molli, evita l'aggravamento dell'ipotonia venosa che si instaurerebbe in seguito all'azione del calore.

<sup>15</sup> Terapia termale che viene effettuata impiegando fango termale rimasto in infusione in speciali contenitori per circa 50-60 giorni. fango viene applicato direttamente sulla pelle ad una temperatura tra i 37 °C e i 38 °C per un periodo che varia dai 15 ai 20 minuti.

<sup>16</sup> Terapia antinfiammatoria indicata per il trattamento di patologie infiammatorie acute (come tendiniti, cervicalgie, lombalgie, artriti e artrosi).

<sup>17</sup> Tecnica che stimola energia dall'interno dei tessuti biologici, attivando i naturali processi riparativi e antiinfiammatori. L'idea di trasferire energia ai tessuti infortunati è comune a molte terapie (radar e Marconiterapia usano l'effetto antenna, la magnetoterapia l'effetto Faraday-Neumann ecc.), ma tutte queste somministrano energia proveniente dall'esterno. La Tecarterapia<sup>17</sup> agisce diversamente, essa infatti richiama le cariche elettriche da tutto il corpo, sfruttando il modello del condensatore, cioè due conduttori affacciati e separati da un isolante. Se si collegano i due conduttori a un generatore elettrico di differenza di potenziale, sui conduttori si accumulano cariche elettriche che si opporranno alla corrente fino a ridurla a zero quando il sistema è carico. Nata in Spagna nel 1997, si avvale di un apparecchio che è un generatore di onde hertziane e che sfrutta una forma di interazione elettromagnetica che fa riferimento al modello del condensatore, realizzando correnti di spostamento di cariche elettriche presenti all'interno dei tessuti sotto forma di ioni.

<sup>18</sup> La Rieducazione Posturale è sostanzialmente una tecnica, un modo di fare ginnastica che prevede:

- Lavoro meccanico-ortopedico
- Educazione allo schema corporeo
- Ginnastica posturale
- Educazione respiratoria

Importante la diagnosi che si basa su anamnesi ed esame obiettivo, per il quale è necessario tenere in considerazione i rapporti esistenti tra le parti del corpo, per esempio tra un arto ed il suo omologo controlaterale, ovvero quelli esistenti tra il cingolo scapolare ed il bacino.

<sup>19</sup> Uno degli effetti collaterali più usuali è l'intolleranza gastrica agli antiflogistici non steroidei che si verifica in parte a causa dell'azione locale dei farmaci - e per questo ne è necessaria l'assunzione a stomaco pieno con dei liquidi - in parte con il meccanismo della rimozione degli effetti protettivi delle prostaglandine sulla mucosa gastrica. Nei pazienti con tendenza alla gastrite e all'ulcera si devono somministrare eventualmente a scopo profilattico farmaci gastroprotettori. I FANS possono provocare, anche se raramente, la comparsa o il peggioramento di una sintomatologia asmaticiforme legata a meccanismo di bronco-costrizione. Talvolta fanno la loro comparsa manifestazioni allergiche cutanee che possono obbligare alla sospensione del trattamento. Rara ma grave è la sindrome di Lyell (epidermolisi tossica acuta, "sindrome della pelle scottata"). Possibili alterazioni a livello ematico (leucopenia, trombopenia, agranulocitosi) e danni epato-tossici o renali sono relativamente rari, tuttavia è richiesta

immunocomplessi, linfociti T) che extraimmunitarie (aumentata sintesi o rilascio di istamina) (9,10). Circa il tempo di comparsa, poi, si suddividono in immediate, accelerate e ritardate<sup>20</sup> (11). I test in vivo sono pericolosi e non sempre attendibili (prick, intradermo, patch-test, scatenamento orale in doppio cieco), mentre quelli in vitro evidenziano solo una piccola minoranza di fenomeni (Rast con safariosio, degranolazione dei basofili, blastizzazione dei linfociti ecc.). Di solito una anamnesi scrupolosa ed accurata è il criterio di maggiore attendibilità.

## STUDIO CLINICO<sup>21</sup>

### A) MATERIALI E METODI:

Un gruppo composto da 37 soggetti (20 donne e 17 uomini) di età compresa fra i 57 ed i 75 anni (media 66), tutti con poliartrite diffusa con fasi di acuzie osteoartritiche ed intolleranza ai FANS (da 1 a 3 intolleranze comprendenti salicilati, pirazoloni, oxicam, paracetamolo, naprosseni), sono stati suddivisi in due coorti omogenee (una di 19 e l'altra di 18 soggetti) per sesso, età e gravità di forme diartroidali e sottoposti per 3 mesi alle seguenti terapie:

- GRUPPO A (18 individui): Nimesulide da 100 a 200 mg/die a stomaco pieno in due dosi rificate<sup>22</sup>.

- GRUPPO B (19 individui): Agopuntura e moxibustione bisettimanale, seguita da massaggio energetico Tuina secondo gli schemi indicati da Guillaume-Mach-Chieu (12) e Chen You-wa (13) per le forme bi da vento-freddo-umidità con vuoto di yang di Rene e di Milza (punti principali BL 23-20, CV4, ST38, SP5, LI5) trattati con "ago tiepido" mediante cupola per moxa in acciaio inox; massaggio lineare sui meridiani

---

l'esecuzione ad intervalli regolari di esami di controllo che sono specialmente necessari nelle cure prolungate, all'inizio ogni due settimane e più avanti ogni quattro settimane. Anche sanguinamenti gastro-intestinali occulti debbono essere ricercati mediante regolari controlli.

L'attenzione deve essere portata altresì in modo preciso sulle possibili interferenze dei FANS con altri farmaci, ad esempio per spostamento dal loro legame proteico plasmatico. Occorre fare frequenti controlli di laboratorio per valutare il possibile effetto di potenziamento da parte dei FANS sugli anticoagulanti di tipo cumarinico. Può verificarsi anche un effetto di potenziamento sugli antidiabetici orali (derivati della sulfanilurea). I pazienti che fanno uso di diuretici e di anti-ipertensivi devono fare maggiore attenzione dato che diminuiscono i loro effetti terapeutici a causa dell'aumentata ritenzione di sodio. Sotto terapia con FANS possono verificarsi edemi da cause renali, determinati dalle azioni dei FANS sulle prostaglandine

<sup>20</sup> In linea schematica la risposta allergica si può così compendiare: l'antigene è incorporato dalle APCs, e viene elaborato o "processato" in modo da isolare la frazione immunogena poi presentata ai linfociti Th indifferenziati o "vergini" (Th<sub>0</sub>). L'entità d'interazione fra APCs e Th<sub>0</sub> e la quantità di antigene orientano la evoluzione a dei Th<sub>0</sub> verso i Th<sub>1</sub> -che elaborano interferone gamma – oppure verso i Th<sub>2</sub> i quali stimolano i linfociti B alla trasformazione in plasmacellule che incrementano la produzione di IgE a danno della produzione di IgA ed IgM. Le plasmacellule così stimolate liberano inoltre alcune interleuchine ( IL<sub>3</sub>, IL<sub>5</sub>) che, in unione con le IgE promuovono la degranolazione delle mastocellule ed i basofili con successivo rilascio dei mediatori ultimi della reazione allergica: istamina, proteasi, prostaglandina D<sub>2</sub>, leucotrieni. La prima esposizione ad un antigene sollecita principalmente la sintesi di IgM che proteggono il compartimento extravascolare e si concentrano particolarmente nelle mucose e nelle loro secrezioni. È questa la risposta allergica primaria. Alle successive esposizioni allo stesso antigene si scatena, nei soggetti atopici, la produzione di IgE che sono alla base della risposta allergica secondaria o di memoria. Secondo la classificazione di Levine, in base all'intervallo di tempo trascorso tra l'assunzione del farmaco e l'inizio della reazione, le reazioni allergiche da farmaci possono essere distinte in immediate, accelerate e ritardate, o più semplicemente in immediate e non immediate. Va detto che spesso il meccanismo è pseudo allergico e nelle forme ritardate celluloso-mediato (Linfocita T). Le forme accelerate hanno un elevato livello di IgG che interferiscono con le IgE in modo competitivo per l'allergene derivante dal farmaco.

<sup>21</sup> Si ringraziano le UUOCC di Ortopedia (direttore dott. Stefano Flamini) e di Fisioterapia e Riabilitazione (direttore dott. Giorgio Spacca) della ASL 01 di Avezzano-Sulmona-L'Aquila, per la preziosa collaborazione.

<sup>22</sup> Va comunque segnalato che, del tutto recentemente (febbraio 2012) e comunque dopo il nostro studio, l'indicazione "osteoartrite dolorosa" è stata eliminata dai foglietti illustrativi di tutti i farmaci contenenti nimesulide, dall'Aulin, il più famoso, a tutti gli equivalenti disponibili in farmacia. Meglio conosciuti con il nome commerciale di Aulin, Mesulid e Sulidamor, gli antinfiammatori a base di Nimesulide sono ancora indicati per il trattamento del dolore acuto, quindi di breve durata, e della dismenorrea primaria (mestruazioni dolorose). In questi due casi, infatti, il principio attivo è in grado di offrire benefici superiori ai rischi di effetti indesiderati. Deve però essere prescritto solo in seconda battuta, quando gli altri comuni antidolorifici non hanno funzionato. Nel settembre 2007, proprio per evitare effetti indesiderati, l'Agenzia europea del farmaco ha stabilito che le confezioni di Nimesulide non dovessero contenere più di 30 dosi, equivalenti a 15 giorni di terapia. Questo limite massimo è stato imposto proprio per evitare l'insorgenza di effetti indesiderati di tipo epatico, più probabili dopo due settimane di utilizzo. Con questa nuova restrizione all'uso prolungato, ci chiediamo cosa ne sarà degli attuali formati da 30 dosi, non giustificati da un uso conforme alle raccomandazioni, cioè molto limitato nel tempo e per condizioni acute, non croniche (come nel caso dell'osteoartrite). Ma, in Italia, le cose vanno diversamente. A maggio 2012, il sottosegretario alla Sanità ha infatti dichiarato che le modifiche riguardo l'uso del Nimesulide potranno avvenire solo quando sarà costituita la nuova Commissione tecnico scientifica dell'Aifa, pertanto il principio resta a carico del SSN il Nimesulide per il trattamento dei sintomi di infiammazione croniche di tipo osteoarticolare, proprio le stesse per le quali la Commissione europea ha stabilito di eliminare con urgenza l'uso di questo medicinale.

zushaoyin e zutaiyang e mobilizzazione articolare con micromassaggio sui punti LI15-11, TB4, ST35, SP9, BL32 in base all'articolazione colpita; per il tratto dorso lombare impiego di "rullo da massaggio" a due teste metalliche prodotto dalla Phu-Xuan di Parigi<sup>23</sup>) (15-20). Impiego di cp da 500 mg della formula Du Huo Ji Sheng Tang<sup>24</sup> (独活寄生片) (imperatori Angelica pubescens 杜霍<sup>25</sup> radix e Loranthus parassiticus ramulus 桑寄生<sup>26</sup>) da 3 a 6 al di' <sup>27</sup>(in rapporto alla gravità del sintomo) (14).

## B) RISULTATI:

Circa i parametri clinici abbiamo registrato:

- Per il dolore spontaneo (indice VAS) decremento da un punteggio iniziale di 60 ad uno finale di 20 nel gruppo nimesulide e di 30 in quello trattato in MTC (tabella 1). Le due curve hanno avuto analogo andamento per il primo mese e decremento più significativo per il gruppo nimesulide a partire dalla quinta settimana.
- Per il dolore provocato dalla pressione (tabella 2) si è partiti da valori iniziali di 80 e scesi a valori di 30 per il gruppo nimesulide e di 40 per quello trattato con agopuntura, massaggio, moxa e piante cinesi.
- Il dolore per i movimenti attivi ha raggiunto in entrambi i casi valori finali più che dimezzati con curve sovrapponibili (tabella 3), mentre quello per i movimenti passivi (tabella 4) decremento più marcato nel gruppo trattato con medicina alternativa.



23

Da: <http://www.mondobenessereblog.com/2011/10/31/needling-il-nuovo-trattamento-per-eliminare-smagliature-e-cicatrici-dell%E2%80%99-acne/>. Oggi la tecnica, con rulli molto piccoli, è usata sul viso per cicatrici e smagliature. Vedi: <http://www.gmt2000.eu/>.

<sup>24</sup> Tratta dal testo *Qian Jin Yao Fang* e con questa composizione:

- Du Huo (radix Angelicae pubescentis)...9g
- Xi Xin (herba cum radice Asari)...6g
- Fang Feng (radix Ledebouriae 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 preparatae Glycyrrhizae uralensis)...6g.

Xi Xin (Asarum heterotropoides, herba) contiene safrolo, potenzialmente epatotossico. Nel nostro studio, comunque, non si è mai segnalata epatotossicità.

<sup>25</sup> Con effetti lipo e cicloossigenasici: vedi: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9741298>.

<sup>26</sup> Vedi: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22318341>.

<sup>27</sup> Il prodotto ci è stato fornito dal Dipartimento di Farmacologia della Università di MTC di Macao, direttore prof. Hu Lie.

- Anche la rigidità mattutina (valutazione percentuale) è scesa analogamente nei due gruppi (tabella 5).

Nessun paziente del gruppo trattato con agopuntura, moxa, massaggio e Di Huo Ji Sheng Tang ha lamentato disturbi gastrici e/o digestivi. Quattro pazienti (22,2%) del gruppo nimesulide ha lamentato (a dosaggio di 200 mg/die) disturbi gastrici come pirosi, dolore epigastrico, nausea, anoressia. Nessun paziente né del primo né del secondo gruppo ha presentato fenomeni di intolleranza ed i comuni parametri ematochimici (emocrocitometrico con formula, tempo di coagulazione, creatinina, bilirubina, transaminasi, fosfatasi alcalina, esame urine), controllati mensilmente, non hanno subito variazioni rilevanti.

#### CONCLUSIONI:

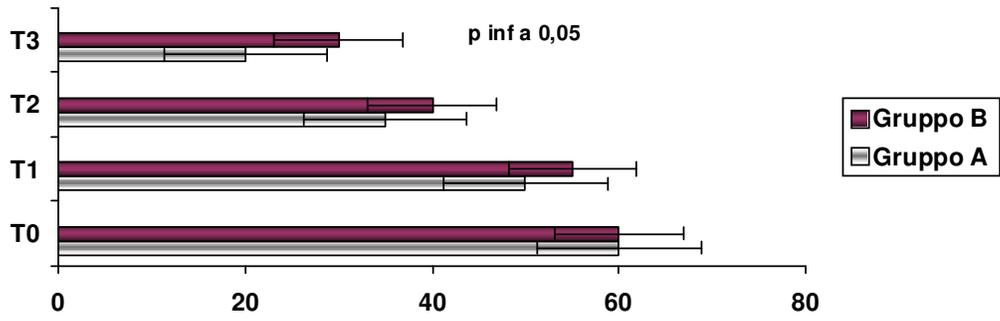
La MTC offre la possibilità di trattare in modo efficace pazienti artrosici polintolleranti ai FANS (drug reactions). Mentre l'azione sul dolore spontaneo e provocato è meno incisiva di quella della nimesulide, analoga a quella di questo antinfiammatorio risulta l'effetto sul dolore spontaneo e sulla rigidità mattutina, con un numero molto più esiguo di possibili effetti collaterali gastrici o della sfera digestiva. Tuttavia la combinazione di molte differenti pratiche (agopuntura con moxa, rullo antidolorifico e massaggio, impiego di erbe cinesi) rende la metodica più complessa della semplice assunzione di nimesulide ed indubbiamente molto più costosa. Resta comunque questa opportunità in caso di pazienti con affezioni reumatiche croniche poco gestibili sotto il profilo farmacologico a causa di intolleranze farmacologiche multiple<sup>28</sup> e con disturbi gastrici o digestivi <sup>29</sup> (21-27).

---

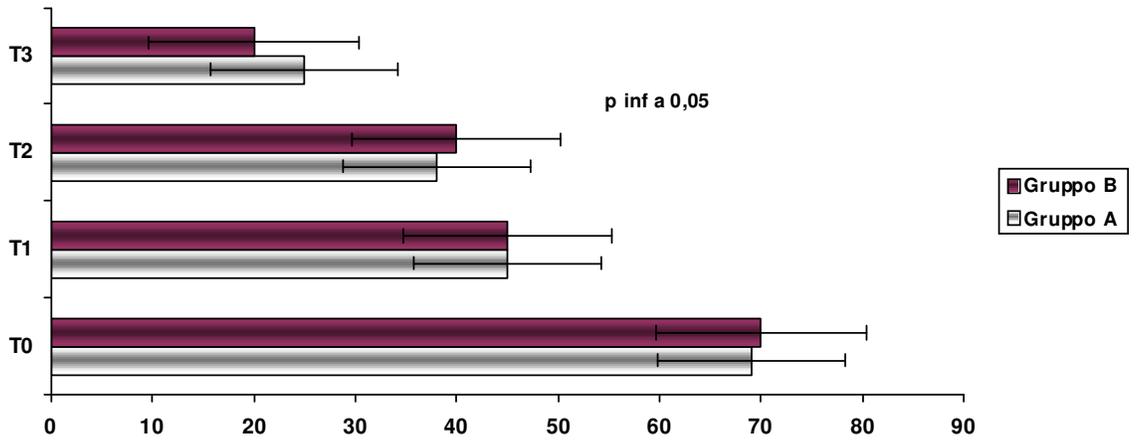
<sup>28</sup> Il blocco della produzione delle ciclossigenasi da parte dei FANS, determina inibizione della produzione di prostaglandine PGE (altri mediatori dell'infiammazione), limitando il processo flogistico ed esplicando così gli effetti terapeutici. Per tale effetto sulle prostaglandine, con l'uso cronico si può avere danno gastrico, con rischio di emorragia dovuta all'annullamento dell'effetto protettivo di PGE2 sulla mucosa gastrica. L'interferenza sul metabolismo dell'acido arachidonico, favorisce l'attività della via lipossigenasica (una seconda via metabolica), con formazione di molecole, conosciute come leucotrieni (LTC4 LTD4, LTE4) che determinano tra l'altro vasodilatazione e aumento della permeabilità capillare. Tale meccanismo sembrerebbe essere alla base di alcune delle manifestazioni di ipersensibilità sia cutanee (orticaria-angioedema) che respiratorie (asma bronchiale), in alcuni soggetti che assumono FANS, caratterizzati da una iperproduzione/iperattività funzionale basale dei leucotrieni.

<sup>29</sup> Com'è noto, l'assunzione di FANS determina dispepsia, intendendosi con tale termine, una alterazione delle funzioni digestive che si manifesta con dolore o fastidio nella parte centrale dell'addome superiore (epigastrio), di solito nel periodo postprandiale. In questi casi, comunque, Molto spesso modificare i comportamenti alimentari, come ad esempio mangiare lentamente ed evitare cibi difficili da digerire, è sufficiente, a volte, per risolvere il disturbo. Può essere utile la somministrazione di sostanze antiacide, come il trisilicato di magnesio e l'idrossido di alluminio, o di farmaci cosiddetti procinetici (metoclopramide, domperidone). Molti preferiscono un cucchiaino di bicarbonato di sodio sciolto nell'acqua, ma è facile che provochi formazione di aria nello stomaco e conseguenti eruttazioni. Consumare liquirizia 20 minuti prima dei pasti facilita la digestione, anche menta e genziana stimolano le funzioni digestive e riducono il tempo di svuotamento dello stomaco.

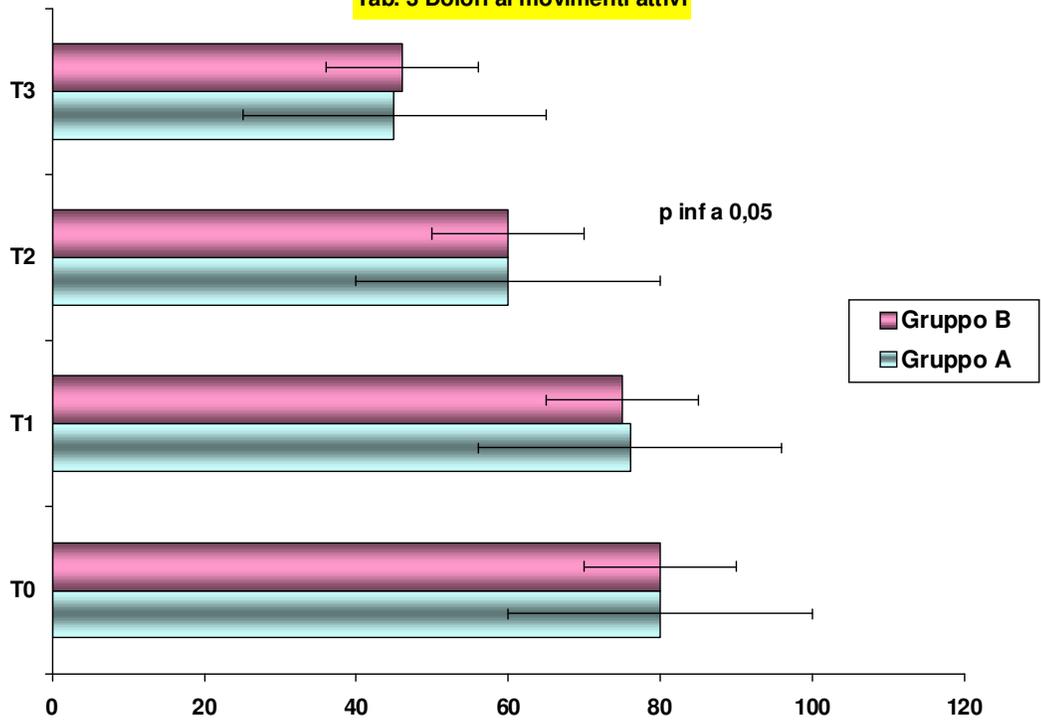
**Tab. 1 Dolore spontaneo**



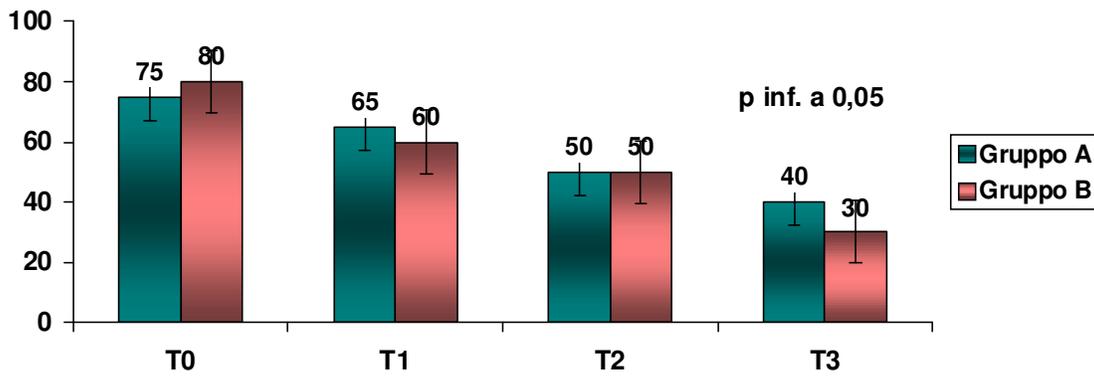
**Tab 2 Dolore alla pressione**



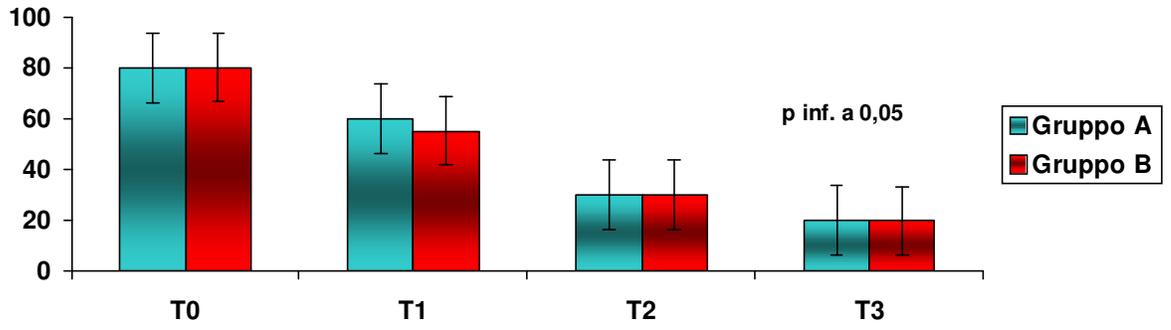
Tab. 3 Dolori ai movimenti attivi



Tab. 4 dolori ai movimenti passivi



**Tab. 5 Rigidità mattutina**



## **Bibliografia**

1. Bonomo L., Pipitone V., Lapadula G. et al.: La Osteoartrosi, Aggiornamento del Medico, 1990; 14:138-173.
2. Vignon E.: Screening of degenerative enzymes from articular cartilage in experimental osteoarthritis, Clin. Rheumatol., 1987, 6:208-212
3. Moskowitz R.W., Brandt K.D. In Mc Carty D.J. (Ed.): Arthritis and allied conditions, Ed. Lea & Fabiger, New York, 1989.
4. Jahn B.: Changes in cell surface antigen expression of human articular chondrocytes induced by gamma-interferon, Arthritis Rheum., 1984; 27: 15-21-
5. Arfag A.A., Davis P.: Osteoarthritis 1991. Current drug treatment regimens, Drugs, 1991; 41: 193-201.
6. Lapadula G.: Glicosaminglicani e osteoartrosi. Le basi fisiopatologiche e terapeutiche. Ed. Piccin, Padova, 1990.
7. Del Favero A.: A anti-inflammatori analgesics and drug used in rheumatoid arthritis and gout. In: Dukes M.N.G. (Ed.). Side effects of drugs annual 11., Ed. Elsevier, Amsterdam, 1987.
8. Ligniere Gh., Santalena G., Grosso P. et al.: Osteoartrosi e nimesulide, Rivista Farmaci, 1994; 18: 1-14.
9. Errigo E.: Manuale di Allergologia, II Edizione, Lombardo Editore, Roma, 1994.
10. Bologna G., Di Stanislao C. et al.: La diagnostica allergologica in vitro in corso di allergodermia, Atti Congresso ADOI, Lecce, 1994.
11. Ribuffo A.: Manuale di Dermatologia e Venereologia, II Edizione, Lombardo Editore, Roma, 1990.
12. Guillaume G. et Mach-Chieu: Rhumatologie et Medicine Traditionnelle Chinoise, voll I II, Ed. Presence, Paris, 1990.
13. Chen You-wa: Massages chinoise, Ed. R. Laffont, Paris, 1992.
14. Gatto R.: Seminari AFAC, IV: Le Ricette, polycopie, Ed. AFAC, Milano, 1993.
15. AAVV: Comment se soigner par la moxibustion, Ed. Phu Xuan, Paris, 1996.
16. Xiarong C., Hong J., Shouxiang Y.: Illustrated Chinese Moxibustion Techniques and Methods, Ed. Jessica Kingsley Publishing, New York, 2012.
17. Papadia M.: Manuale taoista di Medicina Tradizionale Cinese, Ed. Papadia, Roma, 2012
18. Bingyi F., Fang S., Jinlin Q., Quan L., Shuqian W. (Eds): Encyclopedic Reference of Traditional Chinese Medicine, Ed. New York, London, Berli, 2012.
19. Yuqun L.: Traditional Chinese Medicine, Ed. Cambridge University Press, Cambridge, 2011.
20. Tian R.: Internal Diseases in Traditional Chinese Medicine, Ed. Textsteam, New York, 2011.
21. Paparo B.S. (a cura di): L'incontro. Integrated medicine: traditional chinese medicine and western medicine, Ed. Universitalia, Roma, 2011.
22. AAVV: Le peculiarità sociali delle medicine non convenzionali, Ed. Franco Angeli, Milano, 2009.
23. Di Stanislao C.: Argomenti di Medicina. Il dialogo e l'integrazione fra culture e modelli, Ed. Fondazione Silone, L'aquila-Roma, 2007.
24. Colombo E., Rebughini P.: La medicina contesa. Cure non convenzionali e pluralismo medico, Ed. Carocci, Milano, 2006.
25. Rossi G.: Fondamenti di Medicina Integrata, Ed. MIR, Milano, 2005.
26. Giarelli G.: Medicine non convenzionali e pluralismo sanitario. Prospettive e ambivalenze della medicina, Ed. Franco Angeli, Milano, 2005.
27. Xuemei L., Jingyi Z.: Patterns & Practice in Chinese Medicine, ed. Eastland Press, Seattle, 1998.



# **Un caso clinico di cistite cronica: verso la propria individualità<sup>1</sup>**

**Dott. Guido Bernardini<sup>2</sup>**  
bernardiniguido@virgilio.it

---

<sup>1</sup> Relazione presentata il 13 ottobre 2012 al II Congresso SIdA, Villa Rosa (TE).

<sup>2</sup> Xin Shu, AMSA, SIdA, Gruppo S. Bonaventura.

**Sommario** Viene riportato un caso di cistite cronica precedentemente resistente ad ogni tipo di terapia, ufficiale e complementare. Attraverso l'utilizzo di diversi Meridiani e Punti in rapida evoluzione, si genera un forte impatto sul vissuto del paziente il quale viene così aiutato a caratterizzare la propria individualità.

**Parole chiave:** Cistite, Calore del Cuore, Distinto di Vescica Urinaria, *Yin Wei Mai, Zong, Du Mai, sette Po, Yang Qiao Mai, Luo di Rene e Vescica Urinaria, Huang.*

**Abstract** A case of chronic cystitis previously resistant to any type of therapy, official and complementary. Through the use of different meridians and points in rapid evolution, it generates a strong impact on the experience of the patient who is then helped to characterize her individuality.

**Keywords:** Cystitis, Heat of the Heart, Distinguished of Bladder, Yin Wei Mai, Zong, Du Mai, seven Po, Yang Qiao Mai, Luo Kidney and Bladder, Huang.

## **Descrizione del caso**

Donna, 35 aa.

Cistite cronica insorta 4 anni fa caratterizzata da pollachiuria, dolore poco intenso, a volte bruciori. All'urinocoltura, ripetuta varie volte, risulta E. Coli 1.000.000/ml. Già in giovane età aveva sofferto di cistite ricorrente (medesimi valori all'esame colturale). La cistite si è manifestata in seguito ad un atto sessuale in occasione del quale si è verificato un trauma genitale incidentale (non vi è stata violenza, la relazione amorosa è continuata poi successivamente).

Allergia primaverile leggera. Ciclo mestruale regolare. Dieta equilibrata.

In passato due leggeri traumi da caduta che hanno provocato una momentanea dolenzia a livello sacrale.

Madre con storia psichiatrica. Padre cardiopatico.

Accenna ad una complessa storia familiare della quale hanno molto sofferto sia lei che il fratello.

All'esame obiettivo nulla di rilevante da segnalare. Riscontro filo metallico odontoiatrico di contenzione interno a livello dei 4 incisivi inferiori posizionato 10 anni fa, ultimo residuo di un precedente lavoro odontoiatrico.

Polso: barriera dx scivoloso, legg. vuoto; pollice sx legg. rapido e teso.

Lingua: legg. secca, punta rossa, induito giallo alla radice (poco adeso?), venule sublinguali scure.

## **Diagnosi, terapia e discussione**

La paziente ha già tentato terapie ufficiali, Agopuntura ed Omeopatia riscontrando miglioramenti momentanei dopo i quali tornava puntualmente a soffrire della sua condizione.

Tale situazione può far pensare a qualche blocco che debba essere rimosso così da poter permettere a qualsivoglia terapia di farsi realmente efficace. Due possibilità colgono in particolare la mia attenzione: i piccoli traumi e il lavoro ortodontico.

L'osteopatia suggerisce come traumi da caduta anche apparentemente banali possano generare malposizioni e malfunzioni del sacro e del coccige generando nel tempo problematiche anche a distanza<sup>1</sup>. Inoltre in questo caso si evidenzia una strettissima relazione anatomica con tali possibili alterazioni scheletriche. Attraverso il nervo pudendo (plesso sacro-coccigeo) la vescica è in tali casi spesso coinvolta generandosi così problematiche dell'apparato urogenitale<sup>1</sup>.

L'omotossicologia e l'odontoiatria sistemico-funzionale relazionano comunemente i denti (aree dentali) ai vari apparati e Meridiani secondo una dinamica funzionale che può essere bidirezionale, in particolare i denti incisivi sono collegati a Rene e Vescica (fig. 1)<sup>2</sup>.

Per tali motivi decido inizialmente di non trattare la paziente ma di indirizzarla ad un osteopata e ad un dentista esperto in tali metodologie. L'osteopata riscontra effettivamente una malfunzione sacrale che tratta in poche sedute, il dentista si occupa di equilibrare le tensioni viscerο-strutturali generatesi in passato e non risolte dall'ortodonzia.

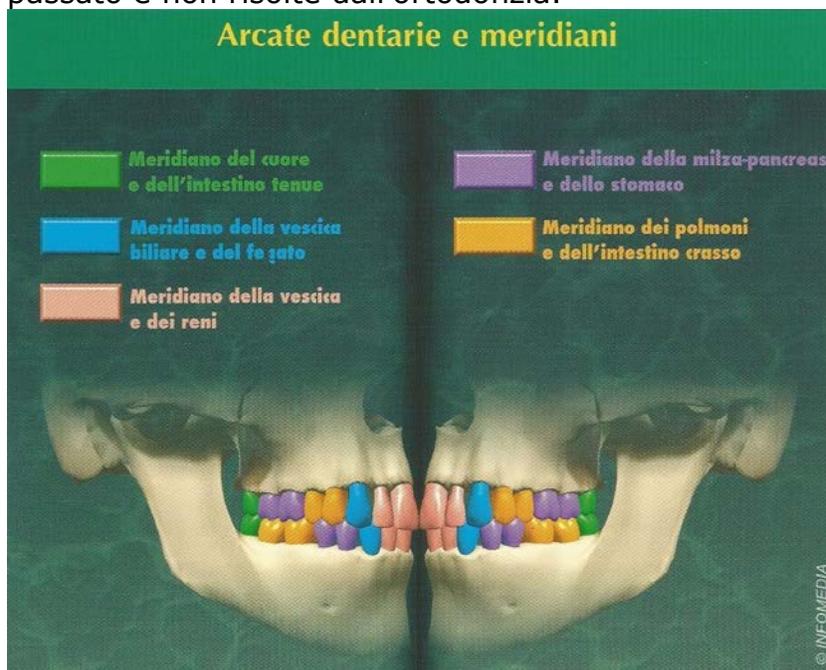


Fig. 1 - Relazioni denti/Meridiani<sup>2</sup>

La paziente trova tali riscontri da sentirsi spinta ad asportare il filo metallico di contenzione a livello degli incisivi. Posizionato a suo tempo perché tali denti continuavano a modificare la loro posizione nonostante tutto il lavoro ortodontico svolto, ora capisce che potrebbe essere causa di ostacolo a quello che il suo organismo vorrebbe fare ma non riesce, tentare cioè di trovare un compenso alla disfunzione a livello della loggia Acqua. Lo spostamento dentale in recidiva effettivamente è un'importante spia della mancata risoluzione e

ottimizzazione delle funzioni bloccate dalle esperienze precedenti, siano esse state metaboliche, strutturali o psicologiche.

In seguito a tali terapie la paziente spiega di percepirsi diversa, soprattutto nel modo di muoversi, tuttavia la cistite non si è risolta e così decide di iniziare l'Agopuntura.

La lingua mostra chiaramente un Calore di Cuore, anche se al polso si percepisce in modo più sfumato. Ancora mi parla poco apertamente del suo intimo emotivo ma si intuisce chiaramente che, tra problemi familiari antichi a cui finora ha fatto solo un accenno e problemi più attuali dei quali posso solo intuire, vi deve essere una grossa rilevanza delle sue emozioni nella genesi del suo problema urinario. Tratto il Calore di Cuore con HT8. Inoltre il Calore del Cuore può essere veicolato dal Piccolo Intestino alla Vescica Urinaria al fine di espellerlo, in tale situazione la cistite diventa un epifenomeno di un problema più profondo e nascosto. Andres suggerisce di usare SI14 per le cistiti ricorrenti delle persone che non "sopportano un peso sulle spalle", come dice il nome del punto *Jian Wai Shu* (Punto Shu esterno per le spalle). L'esperienza ci ha insegnato la sua utilità in diversi casi di cistite.

Le vene sublinguali mostrano una condizione di Stasi di Sangue sebbene il corpo linguale non sia violaceo. Esso è solo leggermente secco, per quanto tale segno possa essere più contingente e di minor significato clinico, potrebbe tuttavia indicare un iniziale deficit di Liquidi e, così, di Sangue che potrebbero essere conseguenza della Stasi. D'altronde il soggetto è giovane, i segni e sintomi sono pochi o sfumati, e ad essi tento di dare un'enfasi proporzionata alla condizione generale. LR5, Punto *Luo*, ha un'azione sugli aspetti emotivi, agisce sul Sangue a livello del Riscaldatore Inferiore (porta il Sangue all'Utero) ed ha un'azione sui genitali<sup>3</sup>. Il Fegato, il coinvolgimento del quale sembra essere suggerito dalla leggera allergia primaverile descritta, è strettamente collegato alla sessualità, in questo Punto particolarmente, atmosfera protagonista durante il trauma subito dalla paziente. Minelli sottolinea in LR5 un'azione specifica sull'uretra<sup>4</sup>. Come altri Punti origine di Distinti LR5 è indicato per disintossicare il Fegato<sup>5</sup> e ciò ne suggerisce l'utilizzo in caso di allergia<sup>6</sup>.

La lingua con una patina giallastra ben delimitata alla radice e il polso scivoloso in barriera destra mi suggeriscono di trattare l'Umidità, per quanto molto probabilmente essa si sia generata come conseguenza del Calore. Potrei intendere definire se l'Umidità sia secondaria al Calore laddove la patina si mostrasse scarsamente adesa ma tale rilievo mi appare poco chiaro. Trattando l'Umidità potrei dunque far peggiorare la sintomatologia (liberazione del Calore non più gestito dall'Umidità), tuttavia in questa prima fase di "assaggio" se qualcosa potesse manifestarsi, vista la difficoltà del caso, ne sarei contento. Per tali motivi aggiungo SP9 che ha indicazione specifica per problemi urinari e tratta l'umidità al Riscaldatore Inferiore<sup>7</sup>.

La terapia diventa quindi: **HT8, SI14, LR5, SP9.**

Yuen ci ricorda di tentare di non utilizzare più di tre Meridiani contemporaneamente per non squilibrare l'equilibrio complessivo ed evitare un eccesso di informazioni. Nella terapia i meridiani sono quattro. Tuttavia mi è sembrata questa una situazione dove si potesse, con soli quattro punti, toccare un po' tutti gli aspetti della condizione sperando così di ottenere dalla risposta

indicazioni su come poi eventualmente togliere alcuni aghi, “pulire la terapia” come si dice.

La paziente torna a controllo: niente di nuovo!

Penso all'ipotesi di trattare il Pericardio per accedere al Cuore, ciò può sposarsi con la reticenza, seppur gentile, che il soggetto mostra nell'esprimere le sue istanze più profonde. Si aprirebbero però così un ventaglio di possibilità che andrebbero ben oltre il solo Pericardio. Decido di mantenere la terapia invariata per un fatto metodologico, se mi muoverò su altri percorsi voglio essere sicuro di essermi lasciato alle spalle una terapia inutile su cui non avrà senso ritornare.

Dopo una settimana la rivedo, tutto è rimasto invariato.

La diagnosi iniziale ancora mi convince eppure, sebbene la paziente sia forse oggi pronta a rispondere alle terapie come mai prima grazie all'osteopata e al dentista, non sembra rispondere ad input precisi. Forse la diagnosi è corretta ma la terapia no. Quando sono in difficoltà ho imparato a pensare sempre e subito: forse è un Distinto?! Qui è facile pensare all'utilizzo del Distinto di Vescica Urinaria, più complesso è trovare una buona relazione con il Cuore. Delle varie opzioni mi convince l'idea di tentare l'accoppiata Distinto di Vescica Urinaria e *Yin Wei Mai*, accoppiata intrigante che mai sono riuscito a far funzionare in precedenza.

Il Distinto di Vescica Urinaria e Rene sono in relazione con i vari Meridiani Curiosi attraverso alcuni Punti Incrocio che fanno da ponte fra i sistemi: *Dai Mai* (GV4, KI23), *Chong Mai* (CV3-4, CV23), *Du Mai* e *Ren Mai* (GV1), *Yin Wei Mai* (CV23)<sup>8</sup> (fig. 2).

Il Distinto di Rene compie un primo loop attorno al corpo con il *Dai Mai*. In alto ne costituisce un secondo a livello della mandibola dal CV23 al BL10 (fig. 2) (il Distinto di Vescica Urinaria fa un terzo loop attorno al petto). In questo loop superiore Yuen dice come il Distinto di Rene controlli il movimento della mandibola (masticazione), come anche l'intero movimento della gola e del collo (i denti sono luogo di latenza esterno, un riflesso del *Dai Mai*)<sup>8</sup>.

Tale dato è qui interessante per la relazione della patologia con la malposizione dei denti instauratasi in giovane età e continuatasi a produrre anche dopo l'ortodonzia. La giovane età suggerisce il coinvolgimento di sistemi collegati alla Yuan Qi (Meridiani Curiosi e Distinti).

Il *Dai Mai* è un potenziale deposito per tutte quelle cose, fisiche e psichiche, che nel corso della vita vengono messe da parte laddove non si sia riusciti ad eliminarle. Lo *Yin Wei Mai* è collegato ai pesi del Cuore<sup>9</sup>, potremmo definirlo in questo contesto una sorta di *Dai Mai* specifico del Cuore.

Tale combinazione terapeutica sembrerebbe permettere di accedere a ciò che di latente è nel Cuore, di spiegare il sintomo urinario come tentativo operato dall'organismo di scaricare il Calore del Cuore attraverso il Distinto. Il Distinto è infatti capace di andare al livello profondo *Yuan* (qui lo *Yin Wei Mai*) per portare all'esterno ed eliminare il patogeno (da qui la tecnica di puntura superficiale-profondo-superficiale, S-P-S).

L'aspetto psichico non esteriorizzato, così mi appare, trova una duplice risposta. I Distinti sono spesso coinvolti in quelle situazioni dove un sintomo cronico semplicemente esprime in modo ricorrente un disagio esistenziale più

sottile messo "da parte". Lo *Yin Wei Mai* può essere tipicamente utile in soggetti con difficoltà ad esteriorizzare il loro vissuto interiore.

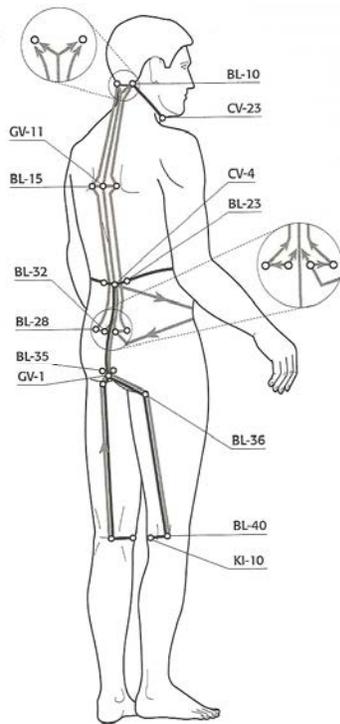


Fig. 2 - Distinti di Rene/ Vescica Urinaria

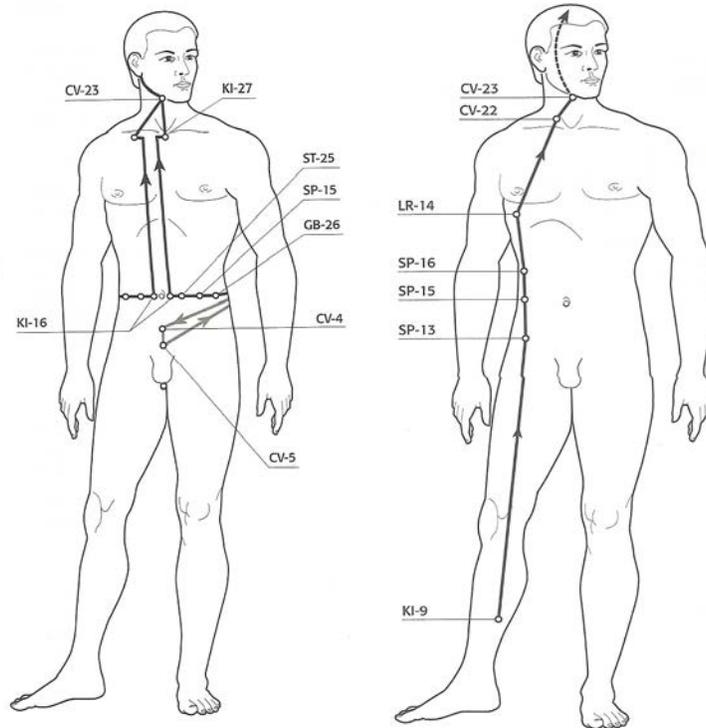


Fig. 3 - *Yin Wei Mai*

La terapia dunque è: BL10, BL40, BL67 (sx) (S-P-S) + CV23, PC6 (dx), KI9. Quando penso ad una terapia dove metto insieme due sistemi dedico sempre attenzione ad identificare i Punti che possano fungere da ponte fra i due, in questo caso il CV23<sup>9</sup> (fig. 2 e 3), inoltre la sua localizzazione anatomica ha un'interessante relazione con l'osso ioide il quale viene descritto avere un ruolo funzionale importante dall'odontoiatria sistemico-funzionale, ambito che in tale condizione è sembrato avere una sua rilevanza.

La risposta della paziente è eclatante. Mi chiama al telefono dopo due giorni e riconosco dalle sue parole un'atmosfera di grosso cambiamento. Mi racconta che durante la notte è stata investita da un traboccare di pensieri lucidi riguardanti la sua vita e la sua patologia, "mai come prima d'ora capisco che la cistite è dovuta ai miei problemi con mia madre" mi dice. Tale è l'esuberanza di questo fenomeno che si trova costretta ad alzarsi dal letto il mattino presto per mettersi a scrivere tutte queste informazioni su carta.

Al controllo mi rivela di aver seguito in passato una terapia psicoterapica dove il terapeuta era arrivato alla conclusione di come ella avesse nella vita "buttato sul fisico il conflitto con la madre". Sempre più prendo coscienza di come la paziente, sebbene persona aperta e piacevole, mi dia nel tempo sempre nuove informazioni che in realtà avevo già investigato in precedenza. Trovo inoltre significativo il suo riportarmi tre eventi avvenuti durante l'ultima settimana,

tutti le hanno provocato un dolore allo stomaco, sintomo tipico di *Yin Wei Mai* (oltre al dolore al cuore).

Mantengo la terapia medesima.

La settimana successiva mi racconta di molti risvegli con grossa fatica a riaddormentarsi. Oltre a questo, che non stupisce visto l'andamento generale, inizia a spiegarmi come stia iniziando a mettere sempre più in discussione i tre ambiti fondamentali della propria vita: la famiglia, la relazione di coppia, il lavoro. Della famiglia mi accenna soltanto come la questione si sia "rivitalizzata", con difficoltà che sono andate coinvolgendo anche altri componenti della stessa. Degli altri due ambiti mi riferisce un dato molto interessante. Sia in campo amoroso che lavorativo ha infatti operato scelte importanti circa 5 anni fa ma adesso sta seriamente pensando alla possibilità di fare scelte diverse. In ambedue gli ambiti sente di non poter sperimentare quelle passioni che invece vuol far vivere.

Tutto ciò mi costringe a ripensare all'idea di vivere secondo la propria natura e perseguire così il proprio mandato (*Ming*). Il Piccolo *Shen* del Cuore rappresenta il progetto nascosto rivelato nel tempo ad opera del Pericardio. Proprio il Pericardio può costringere il Cuore ed impedire l'azione del *San Jiao* di spinta a risalire lungo la colonna fino al Cervello, sede del Grande *Shen*. E' questo percorso l'attuazione dell'espressione della vera natura della persona, il permettere alla propria individualità di caratterizzarsi e il modello alchemico taoista vede nel blocco di questo cammino verso di sé una importante potenziale origine del disagio psichico oltre che fisico<sup>10,11,12</sup>.

Sembra volersi finalmente scrollare di dosso qualcosa che ha permesso le fosse imposto e che ora le sta stretto, troppo stretto, tanto da svegliarla, anche proprio nel senso più ovvio del termine, per darsi da fare.

5 anni fa, non suona un dato da poco. Lo studio dei punti del Pericardio ci ha insegnato come vi possano essere tali periodicità basate sul 5 lungo le quali qualcosa ciclicamente tende a riemergere<sup>13</sup>.

Tuttavia, sebbene tramite il PC6, sto più precisamente utilizzando lo *Yin Wei Mai* ed il fatto che vi siano risposte significative mi suggerisce di provare a ragionare secondo l'idea di tale Meridiano Curioso. Sappiamo come lo *Yin Wei Mai* regoli i cicli di *Jing* secondo i periodi di 7/8 anni, provo allora a fare un calcolo banale: la paziente ha 35 anni,  $7 \times 5 = 35$ . Il calcolo sembra suggerire come il soggetto si trovi perfettamente in quell'atmosfera di rimescolamento che avviene allo scadere del ciclo di *Jing*, in questo caso del 5° ciclo. Così ragionando ripenso a come in occasioni precedenti l'ho osservata interrogarsi sul perché, sebbene avesse il mio riferimento da molto tempo, avesse deciso di contattarmi in questo specifico periodo della sua vita.

Detto questo la domanda però è lecita: e se invece, più in relazione al Pericardio, fosse il 7° dei cicli di 5 anni ( $5 \times 7$ )?

Lo *Yin Wei Mai* è collegato all'idea dell'aprire, del rivelare la propria vita. Rappresenta come lo *Yin* viene tessuto insieme e mantenuto in movimento in avanti nella vita. Attraverso il suo legare presente e passato è spesso protagonista in quelle situazioni in cui il soggetto è intrappolato in una fase della propria vita (Stasi del Sangue) ed è incapace, così, di adempiere al proprio destino, di esteriorizzarlo potremmo dire<sup>9,13</sup>.

Alla fine del colloquio le chiedo: "...e la cistite?" Quasi stupita cade in un momento di pausa e poi risponde limpida: "Non ci penso più!". Il problema sembra proprio iniziare a tornare nel suo luogo di origine, e così la sua attenzione.

Alla luce di tutto decido di provare a concentrarmi sul solo *Yin Wei Mai*: PC6 (dx), KI9, CV22, CV23, LR14, SP16.

Altri punti dello *Yin Wei Mai* ne sottolineano il ruolo nel distaccarsi dal passato e dalle cose del mondo. KI9, casa dell'ospite, rappresenta l'essere testimone della propria vita in quanto ospite e anche l'essere pronti al lasciar andare. LR14, porta del periodo, descrive il liberarsi dal peso della propria vita attraverso quel completamento di ciclo che la paziente sta cercando di operare per tornare alla spontaneità del momento presente, anche proprio attraverso quella funzione di esteriorizzazione che Kespi attribuisce a questo punto.

Aggiungo CV22 per accentuare l'azione sul *Ren Mai*. Le ferite, i dolori fanno parte della vita e lo *Yin Wei Mai* è in relazione alle esperienze della vita che poi tornano alla costituzione, se si è capaci di legare presente e passato allora si potrà tornare al proprio vero sé attraverso il *Ren Mai*<sup>9</sup> (prendere in carico la propria evoluzione<sup>10</sup>). Oltre a questo il *Ren Mai* può essere messo in relazione alla figura materna. CV22 in particolare ha un impatto su ciò che cerca di venire fuori dal Pericardio, all'espressione attraverso la verbalizzazione<sup>14</sup>.

Ho voluto aggiungere SP16 in quanto, oltre che per l'utilità di trattare la Milza in condizioni di Umidità, Yuen sottolinea la relazione tra l'Elemento Terra e la famiglia<sup>15</sup> (in particolare il Livello *Tai Yin* è in relazione alla madre). La famiglia ha rivestito un ruolo centrale nella storia personale della paziente, molto probabilmente il più antico e profondo. Quando si genera Umidità in relazione alla Milza si determina un effetto sul Triplice Riscaldatore (con essa in relazione Mezzogiorno-Mezzanotte) il quale, tentando di eliminare tale Umidità, può determinare pollachiuria<sup>9</sup>. Dei pochi punti di Terra dello *Yin Wei Mai* SP16 ha un effetto specifico sul Riscaldatore Inferiore.

Alcuni giorni dopo mi arriva un sms: "La cistite non c'è più! :)". Le rispondo, cautamente ma lasciando le porte aperte: "Bene, speriamo continui così...".

La vedo dopo 15 giorni. Per dieci giorni non ha avuto sintomi urinari, questo non avveniva da anni e così ha deciso di fare un esame colturale delle urine il quale impietosamente ha sentenziato, nero su bianco: E. Coli 1.000.000/ml. Il giorno dopo ha ricominciato ad avere i soliti sintomi. Il crudo dato laboratoristico ha un impatto molto forte sui pazienti spesso negando la possibilità di cambiamento che invece noi dobbiamo tener viva in essi. Al controllo ho dovuto spiegarle con attenzione come per determinare un cambiamento epocale (il termine mi sembra adatto secondo l'idea delle epoche *Jing*) sia necessario del tempo e di come le alterazioni organiche e i dati di laboratorio siano in genere gli ultimi a cambiare, ho dovuto coltivare la speranza. A parole sì, a questo punto della terapia, dopo che la paziente ha visto su di sé i possibili cambiamenti operati dall'Agopuntura, la mia parola ha in qualche misura acquisito un valore che mi impegno ad utilizzare.

Nel corso della visita finalmente posso ascoltare un conciso ma esauriente racconto dei problemi famigliari. Racconta di come sia stata educata ad essere altro da sé. La madre desiderava un figlio maschio che facesse cose maschili, che potesse diventare un militare come il nonno.

Le è stato a lungo richiesto di essere "dura" e questo, da bambina, ha fatto sì che per un periodo avesse smesso di parlare, poi uno psicoterapeuta è riuscito ad aiutarla, "con dolcezza" racconta. Anche negli studi subisce imposizioni, viene indirizzata verso scuole che non fossero a favore "dell'astratto e della dolcezza", così anche non viene appoggiata nelle sue scelte riguardo gli studi universitari. Oggi le è chiaro come anche nel lavoro e negli affetti abbia poi sperimentato questa richiesta di "essere tosta" e di come, per opposizione, abbia cercato così situazioni rassicuranti, "troppo", al punto di trovarsi oggi in una condizione di lavoro dove non può essere propositiva e in una relazione di coppia vissuta "non di pancia".

Tale racconto mi fa pensare ancor più ad una dinamica *Zong* dove diventa necessario liberarsi dalle costrizioni e dai sensi di colpa derivanti dalla famiglia per poter lasciar esprimere il Cuore. Ma in fondo ciò sembra già in buona parte avviato con i trattamenti effettuati. Voglio ricordare come tra le varie possibilità terapeutiche, tra le quali ricordiamo l'utilità di utilizzare il Pericardio (vedi PC6 e sua relazione con CV17), Yuen suggerisca di associare a CV17 proprio CV22 per i motivi di cui sopra (in tale contesto aggiunge a questi due Punti TH7, *Hui Zong*)<sup>14</sup>.

Oltre a questo il quadro mi fa ora ricordare qualcosa che l'esperienza mi insegnato in modo nitido anni fa. Un giorno venne da me una donna con problemi di colonna che decise di trattare con il *Du Mai*. Dopo quattro sedute la paziente decise di lasciare il marito. Era la prima volta che mi succedeva una cosa simile e ne rimasi un po' sconcertato. Da allora ho visto diversi casi dove la coppia, la famiglia o magari l'ambiente di lavoro nei quali il soggetto viveva il suo disagio subissero delle modifiche importanti in conseguenza di tale trattamento. Lavorando sul *Du Mai*, collegato all'idea di identità, è possibile che il soggetto ritrovi una sua autonomia che lo renda più libero da dinamiche funzionali che in precedenza lo tenevano in qualche modo imbrigliato. Spesso si è "tirati" di qua e di là da più persone e situazioni senza riuscire a mantenersi saldi nella propria identità verticale, tale dritta autonomia ritrovata non è una forma di rigidità come per eccesso all'opposto una condizione *Du Mai* potrebbe invece generare. Può accadere inoltre che i primi sintomi di cambiamento che ci vengano raccontati si manifestino nelle persone vicine al soggetto invece che in esso.

Pericardio dicevamo, spinta del *San Jiao* e identità, risalita lungo la colonna, dopo il grosso ruolo del Distinto di Vescica e dello *Yin Wei Mai* è probabilmente arrivato il momento di trattare direttamente il *Du Mai*. Il *Chong Mai*, nel processo di realizzazione del personale progetto di vita, si giova del *Du Mai* che si assume la responsabilità di portare avanti il progetto e del *Ren Mai*, come ricordavamo, che prende in carico l'evoluzione (da qui l'uso combinato di Punti di *Ren* e di *Du* in corso di trattamento dei 7 *Po*)<sup>10</sup>.

I Meridiani Curiosi vengono classicamente accoppiati secondo dinamiche tipiche, tuttavia Yuen ci ricorda come possano essere accoppiati in modo molto più libero. Similmente all'idea di trovare Punti in comune fra sistemi diversi utilizzati come nell'esempio del CV23, quando passo da un sistema all'altro lungo lo svolgersi delle sedute a volte compio tale passaggio attraverso la mescolanza di terapie, un po' come se i diversi sistemi utilizzati si passassero il

testimone. Per tali motivazioni ho scelto allora la terapia seguente: **PC6 (dx), KI9, SI3 (sx), GV2.**

PC6 a dx con l'idea di mantenere ancora lo *Yin Wei Mai* come sistema primario<sup>9</sup> prevedendo un atteggiamento diverso già dalla terapia successiva. Non trovo punti particolarmente sensibili sul *Du Mai*, scelgo dunque i punti solo secondo le loro funzioni.

Penso a GV1 per la sua azione sulla funzione straordinaria del *Du Mai*<sup>16</sup>, in quanto Punto *Luo*, per il suo agire su *Du* e *Ren*, per il suo essere in comune tra il Distinto di Rene e il *Du Mai*, per essere nell'area dove l'osteopata aveva riscontrato un'anomalia. GV1 agisce inoltre sul Calore-Umidità nel Riscaldatore inferiore e produce un effetto calmante sullo *Shen* in quanto punto più basso di *Du Mai* capace di indurre un effetto radicante<sup>9</sup>.

Ritengo però che trattare GV1 potrebbe essere percepito dalla paziente come un atto troppo intimo e per tale motivo gli preferisco GV2 che comunque ha i suoi vantaggi. GV2 è in relazione al primo dei sette *Po* che si succedono lungo la scala della vita, passaggi evolutivi del *Jing* in successione che risalgono la colonna organizzati in periodi di 7 anni (per il trattamento specifico dei 7 *Po* viene proposto un trattamento combinato di Punti di *Ren Mai* e *Du Mai*)<sup>10</sup>. Ricordo come anche lo *Yin Wei Mai* operi una regolazione sui cicli di *Jing* e svolga un ruolo in quei soggetti bloccati in una qualche fase passata della propria vita. Il primo *Po* è in relazione con la nascita e l'infanzia ed è in relazione ai primi sette anni di vita che rappresentano l'amore incondizionato e la dipendenza dagli altri, rappresenta inoltre l'accettazione delle proprie debolezze. Le persone con un blocco a livello del primo *Po* manifestano caratteristiche di eccessiva dipendenza e incapacità di autonomia rispetto agli altri. Oltre al quadro generale della paziente che sembra ben allinearsi a tali elementi, l'ambito familiare, nei suoi pochi accenni, porta sicuramente con sé un ruolo importante. Capiro solo nelle settimane successive quanto questo Punto fosse indicato.

Al posto di SI3 avrei potuto utilizzare SI7. Prima di *Li Shi Zen (Qi Jing Ba Mai Kao)* e della dinastia *Ming* i punti chiave dei Meridiani Curiosi coincidevano con i punti *Luo*<sup>10,11</sup>, considerati unica via di accesso alla costituzione. De Berardinis ne sottolinea il potenziale utilizzo in corso di trattamento dei sette *Po*<sup>10</sup>. SI7 come *Luo* porta in sé vari elementi, qui ricordo solo come sia indicato quando i pensieri non permettano alle emozioni di esprimersi, quando le convinzioni derivate dalla cultura stiano dominando il Cuore e il soggetto si fa insicuro rispetto alle proprie azioni. E' anche indicato in conseguenza di shock di vario genere, anche in associazione con BL58<sup>9</sup> (altro *Luo* di *Tai Yang*) che poi ho invece utilizzato successivamente. SI3, oltre al fatto banale di avere di esso molta più esperienza, sembra dalle sue indicazioni portare con sé una maggior componente di forza, qualcosa che veramente voglio imprimere in questo momento. Oltre a questo viene indicato per infezioni urinarie secondarie a Calore-Umidità.

La settimana successiva la paziente mi racconta di aver fatto una cosa che non aveva mai fatto prima. Desiderosa di ritrovare il suo legame con la natura, attratta dalla montagna, aveva però sempre avuto paura di cimentarsi in tale direzione con la tenda. Ebbene, quel fine settimana è andata in tenda in montagna e questo la riempie di felicità e orgoglio.

Capisco che la strada terapeutica è buona, forse troppo. In passato mi sono trovato a pormi domande etiche sull'opportunità o meno di proporre tali terapie viste le potenziali conseguenze. Certamente viene da pensare che la terapia tenda a corrispondere alle necessità del soggetto e se una donna decide di concludere un rapporto di coppia dopo anni non deve essere superficialmente imputabile al nostro operato, noi semplicemente abbiamo forse dato pienezza ad un vettore già presente nella persona. Tuttavia la medicina tutta insegna che si possono provocare slanci di energia che, se pur ben indirizzati, possono inizialmente provocare smottamenti eccessivi che vadano invece in altra direzione solo per un fatto di impeto iniziale. Mi sono trovato alcune volte a pensare a strategie terapeutiche varie al fine di assicurarmi in tal senso.

In questa occasione semplicemente ho voluto continuare sulla strada verbale, essendo lei molto lucida ed equilibrata. In qualche modo le chiedo "il permesso" di continuare su tale direzione spiegandole in modo chiaro seppur non preciso dove tali terapie potrebbero portare. Lei si mostra molto determinata, la terapia diventa allora: **SI3 (dx), GV2, GV7**.

Aggiungo GV7 per la sua azione sulla Vescica Biliare, aspetto utile in quest'atto di cambiamento coraggioso della sua vita.

Dopo tre giorni compie un'altra cosa nuova della quale si è resa conto quanto fosse significativa solo dopo averla fatta. Racconta di essersi recata in una profumeria alla ricerca di un profumo molto leggero che, una volta messo addosso, gli altri non possano sentire e che invece, pur nella sua leggerezza, lei possa percepire come il "suo" profumo, qualcosa che riguardi lei e basta.

Oltre l'evidente importanza ancestrale dell'odorato e quanto quest'azione dunque ben si allinei col suo desiderio di vivere le cose "di pancia", voglio sottolineare quanto mi sia stupito nel ripensare la stretta relazione che vi è tra *Du Mai* e olfatto, anche proprio in termini di anatomia energetica<sup>17</sup>. In qualche modo la paziente ha sentito il bisogno di ridefinire la componente olfattiva, e quindi molto profonda, della propria identità. Oltre a questo, al di là degli aspetti strettamente funzionali, gli organi di senso rivestono un ruolo importante in termini di percezione del mondo intorno a noi e, anche, del mondo dentro di noi. Il fatto che stia subendo cambiamenti a tale livello fa ben sperare sull'evoluzione della sua storia personale oltre che clinica.

Eppure comincia a farsi spazio qualcosa di molto scomodo. Mi racconta che, dopo i primi giorni dalla terapia, contenta per i piccoli ma significativi eventi, si è ritrovata immersa in una condizione emotiva molto aspra. Una forte nuova agitazione non l'abbandona e questo la costringe a riflettere sul perché di tale ostacolo. Arriva a comprendere con pienezza come tante delle scelte fatte nella sua vita siano state determinate dalla paura: la paura di non essere accettata. Questo tema si fa incalzante, più tende a venir fuori il suo andare verso se stessa più la paura si fa evidente.

Non più disposta a cedere alle comodità emotive di quelle condizioni rassicuranti che possano minare l'esprimersi della sua personalità, sull'onda viva e coerente del suo toccare se stessa comprende che, più continuerà in tale direzione, più dovrà necessariamente affrontare la sua strutturata paura proprio laddove già il solo ammettere la sua fragilità è per lei momento di grande difficoltà. Andando spogliandosi di ciò che non le appartiene si ritrova ora proiettata di fronte a ciò che la famiglia ha innescato molto tempo

addietro. Il non poter essere altro dall'essere forte e coriacea accanto al suo essere invece fortemente sensibile l'ha spinta e ancora la spinge a ricercare conferma nell'opinione di coloro che la circondano.

In questo momento arriva a raccontarmi ciò che mai aveva fatto prima, e che, scopro, mai aveva fatto prima con altri terapeuti. Continuavo a chiedermi il perché di quel riacutizzarsi della cistite in seguito del trauma subito durante quell'atto sessuale, lei non diceva, io non chiedevo, aspettavo. Mi racconta di come durante le vacanze, quattro anni prima, avesse deciso di concedersi per la prima volta "un' avventura". Successivamente ci aveva ripensato però, per paura di sembrare infantile, non tornò indietro vivendo tale esperienza con molta tensione e questo determinò il trauma genitale successivamente al quale la cistite riprese a manifestarsi. Capisco finalmente perché tale evento ha potuto scatenare il riaccendersi della sua antica cistite. Il vero trauma non è stato quello fisico, l'esperienza vissuta ha invece riacceso un tema che l'ha accompagnata lungo la vita, non le sentiva concesso di essere fragile e questo l'ha condotta a vivere, pur con senso di costrizione, un atto intimo che invece voleva concedersi anche proprio nell'intento di aprirsi al sensibile e all'indeterminato. Profondamente è stata toccata nuovamente una dinamica antica e il sintomo semplicemente è riapparso.

Tutto ciò mi porta ad elaborare la seguente terapia: **SI3 (dx), GV2, BL62 (sx), BL58.**

Continuo con Il *Du Mai*, aggiungo però il suo accoppiato tipico *Yang Qiao Mai* (fig. 4) che è collegato all'idea di come gli altri ci vedono, alla nostra sensibilità al giudizio altrui. Al posto di BL59 preferisco BL58. Come dicevamo i punti *Luo* erano in passato considerati i Punti Chiave dei Meridiani Curiosi, inoltre BL58, come *Luo* Longitudinale di Vescica Urinaria (fig. 5), assieme a KI4 *Luo* del Rene, è coinvolto nelle situazioni post-traumatiche nelle quali viene rivissuto il trauma originario. Assieme, i due *Luo*, sono collegati all'incapacità di lasciar andare le cose che non servono più (defecare, urinare, disintossicarsi), di eliminare quei traumi che sono rimasti all'interno come dei veleni<sup>3</sup>. Oltre a questo il coinvolgimento del *Luo* longitudinale di Vescica Urinaria può determinare congestione nasale (viene descritto un secondo percorso che ne sottolinea tale aspetto, fig. 5) e tale sintomo è da Yuen descritto come espressione simbolica dell'incapacità di inalare la vita sociale, una sorta di ritiro dal respirare la vita. Interessante dunque la possibile relazione col caso in questione dove sono stati avvertiti un vivere la propria vita in modo non pieno e il bisogno di ridefinire la propria sensibilità olfattiva.

Utilizzando BL58 avrei potuto qui associarvi SI7 sostituendolo, come dicevo, a SI3. Tuttavia i risultati incoraggianti mi spingono a conservare SI3 come punto chiave di *Du Mai*.

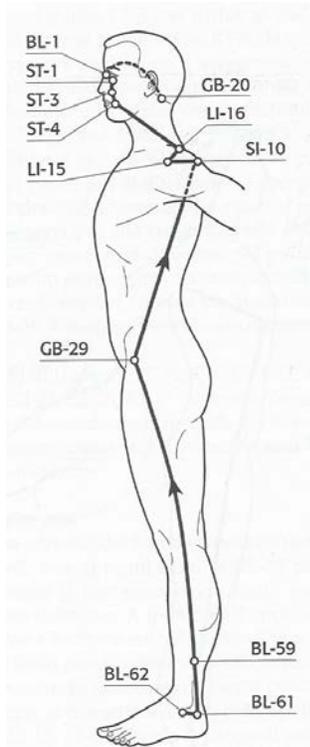


Fig. 4 - Yang Qiao Mai

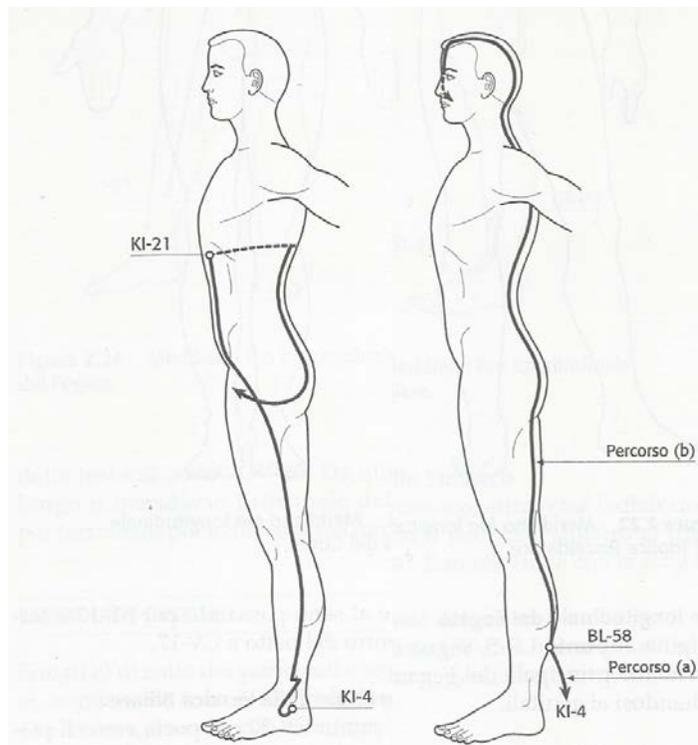


Fig. 5 - Luo di Rene e Vescica Urinaria

In seguito alla terapia la paura si dissolve rapidamente e la paziente percepisce stabilità interiore tutta la settimana. Proprio in questi giorni però sente dentro diventare urgente la necessità di verbalizzare un altro grosso dolore vissuto anni addietro. Una relazione amorosa per lei molto importante si rivelò ad un certo punto una condizione di assoluta ambiguità. Il partner, impaurito dall'importanza della relazione, aveva mantenute vive tutta una serie di relazioni occasionali precedenti. Tale scoperta si tradusse in lei in una percezione di forte inadeguatezza, come addirittura fossero necessarie molte altre donne per completare le sue mancanze. Lui iniziò a compiere tutta una serie di azioni "folli", così lei le descrive, e lei andava così ricevendo da parte sua un messaggio ambiguo, contraddittorio, paradossale. Se egli infatti diceva cose che andavano in una direzione, poi di fatto si dirigeva in direzioni completamente diverse.

Sua madre aveva iniziato in precedenza a manifestare più palesemente una condizione schizofrenica ed ora lei doveva riconfrontarsi con una dinamica ai suoi occhi simile nel rapporto con lui. Col tempo questo rapporto finì e lei trovò un nuovo equilibrio, però proprio da questo momento storico descrive come sia iniziato il suo pericoloso rivolgersi a ciò che trovasse rassicurante e non contraddittorio, nel lavoro e nelle relazioni, fino alla condizione attuale che già descriveva di non espressione di sé, di ostacolo alla propria parte istintiva, anche proprio sessuale.

Madre, madre...comincio a pensare più insistentemente a *Huang* nella sua connotazione di nutrimento affettivo. Penso a KI16 (*Huang Shu*) il quale è collegato al nutrimento alimentare, affettivo e intellettuale materno, in

particolare in relazione alla nutrizione ombelicale in gravidanza<sup>17</sup>. Tuttavia, indagando con più vigore in tal senso, arrivo a scoprire un fatto significativo sfuggitomi nelle visite precedenti. Allattata per tre mesi, dopo anni, su ipotesi dello psicoterapeuta, aveva voluto chiedere alla madre notizie al riguardo. La madre le raccontò che durante l'allattamento era stata molto angosciata di poterla avvelenare con il suo proprio latte. La madre, per la natura della sua condizione psichica, viveva probabilmente una coesistenza di nutrire ed avvelenare. In fondo, già alla nascita, la bambina aveva commesso l'errore di essere femmina e durante l'allattamento probabilmente si trovarono a convivere nella madre spinte contrapposte nei suoi confronti. Colgo in questo un senso pieno di quell'ambiguità che molti anni dopo la paziente aveva esperito nuovamente nella sua relazione amorosa. Più antico è l'evento più è sospetto di essere la profonda origine di una qualsivoglia condizione, in questo caso tali evenienze incorse nei primi attimi di vita e poi nei mesi a seguire potrebbero aver contribuito al generarsi di tutto un percorso che le ha chiesto successivamente di avvicinare un uomo che le permettesse di rivivere tale esperienza per tentare di superarla.

Già da un po' medito sull'idea di utilizzare CV7. Punto *Mu* del *San Jiao* inferiore potrebbe agire in modo utile sulla cistite proprio riattivando le funzioni di eliminazione. Inoltre CV7 attiva la funzione di risalita di *Jing Qi/Yuan Qi* lungo la colonna fino al cervello permettendo in questo modo alla vera natura della persona contenuta nel *Ming Men* di esprimersi e caratterizzarsi<sup>11</sup> (portando inoltre verso l'alto liquidi che invece potrebbe star ristagnando in basso). Oltre a questo alcuni autori hanno affermato che lo *Yin Wei Mai*, luogo di scambio dello *Yin* (*Yin Jiao*) secondo il *Nei Jing*, ha origine all'interno del corpo e hanno fatto riferimento in tal senso a CV7, *Yin Jiao*<sup>14</sup>. Sembrerebbe tornare dunque a evidenziarsi in questo punto la relazione funzionale tra lo *Yin Wei Mai* e la risalita dei 7 *Po* lungo il *Du Mai*. Si ritiene che la medesima funzione possa essere svolta da altri punti alla stessa altezza (GV5, BL22, BL51) e da TH4<sup>11</sup>; ricordo qui la relazione stretta che passa tra *San Jiao* e *Huang*<sup>11</sup>.

Tali elementi mi spingono a scegliere BL51. Punto *Huang* (*Huang Men*), come KI16 anch'esso è collegato al nutrimento alimentare, affettivo e intellettuale materno durante l'infanzia, tuttavia Kespi ne ricorda la relazione con l'allattamento<sup>18</sup>. Oltre a questo ha un'azione sul Triplice Riscaldatore e promuove la risalita lungo la colonna per poter compiere la quale forse la paziente necessita di un nutrimento-appagamento di quella parte di sé più vera che invece non è ancora riuscita a concedersi.

Rimane la questione ambiguità. Yuen ricorda come il sistema dei Cinque Elementi possa essere utilizzato per spiegare le dinamiche dei sistemi relazionali<sup>3,9</sup>. La schizofrenia mi fa pensare, a Cuore e a Fegato per esempio, ed ipotizzo terapie che permettano di spiegare l'impatto della madre sulla figlia, ma non trovo punti che mi convincano. Penso allora all'idea di *Tai Yang*, di regola. Sembra un buon modo per ridare linearità a qualcosa di contraddittorio, in fondo già BL51 ne fa parte, oltre al fatto non da poco di essere punto di Vescica in caso di cistite, potrei dunque tentare la terapia col Punto unico. Rimane però l'idea che l'ambiguità è derivata dall'esterno, gli altri hanno dato un giudizio contraddittorio nei confronti della paziente, decido così

di mantenere BL62, in fondo possiamo così dare continuità alla terapia in corso.

La terapia allora è: BL51 (ago + moxa), BL62.

Nei giorni successivi la paziente mi racconta di essersi svegliata nella notte urlando. Questo fatto non si verificava dai tempi in cui, lei bambina e poi più grande, la madre la svegliava di notte nel mezzo di momenti particolarmente difficili correlati alla propria condizione psichiatrica costringendola nel tempo ad un costante stato di allerta durante il sonno.

L'atto di svegliarsi urlando è dovuto all'emozione che prende il Cuore che si libera con l'urlo e per tali situazioni Yuen riferisce l'uso di Punti del Rene<sup>19</sup>. La *Wei Qi*, nella sua internalizzazione ai Reni durante il sonno, utilizza il *Luo* del Rene il quale, dopo aver incontrato KI21 discende alla zona lombo-sacrale<sup>19</sup>. Il percorso del *Luo* di Vescica Urinaria, dopo aver incontrato KI4, compie il medesimo tragitto (fig. 5). I due *Luo* possono essere rappresentati complessivamente come un campanello di allarme che rimane costantemente acceso come conseguenza di uno o più traumi<sup>3</sup>. Tale regime di allerta, correlabile alle urla, probabilmente non permetteva in passato una sana rigenerazione notturna dei Reni contribuendo a indebolire lo *Zhi* nel suo ruolo di spinta nella vita e, quindi, di promozione alla sua realizzazione (*Ming*). Forse la terapia è riuscita a svelare una qualche alterazione verificatasi a tale livello in conseguenza dei bruschi risvegli notturni reiterati provocati dalla madre. Viene da chiedersi perchè ciò si sia verificato ora invece di quando è stato trattato BL58 in modo specifico. Rimane il fatto che KI4 e BL58 hanno un impatto diretto sull'apparato urinario e questo appare evidentemente un dato utile. KI4, anche come Punto di Meridiano Principale, agisce sulla paura e promuove l'autostima, agevola la comunicazione Rene-Polmone (con particolare riferimento alle condizioni post-traumatiche) e Rene-Cuore<sup>9</sup>.

E' il Cuore (Piccolo *Shen*) a voler far esprimere il mandato che è nel *Ming Men* e per far questo è necessario l'ordine del Polmone (I ministro), il Cuore fa dunque uso del suo stretto legame con il Polmone (*Yi Guan*)<sup>20</sup> per collegarsi al Rene. Alla luce degli antichi traumi vissuti dalla paziente, ritengo il Polmone, spesso leso dalle ferite della vita, possa dover ricevere una maggiore attenzione nel futuro evolversi di questo percorso clinico.

## Conclusioni

Il percorso della paziente non è finito. Più vado avanti e più comprendo come ella abbia mostrato nel corso della terapia un chiaro disagio ad esprimere quello che portava dentro di sé. Tuttavia osservo come conosca abbastanza bene il suo mondo interiore e lo sappia spiegare, più volte ho avuto la sensazione che una terapia mirata fosse sufficiente a farle dire, innanzitutto a se stessa, ciò che sembrava avere sulla "punta della lingua", quasi ciò fosse anticipato dalla punta rossa che è Cuore e, quindi, parola. Ho finora ottenuto risultati di significato trattando Distinti e Curiosi eppure, visto il quadro generale, avrebbero dovuto forse trovare un maggior impiego i *Luo* in quanto, a differenza di altri gruppi di Meridiani, sono relazionati a disturbi emotivi di cui il soggetto è consapevole<sup>3</sup>. Devo però osservare come la sua capacità di consapevolezza non debba confondermi. E' vero che sa spiegare le cose in

modo chiaro a me e a se stessa, ma proprio lei sottolineava come solo dopo le terapie tale chiarezza si è fatta evidente. Il cospicuo lavoro al livello profondo *Yuan* tramite *Distinti* e *Curiosi* sembra aver permesso di passare dal livello *Yuan* al livello *Ying*, il cognitivo, campo d'azione dei *Luo*. Effettivamente, osservando a posteriori le terapie che ho scelto, si può notare come mi sia indirizzato verso lo *Yang Qiao Mai* e ricordo come i *Qiao* rappresentino l'insieme dei *Luo*<sup>2</sup>. A questo si aggiunge l'attenzione volta ad un *Luo* specifico, il BL58, sebbene in terapia abbia utilizzato l'ago e non il martelletto o altro che lavorasse più specificatamente sul Sangue. Nella discussione sono stati citati altri punti *Luo* (PC6, SI7, KI4), penso sarà utile riflettere in senso più ampio in tali direzioni.

Oltre a questo le ultime acquisizioni ed elaborazioni sul Piccolo Intestino, da noi operate successivamente allo svolgersi di questo caso, aprono ad altre riflessioni. Tale contesto descrive uno stretto legame fisiopatologico fra vari degli elementi in questione quali la cistite, gli orifizi (scelta a livello olfattivo) e il *Du Mai*. Soprattutto il Piccolo Intestino è l'aspetto *Tai Yang* che indaga il mondo, operando delle scelte intende imparare dalla vita, vuole così esprimere ciò che il Cuore porta dentro di sé (...). D'altronde alcuni Punti di Piccolo Intestino sono stati presi in esame già in questa discussione (SI3, SI7, SI14). Spero vi sia davanti a lei un percorso di liberazione, magari compiuto attraverso una serie di atti pratici e simbolici. Esprime di essere determinata a voler cambiare per ritrovare se stessa, in questo probabilmente riuscirà con scelte che determineranno cambiamenti significativi nei vari ambiti della sua vita. La cistite forse persisterà finché insisterà quest'ingorgo da lei vissuto che è tipicamente al contempo ostacolo ed occasione, anzi di questo presupposto lei si dice certa e non le importa. Ormai il sintomo non la interessa granché tanto è presa dalla possibilità di cambiamento che avverte la vita le sta concedendo e che ammirevolmente mostra di voler cogliere con tutte le sue forze.

Partiti da considerazioni fortemente strutturali, nello svolgersi di questo caso clinico siamo andati indagando aspetti prettamente psichici sottolineando così la necessità di potersi muovere con libertà e metodo attraverso le diverse tonalità del patologico.

Alleandoci ai nostri pazienti, secondo le modalità di ognuno, ritengo sia interesse di noi terapeuti cogliere l'intrigante densità di quell'alchimia condivisa che i nostri pazienti possono quotidianamente permetterci di sperimentare.

## **Bibliografia**

1. Barral J.P., Croibier A., Trauma: un approccio osteopatico, Castello Editore, 1999
2. Claudaze M., Marty J.P., Ortoposturodonzia, GLM Edizioni Marrapese 2004
3. Simongini E., Bultrini L., a cura di Le lezioni di Jeffrey Yuen, vol II: I meridiani Luo, Edizioni Amsa, Roma Aprile 2000
4. Minelli E., Degiacomo E., Schiantarelli C., Agopuntura Clinica, edizioni Red 2002
5. Bernardini G., La "disintossicazione sistemica" secondo l'Agopuntura Giapponese, considerazioni ed esperienze nella prospettiva della Medicina Classica Cinese, La Mandorla, [www.agopuntura.org](http://www.agopuntura.org)
6. Navarra M., D'Onofrio T., Le allergie e le intolleranze alimentari nella Medicina Cinese, edizione Id'O, Centro per le Terapie Naturali, Mosciano S.A., Novembre 2005
7. Deadman P., Al-Khafaji M., Baker K., Manuale di Agopuntura, Casa Editrice Ambrosiana, 2004
8. Yuen C.J, Divergent Channels, New England School of Acupuncture, edited by Stephen Howard
9. Yuen J., George S., Advanced Acupuncture for Licensed Acupuncturists, (two year program) New York 2004-05
10. De Berardinis D., Brotzu R., Navarra M., La successione dei Po nella scala della vita, Congresso Sia-AFA, La Mandorla, [www.agopuntura.org](http://www.agopuntura.org)
11. Autori vari, Fisiopatologia del San Jiao, La Mandorla, [www.agopuntura.org](http://www.agopuntura.org)
12. Simongini E., Bultrini L., L'ottava lezione. I disturbi dello Shen: lo psichismo in Medicina Classica Cinese. Edizioni Xin Shu, Roma 2008
13. I incontro del Blog, "racconti di casi clinici, Villa Rosa di Martinsicuro, Sida, Ottobre 2011
14. a cura di Emilio Simongini e Leda Bultrini Le lezioni di Jeffrey Yuen, vol X: Endocrinologia in Medicina Classica Cinese, Edizioni Amsa, Roma 2008
15. Yuen J., Chinese Herbal Medicine, (two year program) New York 2003-04
16. Di Stanislao C., Brotzu R., Manuale Didattico di Agopuntura, CEA 2008
17. Sansone V., Brotzu R., Ghiraldi I., Di Stanislao C., Semeiotica fisica dei Meridiani Curiosi, La Mandorla, [www.agopuntura.org](http://www.agopuntura.org)
18. Kespi J.M., Acupuncture, Editions de la Tisserande 2000
19. Le lezioni di Jeffrey Yuen, Il Sonno e i Sogni, Centro Studi Xin Shu (AMSA), Aprile 2012
20. Simongini E., Bultrini L., a cura di Le lezioni di Jeffrey Yuen, vol XVII: Il Ling Shu: studio N.2, Edizioni Xin Shu, Roma 2012
21. Simongini E., Bultrini L., a cura di Le lezioni di Jeffrey Yuen, vol I: I meridiani secondari, i Tendinomuscolari, i Luo, i Distinti, Edizioni Amsa, Roma Aprile 1998
22. Autori vari, Jing Luo Mai, Edizioni Amsa, Roma 1998
23. Unschuld P.U., Huang Di Nei Jing Su Wen, University of California Press
24. Corradin M., Di Stanislao C., Parini M., Medicina Tradizionale Cinese per lo Shiatsu e il Tuina, CEA 2001
25. Simongini E., Bultrini L., a cura di Le lezioni di Jeffrey Yuen, vol IV: Le malattie autoimmunitarie, casi clinici commentati, Edizioni Amsa, Roma Giugno 2004
26. Maciocia G., La Diagnosi attraverso l'Esame della Lingua in Medicina Tradizionale Cinese, Casa Editrice Ambrosiana 2001
27. Ellis A, Nigel W., Boss K., Grasping the wind, Paradigm Publications, Brookline, Massachusetts 1989
28. Autori vari, Lo Psichismo in Medicina Energetica, Edizioni AMSA, L'Aquila, Settembre 1995

29. De Berardinis D., Di Stanislao C., Corradin M., Brotzu R., *Organi e Visceri in Medicina Cinese*, Edizioni Bimar, Scuola San Li – Roma

# **I punti barriera: possibilità di impiego<sup>1</sup>**

Borney M. Giulia<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Relazione presentata il 13 ottobre 2012, al II Congresso SIdA, Villa Rosa (TE).

<sup>2</sup> Scuola Italiana di Agopuntura.

**Sommario** I punti barriera indicati da Kespi risultano rapidamente efficaci nel caso blocchi di yin e di yang. Si riferisce di una esperienza clinica su tre casi, condotta in tal senso.

**Parole chiave:** punti barriera, entrata, uscita, risonanza.

Vorrei presentare 3 casi in cui ho utilizzato i punti barriera degli arti. Vorrei evidenziare che il riferimento per l'entrata e l'uscita dell'energia è il tronco: in base alla sua intensità, l'energia entra nel tronco dagli arti, come yang ming o jue yin ed esce dal tronco verso gli arti: come tai yang o tai yin. Kespi, in un suo testo, descrive le barriere energetiche degli arti e ricorda che l'argomento è affrontato solo in due passaggi nel cap.71° del Nei Jing, dove vien detto che "in caso di attacco di energie perverse, l'energia del polmone si ferma alle spalle, quella del cuore ai gomiti, quella della milza alle anche e quella dei reni alle ginocchia.(...) Un blocco dell'uscita dello yin, per esempio all'anca, provoca un accumulo di yin a monte e un vuoto a valle e un dolore su Zu Tai Yin. (...). Individuiamo i punti barriera che governano il passaggio dell'energia, basandoci sul fenomeno della risonanza, secondo il quale ogni evento può risuonare su un meridiano particolare ed emergere su un suo punto."(1).

Kespi specifica, inoltre, che la pienezza o il vuoto devono essere esclusivamente della coppia yin/yang, non sangue/energia e che la diagnosi si basa sulle otto regole diagnostiche (2). Egli esemplifica questo concetto in un caso di dolore lombare acuto, con calore, irradiato posteriormente, comparso dopo uno sforzo, sensazione di cedimento e aggravato dal movimento, che tratta con il BL29. I sintomi sono dimezzati dopo la prima seduta e scompaiono del tutto dopo la seconda (2).



I primi due casi che presento mostrano un risultato per me eclatante, mentre il terzo ottiene una risposta parziale e lo descrivo per gli interrogativi che mi ha suscitato.

Il primo paziente, il Sig. A, affetto da mieloma multiplo scoperto 7 anni fa, quando veniva seguito e curato con terapia radiante per un tumore alla prostata, fa una biopsia al midollo nel dic. 2011, cui segue un dolore che si manifesta a barra a livello lombare, aumenta camminando, si irradia all'arto corrispondente e non risponde ai farmaci. Inoltre, la gamba comincia a gonfiare e poi a diventare calda: faccio diagnosi di non rientro dello yin con accumulo nell'arto e vuoto lombare. E' un uomo di 72 anni che è sempre stato in buona salute psico-fisica, caloroso, ultimamente il suo sonno è agitato, perché preoccupato per la patologia dolorosa. Niente di significativo a livello della lingua né dei polsi. .

Terapia: dopo 4 mesi di dolore nel marzo 2012, tratto il LR11+KI5+MP8, cioè il rientro dello yin (gamba gonfia con accumulo di yin che nel tempo si trasforma in calore e dolore lombare da vuoto in quanto aumenta col movimento) cui aggiungo il GB25+CV12 +ST36 per lo stato generale. Non tratto punti ashi, perché non li trovo né dolenti né impastati. Facciamo 4 sedute nel giro di due settimane, osservando la graduale e immediata remissione della sintomatologia dolorosa e del gonfiore. Risentito telefonicamente in agosto, il paziente continua a star bene.

Il Sig. B. di 67 anni si presenta da me a fine giugno 2012 per il persistere di dolori, che non diminuiscono con la terapia, con fitte insopportabili a cadenza oraria, al suo braccio destro, distrutto in un incidente di moto nel 2006. La ricostruzione è stata lunga e penosa, senza la ripresa di alcuna funzione. Gli è rimasto un dolore costante e sopportabile con lieve calore a livello dell'avambraccio e, alla spalla, dolori crampiformi che lo svegliano di notte e lo obbligano a fermarsi di giorno. Uomo positivo, ancora oggi non si stanca di combattere e sperare, ha sempre avuto bisogno di poco sonno, gran viaggiatore per diletto e per lavoro, perché era direttore di macchina sulle navi. L'incidente ha stravolto la sua vita, ma non sembra la sua umanità. I polsi sono profondi, pieni e omogenei, la lingua appare rossa e con poco induito. Tratto l'uscita dello yang verso l'arto superiore, in quanto non c'è movimento e quella dello yin, in quanto anche la materia è distrutta, perciò: SI11+TH13+GI9+LU2+HT6+PC4 cui aggiungo GB34 per i muscoli. I risultati sono sorprendenti: dopo la prima seduta le fitte diminuiscono di intensità e frequenza, permettendo un sonno più riposante e dopo la terza, 13 giorni dall'inizio del trattamento, le fitte scompaiono del tutto la notte e sono gestibili il giorno. Il trattamento è ancora in corso e stiamo diradando progressivamente le sedute.

La Sig.ra V. affetta dall'ottobre del 2010 da leucemia promielocitica acuta, curata in modo tempestivo alle prime manifestazioni emorragiche, è ora in remissione, con quadro ematologico soddisfacente. E' una signora di 71 anni, con un sonno da sempre poco profondo, che ha sofferto di cefalea non catameniale fino alla menopausa, stipsi e cistiti ricorrenti. Ha una osteoporosi che sta peggiorando nonostante la terapia con difosfonati, con una colonna compromessa da alcuni cedimenti vertebrali, dolori lombari, diffuso danno della cuffia dei rotatori alle due spalle, con diminuzione della forza e formicolio notturno delle braccia. La lingua ha una radice spessa e gialla e i polsi sono deboli. All'inizio di gennaio, 2 giorni dopo una biopsia del midollo, compare un dolore che parte dalla cresta iliaca posteriore e si irradia a livello del canale di stomaco da ST31 a ST34. Il dolore inizia al mattino appena appoggia il piede sul pavimento e aumenta camminando, tanto che la paziente deve fermarsi. L'arto non è né caldo né gonfio, ma viene percepito debole. Il dolore non risponde agli antidolorifici. Con la Sig.ra V. non riesco a fare una chiara diagnosi di rientro/uscita dello yin o dello yang, ma decido di trattare i punti dolorosi: tratto per 2 sedute il rientro dello yang con St31+GB36+BL63 e l'uscita dello yin con MP12 e i punti ashi che erano molto dolorosi a livello della SIP. Riscontriamo un miglioramento soprattutto al mattino, ma rimane il dolore camminando, anche se meno intenso. Alla terza seduta il dolore è sul meridiano di fegato, la Sig. riferisce di sentire pulsare il LR11 che tratto insieme a KI2 e KI16, per il sopraggiungere di una stipsi. Alla quarta seduta non c'è più il dolore all'inguine, ma solo a livello lombare e risulta più superficiale e bruciante. La stipsi permane e aumenta la debolezza delle braccia. Tratto allora BL29, per l'uscita dello yang alle gambe e il SI11 alle braccia, e il rene con KI3+BL23. Il trattamento è stato sospeso per le vacanze e il dolore è solo ridotto; ricontattata per telefono, apprendo che la situazione è regredita nel tempo: direi che in questo caso la terapia non è stata efficace.

Discussione:

Il blocco del rientro dello yang dà, nell'arto, un pieno di yang con calore, rossore, un dolore che aumenta alla pressione ed è alleviato dal movimento e un vuoto nel tronco;

il blocco del rientro dello yin dà una pienezza di freddo, gonfiore, dolore alla pressione che diminuisce col movimento e un vuoto a valle;

la non uscita di yang dà segni di vuoto nell'arto con freddo, debolezza, dolore che diminuisce alla pressione, aumenta con l'attività e pieno di yang nel tronco;

la non uscita dello yin dà segni di calore da vuoto nell'arto e da pieno a monte.

Conclusioni:

Riflettendo su questi pazienti, l'impressione è che i punti barriera siano tanto più efficaci, quanto più la diagnosi di pieno/vuoto di yin/yang è netta. Nell'ultimo caso, infatti, i risultati non sono soddisfacenti o per un'errata diagnosi di barriera o perché il blocco delle barriere non era l'unica causa del dolore.

## **Bibliografia**

1. Kespi J.M.: Acupuncture, Ed. de la Tisserande, Paris, 2000.
2. Kespi J.M.: Cliniques, Ed. de la Tisserande, Paris, 1988.

## **Una cefalea ribelle, ma la domerò...<sup>1</sup>**

Marco Visconti<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Comunicazione presentata il 13 ottobre 2012 al II Congresso SIdA, Villa Rosa (TE).

<sup>2</sup> Responsabile Ambulatorio di Agopuntura e Medicina Cinese Ospedale Fatebenefratelli, Roma.

**Sommario** si tratta di una paziente portatrice di una cefalea a partenza temporale e pulsante sin da bambina, con una assenza ( alle elementari, ha dormito per 24 ore) e lipotimie, si attenua col menarca e successivamente si stabilizza alla terza settimana del ciclo. Tentativo di inquadramento da fuga dello Yang di LV, ma non risponde a terapia, inquadrata come non sviluppo, non risponde se non larvatamente a terapia. Inquadrata come non nutrizione dei midolli da deficit di GB, risponde a terapia, a distanza di tempo attacchi molto più rari, meno intensi e ben tollerati.

**Parole chiave:** Cefalea, Fegato, Vescica Biliare

**Abstract** Patient suffering of a temporal and beating headache since she was a child, with an absence (at elementary school, she slept for 24 hours) and fainting, which attenuated with menarche and then stabilizes at the third week of the cycle. Attempt to set as LV Yang escape, but she does not respond to therapy; set as under development, the response is very faint. Framed as malnutrition of marrows caused by a GB deficit, she responds to the therapy, after some time attacks become more rare, less intense and well tolerated.

**Keywords:** Headache, Liver, Gall Bladder

Paziente P. A. donna, di anni 41, di aspetto minuto, si esprime con correttezza, descrive minutamente la sua storia, iniziata sin da bambina. Riporta di aver sofferto di mancanze, e in particolare alle elementari ha avuto un'assenza durata 24 ore in cui ha dormito profondamente - quasi coma. E' stata vista in un centro cefalee di Padova, dimessa con diagnosi di cefalea da ndd e con terapia con difmetre.

La cefalea parte all'interno dell'occhio dx e si irradia lateralmente all'indietro fino alla nuca, pulsante, la cefalea migliora con il menarca, fino a quando frequenta l'università, e si manifesta solo in occasione di esami o stress particolari.

Attualmente viene la terza settimana del ciclo, e se è forte è anche pulsante, e deve essere trattata con sartani.

Se più lieve, bastano i FANS.

Non ha sete, si sforza di bere, liquidi a t. ambiente.

La stipsi l'accompagna da sempre, evacua ogni 2-4 gg.

Soffre di colite spastica, scatenata dall'assunzione di cibi, per es. melone, anguria.

La digestione è lenta, soffre di distensione immediatamente dopo il pasto

Soffre di vaginiti da candida.

Riduzione della libido.

Soffre di herpes labialis.

Piacciono i cibi croccanti.

ciclo irregolare, scuro, denso, coaguli, no perdite interciclo.

Un forte senso della giustizia, non accetta ingiustizie, sia per sè che per gli altri.

E' una rimuginatrice, ritorna sui suoi passi, non decide mai.

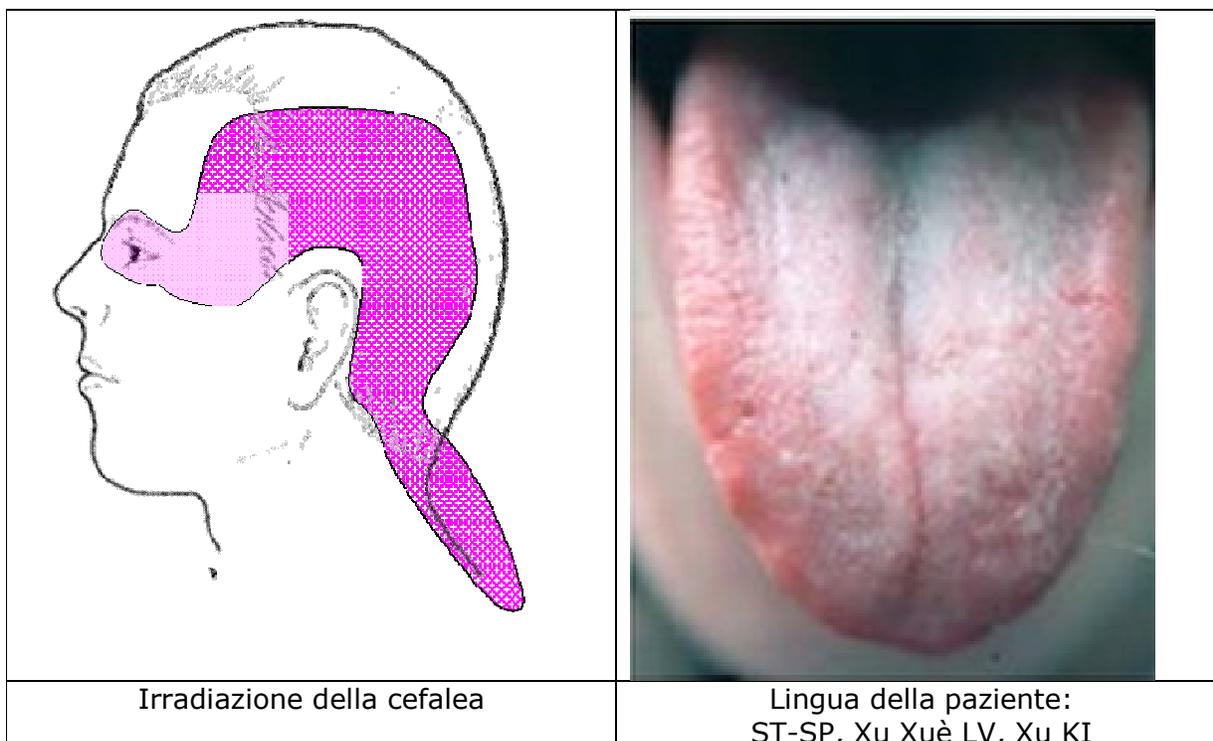
Non piace sostare in locali poco illuminati ed al chiuso.

Fotosensibilità per le luci al neon (UV?) spesso scatenata dalla cefalea.

Collerica non estrinsecata, (ingoia un bue con tutte le corna...) poi esplose...

Negli scatti perde il controllo, ma solo vocale, urla, urla ma non passa mai a vie di fatto...

Madre e nonno materno soffrono di cefalea.



## TERAPIA

Alla prima seduta, visto il caso un pò complesso, prendo tempo ed attuo la classica dispersione dello Yang della Loggia del Legno, con GB 20, BL 18 -19, LU 7, LI 4, ST36, LV 2 - 3, Yintang, GV 20, inoltre, vista la familiarità, armonizzo il TRM con i punti Mu di SP e ST: CV 12 e LV 13.

La paziente era venuta con un attacco in atto, di quelli lievi, ed alla seduta successiva, a distanza di una settimana, riferisce di aver trovato sollievo, in quanto le è scomparsa una specie di agitazione di cui soffriva.

Alla seduta successiva allora, anche dopo aver esaminata la sintomatologia, decido che la prima ipotesi della Fuga dello Yang di Fegato da Vuoto del Rene Yang, può essere supportata e per le prossime sedute mantengo la terapia impostata, aggiungendo CV 17 per l'agitazione, anche perchè la sintomatologia è mensile, quindi lunghi tempi di esame per vedere l'eventuale efficacia.

Alla quinta seduta la p. riferisce che la cefalea le è venuta, sempre di grado lieve, e con scomparsa della sensazione di agitazione interna che la disturbava.

Proseguo la terapia per altre quattro sedute, per avere ulteriori riscontri. alla seduta seguente (9^) riferisce che ha avuto la cefalea, intensità minore, ma che è andata via da sola dopo circa una giornata.

Dunque nulla di nuovo sotto il sole...

Allora esaminando la sintomatologia, penso ai mancamenti da giovinetta, e mi focalizzo anche sulla mancanza di libido, ed inizio a pensare di intervenire con altra strategia.

I mancamenti da giovinetta mi ha fatto pensare all'interessamento di Chong Mai, in particolare l'episodio di 24 ore.

Ricordo che in gravidanza, dopo il parto si può avere uno stato di sub-coma per "rottura" del Chong Mai che si risolve spontaneamente entro 24-36 ore, ed allora aggiungo la classica (per me...) terapia Chong-Dae Mai con SP4 e GB41, aggiungo anche ST 30 e CV6, che aiuta la produzione del sangue di Chong che va ad alimentare maggiormente il Bao (Dai Mai).

A fasi alterne, la sintomatologia migliora e regredisce la cefalea emicranica, sembra di essere sulla buona strada!

Allora cambio strategia, sempre ricordando il Chong Mai che non è entrato in funzione correttamente alla pubertà, e intervengo sia su Chong che su Du con SI3, SP4, CV6 ed i punti Hua Tuo relativi ai 5 organi, per aumentare la produzione di Sangue dei relativi Organi e quindi ristabilire il corretto equilibrio energetico del Sangue, tratto la mancanza di libido con BL52, dovuta a una tassazione del Rene, "scaldo" la SP con SP 2 - 3.

Dopo 3 sedute, al primo controllo la cefalea non si è manifestata, proseguiamo con la terapia ogni 2 settimane, ed a distanza di 3 mesi, la paziente appare stabile, senza manifestazioni particolari, sospendiamo la terapia, con telefonata di controllo ogni mese, che evidenzia il buon esito della terapia.

Altro particolare, ha ripreso i rapporti col suo uomo, e con grande sorpresa di quest'ultimo, è lei che prende l'iniziativa...

Oggi a distanza di 6 mesi il problema sembra ancora sotto controllo.

## **Discussione**

La cefalea emicranica della paziente era sì dovuta sì ad una stasi di Qi di LV, con liberazione del Fuoco di Fegato che secondo il ciclo Cheng poi si ribella e danneggia il Polmone, ma si era man mano preparata il terreno, con l'inizio ai primi anni di vita, dovuto alla familiarità, dovuta alla cefalea di madre e nonno materno, evidenziando una "difficoltà" di comunicazione rene-fegato secondo il ciclo Cheng, rappresentata dalla continua interferenza sulla difficoltosa alimentazione sanguigna al Chong Mai con i continui episodi di "assenza", durati alcuni anni dell'infanzia e parzialmente variata dopo il menarca per la forzata entrata in funzione della coppia Chong-Ren, che appunto perchè forzata, ha influito sulla nutrizione del Rene che risultava "tassato" e di conseguenza su quella del Fegato.

La terapia iniziale incentrata sulla dispersione dello Yang di Fegato non dava risultati salienti a causa della stasi di Qi e Sangue non risolta, ma non appena si è intervenuti sulla produzione (SP) e nutrimento di Chong Mai si è risolta la Stasi di Sangue che bloccava Chong Mai.

Non sappiamo se e quanto durerà il miglioramento, ma vista la sensibilità al trattamento, con un controllo a distanza potremmo avere il "polso" della situazione.

## **Bibliografia**

1. Auteroche B., Gervais G., Auteroche M., Navailh P, Toui-Kan E.: Acupuncture and Moxibustion - A Guide to Clinical Practice, Ed. Churchill Livingstone, London, 1997.
2. Chang S.: The Complete Book of Acupuncture, Ed. Celestial Arts, New York, 1995.
3. Jayasuriya A.: Clinica Acupuncture A to Z, Ed. Jain Publishers, New York, 2002.
4. Maciocia G.: The Practice of Chinese Medicine: The Treatment of Diseases With Acupuncture and Chinese Herbs, Ed. Churchill Livingstone, London, New York, 1999.
5. O'Connor J., Bensky D.: Acupuncture: a comprehensive text, Ed. Eastland Press, Seattle, 1981.
6. Xinnong C.: Chinese Acupuncture and Moxibustion, Ed. Foreign Languages Press, Beijing, 1999.

# **Meridiani Luo e Floriterapia Australiana**

**Natascia Belardoni**  
natiblu@libero.it

**Sommario** il lavoro coniuga sotto il profilo pratico la visione della Medicina Cinese relativamente ai Meridiani Luo Longitudinali, con l'impiego per uso esterno di Fiori Australiani, ritenuti molto attivi e privi di quelle reazioni profonde e difficilmente gestibili legate ai Fiori di Bach. Dopo una breve premessa sul trattamento generale, si esaminano gli schemi per i diversi Luo.

**Parole chiave:** Luo longitudinali, Fiori Australiani, trattamento esterno.

**Abstract** the work combines, from a practical point of view, the vision of Chinese Medicine with respect of the Luo Longitudinal Channels, with the external use of Australian flowers, considered to be very active and lacking of the deep and difficult to manage reactions associated with Bach Flowers. After a brief introduction on the general treatment, we examine the schemes for the different Luo.

**Keywords:** longitudinal Luo, Australian Flowers, external treatment.

## Generalità

**Fase Luo – armonizzare le emozioni, consapevolezza:**

*Vita come continua esperienza del cambiamento che, dalla consapevolezza di ciò che si è, porta al confronto nel mondo in un continuo scambio tra ciò che percepiamo dentro e ciò che il mondo esterno riflette di noi; l'indubbia relazione tra il proprio stato mentale e la sua valenza nel sociale e nella percezione della realtà; l'anelito al miglioramento della propria condizione sia nella propria pelle che nell'accoglienza dell'altro; la spinta voluta o imposta a lasciar andare il vecchio per abbracciare nuove possibilità fino all'adempimento responsabile di sé; la consapevolezza che certi pregiudizi, alcuni schemi rigidi della mente o le aspettative ostruiscono la visione di ciò che è, cristallizzando un futuro sulla ruota del passato.*

**Trattamento "di terreno"** per il primo mese (consigliabile, già molto dinamico) specie se c'è consapevolezza oppure base di miscela floriterapica alla quale aggiungere il fiore (o i fiori) relativo al meridiano Luo coinvolto.

**BOAB** (schemi emozionali e mentali negativi e limitanti, disfunzionali appresi e tramandati; favorisce una crescita personale positiva; "libera" dal Karma delle azioni passate; azione sul subconscio)

+ **FRINGED VIOLET** (protezione psichica per evitare di perdere le proprie difese o di lasciarsi influenzare troppo dagli altri o dall'ambiente)

+ **ANGELSWORD** (discernimento per fare chiarezza ed eliminare la confusione da legami o informazioni distorte o false. La parola dell'"angelo")

+ **BLUEBELL** (apertura, fiducia)

+ **Favorire il cambiamento:**

BOTTLEBRUSH (sovraccarico e staticità emotiva, insicurezza, travolgimento e oppressione)

in alternativa BAUHINIA (rifiuto, riluttanza, resistenza, rigidità e chiusura mentale)

oppure FRESHWATER MANGROVE (*pregiudizio, convinzioni limitanti, false aspettative*)

**Se prevale lo sconforto:**

WARATAH ("notte buia dell'anima", *capacità di attingere alla propria forza vitale, coraggio*) da solo per i primi 7 gg poi aggiungere trattamento "di terreno" (BOAB + FRINGED VIOLET + ANGELSWORD + BLUEBELL senza il fiore del cambiamento) per le successive 3 settimane

**Trattamento relativo al meridiano Luo:**

**fiore del punto** (esempio 7LU = FLANNEL FLOWER) + **fiore sintomatologia** Vuoto/Pienezza (esempio Vuoto = PINK FLANNEL FLOWER) e/o **fiore caratteriologia** associata + SUNSHINE WATTLE (o CHRISTMAS BELL) per atteggiamento positivo, **fiducia nella vita e nel futuro** oppure FIVE CORNERS per **fiducia in se stessi**

Possibile l'applicazione del fiore sul punto dopo trattamento del meridiano e Gua Sha

**Formula Basic riequilibrio fase Luo**

37GB+7LU+15CV = SILVER PRINCESS + FLANNEL FLOWER + BLUEBELL

Meridiani Luo del primo Livello – ISTINTUALE –

Sopravvivenza emotiva fondamentale:

Prevale la natura: gli stati emozionali prevalgono sulla coscienza : sviluppo della **sensazione** (Polmone), della **prima elaborazione** (Grosso Intestino), delle **prime valutazioni** (Stomaco) e della **memoria** (Milza).

In questa fase si sviluppa e appare la **natura dell'individuo**, cioè quell'insieme di **caratteristiche genotipiche** (Jing) poco influenzate dall'ambiente esterno (il "lupo" dentro l'uomo). Molti dei comportamenti umani degli adulti sono espressione di ciò che si è appreso nei primi anni di vita: regolarizzando il nostro passato è possibile vivere meglio il presente e anche il futuro. Lo sviluppo complessivo della sopravvivenza avviene e si completa nel corso di tutta una vita: anche da adulti, sperimentando per la prima volta una nuova situazione, si tende a partecipare con la "natura". L'esperienza è fondamentale per la comprensione della vita, per esserci dentro, per riconnettersi con il divino dentro di sé, con il divino degli altri uomini e del mondo altrimenti si manifesterà disarmonia, dolore e negatività per tutta la vita

Luo del Polmone 7LU

**Percezione del mondo esterno** attraverso la **pelle** e il **tatto** (organi di senso)

**FLANNEL FLOWER** (*contatto fisico e accoglienza, ridimensionamento dei propri confini*)

Pienezza: **"calore del palmo"** – *eccessivo bisogno di toccare - di continue rassicurazioni emotive*

**FLANNEL FLOWER** (*contatto fisico e accoglienza, ridimensionamento dei propri confini*)

GYMEA LILY (*desiderare ardentemente attenzione, riconoscimento e considerazione*)

Vuoto:           **sbadigli** – noia: mancanza di interesse per il mondo  
RED LILY (*testa tra le nuvole, mancanza di interesse per il mondo*)  
PINK FLANNEL FLOWER (*giocosità, apprezzare e godere del momento, riconoscenza*)  
con **bisogno frequente di urinare**  
DOG ROSE (*paura che sopprime lo slancio vitale, timore degli altri; forza vitale, fiducia in se stessi, stare bene con gli altri, disponibilità ad affrontare la vita senza temerla*)

Funzione specifica:

- **accettare, lasciar andare** le cose, i “veleni” frutto delle nostre aspettative  
**STURT DESERT PEA** (*disperde i ricordi tristi e le vecchie ferite; forza per andare avanti*)  
SUNSHINE WATTLE (*accettare il presente superando il passato e le sue esperienze negative, ottimismo*)  
**BOTTLEBRUSH** (*sovraccarico e staticità emotiva; lasciar andare il vecchio e vecchi schemi di pensiero*)

- **perdonare**

MOUNTAIN DEVIL (*rabbia e rancore, diffidenza; tendenza a proiettare sul mondo le proprie frustrazioni; tolleranza*)  
**DAGGER HAKEA** (*sensazione di essere trattati ingiustamente, rancore, incapacità di dimenticare; elaborazione del vissuto*)

- **perdonare la madre** (la dea inconsapevolmente desiderata)

**BOTTLEBRUSH** (*lasciar andare il vecchio; bonding madre-figlio*)

Sogni:           case disordinate e sporche

n.b.: sono anche soggetti ordinati che curano molto la casa, quasi in modo maniacale

Luo del Grosso Intestino 6LI

Iniziale **elaborazione del mondo** attraverso la **bocca**, l'**orecchio** e il **naso** che determina emozioni; forma primitiva di intelligenza senza giudizio, automatica, inconsapevole (“di naso”); l'apprendimento dell'alimentazione, **gusto**; prima **verbalizzazione**  
**RED LILY** (*vaghezza, sconnessione, mancanza di interesse per il mondo; radicamento, concentrazione*)

Pienezza:       **dolore ai denti e alle gengive, carie, sordità**

- soggetti che masticano in continuazione
- bambini autistici
- **leggere più volte una pagina senza capirla**  
**RED LILY** (*testa tra le nuvole, fuga dalla realtà, non ascoltano; radicamento*)

Vuoto:           **freddo ai denti e alle gengive, linguaggio stringato senza gestualità**, blocco del diaframma

- **mangiare senza masticare** – incapacità di elaborare l'informazione; non comunicare con l'esterno (introverso), non ascolta  
**BLACK EYED SUSAN** (*fretta e irritabilità; deficit dell'attenzione; capacità di ascolto*)
- dolore ATM con noduli

BUSH FUCHSIA (*integrazione dei due emisferi, chiarezza del linguaggio, oti, concentrazione*)

RED GREVILLEA (*ATM, masticazione; capacità fluente del linguaggio*)

Sogni: non riconoscimento di situazioni o persone note

#### Luo dello Stomaco 40ST

Prima **manifestazione delle preferenze**, delle scelte istintive; aggiunge i sentimenti alle sensazioni e percezioni; il primo **giudizio personale** delle esperienze (*insieme alla Milza – memoria, rappresenta il sistema di comparazione per le successive esperienze che avrà nella vita*). **Emozione eccessiva** che spinge a un'azione impulsiva ("lupo" di De Bernardinis, quando appare, nei vari aspetti dell'esistenza, la logica, la ragione, la capacità di valutazione e riflessione vengono sopraffatte). **Antenna di percezione della realtà** che permette di interagire con il mondo circostante e di scegliere tra le diverse stimolazioni (Kespì)

**SUNDEW** (*emotivamente divisi in due, capacità di rimanere nel qui e ora, di prendere decisioni, attenzione ai dettagli*)

Pienezza: **folia** Yin e Yang – **momentanea incapacità di intendere e di volere**

**SUNDEW** (*emotivamente divisi in due, capacità di rimanere nel qui e ora, di prendere decisioni, attenzione ai dettagli*)

- cefalea al vertice post-prandiale; - sindrome maniaco-depressiva
- bulimia – **incapacità di scegliere**, smodato desiderio incontrollato (il "lupo che dimentica e divora")
- assetati di letture e di sapere

**HIBBERTIA** (*nozionismo, grande desiderio di apprendere, rigidità mentale; integra le informazioni con l'esperienza; riconnette il cuore alla mente, autodisciplina*)

Vuoto: **debolezza e atrofia degli arti inferiori** – **incapacità di agire sulle proprie emozioni, non sapere dove andare e cosa fare, apatia emotiva**

YELLOW COWSLIP ORCHID (*distacco dalle emozioni, costruttività*)

KAPOK BUSH (*rassegnazione e apatia, impotenza*)

- anoressia

**DOG ROSE OF THE WILD FORCES** (*paura di perdere il controllo, controllo delle emozioni*)

CROWEA (*perdita dell'equilibrio, mancanza di sicurezza; per ritrovare il centro*)

**MINT BUSH** (*disorientamento, difficoltà nella scelta; dona calma e chiarezza*)

BUSH FUCHSIA (*riequilibra i due emisferi*)

FRESHWATER MANGROVE (*pregiudizio; non piace senza nemmeno assaggiare*)

Sogni: animali feroci che ci attaccano, risveglio in preda all'agitazione un istante prima dell'aggressione

## Luo della Milza 4SP

La raccolta delle sensazioni ed emozioni sperimentate che, dopo la riflessione, diventano **memoria**, bagaglio personale; inizio di "intellettualizzazione"; la capacità di ricordare ciò che abbiamo "mangiato e digerito" in passato e le sensazioni che abbiamo associato per poter decidere nel presente ("decide" cosa mangiare)

**ISOPOGON** (*scarsa memoria, incapacità di trarre insegnamento dall'esperienza; utile per recuperare abilità e doti dimenticate, ricordi lontani, apprendere dall'esperienza: correzione del comportamento in base a ciò che si è appreso*)

Pienezza: **dolore agli intestini** – accumulare troppo, più memorie di quante ne può contenere

Riflettere troppo sulle cose, trattenere, bisogno di controllare, di elaborare cosa si sente

**BORONIA** (*chiacchierio mentale, rimuginazione; dona chiarezza e serenità alla mente*)

**PAW PAW** (*sentirsi oberato dalle decisioni; assimilare e integrare nuove informazioni, memorizzare velocemente; agisce sui disturbi digestivi o addominali e sull'assimilazione degli alimenti*)

- **deficit di attenzione** per le troppe informazioni

BLACK EYED SUSAN (*attività incessante, sempre di fretta e troppe cose*)

Vuoto: **gonfiore intestinale a tamburo** – niente riesce a penetrarlo, incapacità a smaltire le memorie, a modificare la mente

BOTTLEBRUSH (*fiducia nella capacità di affrontare e fronteggiare il nuovo; azione sul colon*)

- **ripetizione** ad oltranza **del medesimo errore** - incapacità ad elaborare pensieri personali in rapporto alle passate esperienze

**ISOPOGON** (*scarsa memoria, incapacità di trarre insegnamento dall'esperienza; utile per recuperare abilità e doti dimenticate*)

- **rigidità mentale** - fissazione sulle proprie idee e credenze o su unico pensiero (ossessione)

**BAUHINIA** (*resistenza, rifiuto, riluttanza o repulsione verso il nuovo; dona apertura mentale*)

HIBBERTIA (*nozionismo, grande desiderio di apprendere, rigidità mentale; integra le informazioni con l'esperienza; riconnette il cuore alla mente*)

FRASHWATER MANGROVE (*pregiudizio, convinzioni e modelli di massa come filtro di percezione*)

Sogni: cibo sano o avariato

## Meridiani Luo di secondo Livello – COGNITIVO –

abilità sociali, interazione con l'esterno:

**capacità di rispondere in modo adeguato con la parola e la gestualità alle diverse sollecitazioni interne e ambientali - sviluppo dell'intelligenza** (prevale la cultura - ambientale) : capacità di comunicare (Cuore), di tenere un comportamento così come suggerito dalla cultura (Intestino Tenue), "sistema di allarme" (Vescica e Rene).

In questa fase si **socializza** e **ci si confronta con gli altri**; diviene giusto ciò che è comune; nasce la voglia di far parte di un gruppo e questo limita gli "errori" che si possono compiere

### Luo del Cuore 5HT

Si riesce a **dare un nome alle esigenze interiori e ai propri pensieri e si comunica attraverso le parole** questo processo "interno" al proprio ambiente emozionale (*attraverso la parola e la sua incisiva realizzazione nel mondo formiamo dinamicamente il nostro mondo interiore*). Osservazione e attenzione di ciò che siamo e quello che pensiamo, consapevolezza. Il sentimento del Cuore è l'**amore incondizionato**, l'accettazione totale di noi stessi e degli altri dove non si ha paura di sbagliare e non si hanno difficoltà a trovare le "parole giuste". **Reazione alle pressioni e alle esigenze** che esercita l'esterno.

**BUSH FUCHSIA** (*chiarezza comunicativa, aiuta ad esprimere ciò che effettivamente si intende dire*)

Pienezza: **oppressione al torace, al diaframma che si irradia alla regione costale laterale** – espressione delle esigenze e delle richieste eccessive (sensazione di ansia e nervosismo come se il mondo intero è alle costole)  
ALPINE MINT BUSH (*rinnovato entusiasmo e slancio in chi deve prendersi cura di pazienti e familiari*)  
CROWEA (*ansia anticipatoria; migliora la contrattilità del diaframma*)

Vuoto: **incapacità di parlare** - dare un nome preciso alle sensazioni interne, alle esperienze vissute, a far comprendere agli altri i nostri bisogni, le nostre emozioni – mancanza di motivazione a imparare dal mondo  
FLANNEL FLOWER (*stimola ad esprimere verbalmente i propri sentimenti; corregge la voce stridula; intimità fisica ed emozionale*)  
GREEN SPIDER ORCHID (*condivisione e desiderio di comunicare; disciplina del silenzio*)

### - balbuzie

**BLUEBELL** (*apre il cuore; favorisce la fiducia nell'abbondanza universale e la condivisione gioiosa*)

BUSH GARDENIA (*migliora la comunicazione nella coppia e tra familiari*)

DAGGER HAKEA (*risentimento e amarezza verso persone con cui si hanno rapporti stretti; per coloro che usano parole taglienti; aiuta ad esprimere i propri sentimenti apertamente e il perdono*)

ROUGH BLUEBELL (*aiuta ad entrare in contatto con l'amore incondizionato e ad esprimerlo*)

DOG ROSE (*timidezza che deriva dalla mancanza di fiducia negli altri; aiuta a dare e ricevere amore*)

PINK FLANNEL FLOWER (*intelligenza del cuore, gioia di vivere; aiuta il cuore a rimanere aperto*)

SYDNEY ROSE (*"Fai agli altri quello che vorresti fosse fatto a te"; compassione, tolleranza e amore; aiutare e supportare*)

Sogni: incapacità di parlare: diventare improvvisamente muto o essere muto da tempo; persone sconosciute che mimano con foga la risposta alla domanda del protagonista; telefono che non funziona

## Luo di Intestino Tenue 7SI

Tenere un comportamento come suggerito dalla **cultura** ("mi fa bene oppure no?"), **scelte basate sulla ragione**, influenza delle persone che ci circondano. Creatività (nuove immagini, nuove idee). **Accettazione della critica** altrui per **rielaborare** pensieri, atti e sentimenti come stimolo per migliorarsi; capacità di rimettersi in discussione; realizza il **cambiamento cosciente** (la speranza e l'opportunità di cambiare attraverso la critica è la virtù del Cuore e l'aiuto viene dal suo Ministro). **Pelle** come mezzo di contatto

**BAUHINIA** (*rifiuto, riluttanza o repulsione verso idee, persone, cibi, cose nuove; resistenza al cambiamento; capacità di comprendere, accogliere e accettare, adattarsi, apprezzare nuovi concetti e punti di vista, nuove persone e situazioni; apertura mentale*)

Pienezza: **rigidità e dolore al gomito**; persona molto **seria, severa, rigida e testarda**; sentirsi sopraffatti dalle critiche; **conflitto con l'autorità**; sarcasmo e disprezzo – **l'intelletto opprime le emozioni e limita il comportamento**

ISOPOGON (*pensare di saperne più degli altri, atteggiamento arrogante, autoritario, testardo, dominato dall'intelletto*)

**HIBBERTIA** (*migliorare per sentirsi superiori agli altri; autodisciplina eccessiva; rigidi e dogmatici, inflessibili; aiuta ad integrare informazioni e idee con le proprie esperienze e con l'intuito*)

**GYMEA LILY** (*arroganza, prepotenza, altezzosità, ricerca continua di attenzione, paura e trepidazione dell'autorità; dona umiltà e rispetto degli altri*)

RED GREVILLEA (*indipendenza psicologica; favorisce il mutamento nel modo di pensare*)

YELLOW COWSLIP ORCHID (*tendenza alla pignoleria, essere pedanti e scettici; mente indagatrice*)

RED HELMET ORCHID (*ribellione, problema con le figure autoritarie e con il padre; sensibilità, rispetto e considerazione*)

Vuoto: **disturbi psicosomatici della pelle**: verruche, acne, foruncolosi; **insicurezza** rispetto alle proprie azioni, **amnesia**, dimenticanza di ciò che si è fatto, **permalosità** (feci caprine)

**PINK MULLA MULLA** (*essere suscettibili, cauti, diffidenti, permalosi; aiuta a superare le resistenze e gli schemi di sabotaggio; favorisce l'auto-trasformazione*)

STURT DESERT ROSE (*senso di colpa e di inadeguatezza; modelli molto elevati per sé; senso dell'obbligo e del dovere; facile influenzabilità; aiuta a seguire la propria moralità e integrità, maggiore fedeltà a se stessi*)

PHILOTHECA (*incapacità ad accettare riconoscimenti e complimenti; sindrome del "papavero alto"*)

TURKEY BUSH (*creatività; accettare la propria unicità espressiva, ispirazione*)

LITTLE FLANNEL FLOWER (*giocosità, innocenza, spontaneità, leggerezza*)

ILLAWARRA FLAME TREE (*sentirsi rifiutati ed emarginati, sopraffatti dalle responsabilità di sviluppare il proprio potenziale e continuare a rimandare a domani*)

FRESHWATER MANGROVE (*libera dal pregiudizio e dalle aspettative*)

FLANNEL FLOWER (*accoglienza; ridimensionamento dei propri confini; aiuta a mostrare l'aspetto gentile e dolce*)

FIVE CORNERS (*scarsa autostima; personalità schiacciata, tenuta a freno; sblocca le convinzioni negative*)

Sogni: guardare da un poggiolo, da un sito posto in alto, la vita davanti (persone, cose, panorami, animali)

## Luo di Vescica e Rene 58BL – 4KI

Il “**sistema di allarme**” che avverte della necessità di entrare in azione, di integrare la critica, di rispondere alle diverse sollecitazioni ambientali e non tollerare ulteriormente le “aggressioni”. **Tolleranza. Tensioni post-traumatiche:** incapacità di **lasciar andare le cose** che non servono più, i veleni della vita.

**BLACK EYED SUSAN** (*attività incessante, sempre di fretta; stress; rallenta i ritmi; stimola la pazienza e la tolleranza. Disturbi della digestione dovuti a pasti troppo veloci; diarrea; mal di testa muscolo-tensiva; disturbi alla schiena e stress surrenali; insonnia; deficit dell'attenzione*)

**DOG ROSE** (*timidezza, timore degli altri, insicurezza; quel che è troppo è troppo; fiducia in se stessi*)

Pienezza: la “campana” suona in continuazione. Il soggetto non tollera più nulla, **fugge sempre** e comunque; si oltrepassa la linea della tolleranza e ci si ritira dalla vita. Pessimismo. Incapacità di accettare situazioni che in altre condizioni sarebbero passate inosservate o quasi.

**MINT BUSH** (*“allarme interiore”, disorientamento, confusione; sensazione che ogni cosa sia troppo grande o troppo difficile da affrontare e risolvere; ridimensiona, appiana*)

**CROWEA** (*preoccupazioni, apprensione continua; calma ed equilibra corpo e mente; miorilassante*)

**GREY SPIDER FLOWER** (*attacchi di panico; ansia estrema e destabilizzante; aiuta a ritrovare la calma, la tranquillità e il coraggio*)

**WARATAH** (*notte buia dell'anima, perdita della speranza; coraggio; adattabilità e capacità di far fronte a qualsiasi emergenza*)

**SLENDER RICE FLOWER** (*tolleranza, flessibilità, armonia di gruppo*)

**TALL YELLOW TOP** (*isolamento; favorisce il senso di appartenenza, l'accettazione di sé e degli altri*)

**PINK MULLA MULLA** (*tendenza all'isolamento, diffidenza, sempre sulla difensiva. Ferite emozionali profonde*)

Pienezza BL: **dolore alla testa e al dorso; congestione nasale** (raffreddori cronici)  
– incapacità di inalare la “vita sociale”, il “profumo della vita”, “smettere di respirare”

- attacchi di panico, sensazione di essere sopraffatti - movimento di energia verso il centro che può impedire di urinare e defecare

**BOTTLEBRUSH** (*sovraccarico e staticità emotiva; travolgimento e oppressione; aiuta a spazzar via il passato, la capacità di cambiare. Drenaggio e pulizia delle tossine del colon*)

Pienezza KI: **malessere al torace** - grande appoggio psicosomatico – si rivive il trauma passato come se fosse ancora presente, eternamente rivissuto, cristallizzato nella paura

- attacchi di panico, sensazione di essere sopraffatti - movimento di energia verso il centro che provoca dolori e rigidità alla parte bassa della schiena, atrofia delle gambe

Vuoto: l'allarme non suona mai, persone che **non smettono mai**, stoiche, indifferenti alle fatiche; incapaci di “chiudere il cerchio”, di realizzarsi e di ri-crearsi; rimangono legati alla fuga, in vacanza si annoiano e la loro vita è costellata di “devo”. Possono apparire non reattivi anche intellettualmente ed

emotivamente; soglia del dolore molto alta; sembrano incapaci di assimilare informazioni. Può anche manifestarsi un comportamento ossessivo, non possono smettere, non sanno fermarsi, dire "basta", dipendenza. Paranoia. Vergogna e timidezza per paura

**MACROCARPA** (*stanchezza fisica, stress surrenale; induce al bisogno di riposo e il recupero*)

BORONIA (*ossessività; porta serenità alla mente*)

MONGA WARATAH (*dipendenze -addiction*)

RED LILY (*vaghezza, sconnessione, sguardo vuoto, distaccato, distante; radicamento*)

STURT DESERT ROSE (*senso dell'obbligo e del dovere, rimpianto, paranoia; aiuta l'accettazione e una rinnovata integrità personale*)

YELLOW COWSLIP ORCHID (*capacità di afferrare rapidamente i concetti; mediazione*)

Vuoto BL: **epistassi**

Vuoto KI: **dolore alla zona renale, lombalgia**

Sogni: normali ma vissuti con ansia; presenza di acque minacciose

Meridiani Luo del terzo Livello – **STRUTTURAZIONE DELLA PERSONALITA'** –  
sviluppo e consolidamento della personalità:

Il soggetto **si individualizza e consolida la sua personalità** ("mescolamento" di natura e cultura) : capacità di vivere correttamente la propria emotività (Ministro del Cuore), il temperamento (Triplice Riscaldatore), le scelte di vita (vescica Biliare), la trasformazione (Fegato).

La personalità si evolve e si consolida. Si passa da un meccanismo giusto/sbagliato a un altro maggiormente legato alla **comprensione** dei fatti e degli accadimenti (emozionali e non): coscientemente e non, si ha una "rilettura" di ciò che ha portato l'individuo ad essere "quello che è". Le parti più "alte ed evolute" riescono ad interagire efficacemente con quelle più istintuali: **prevale la consapevolezza e si limita il giudizio.**

Luo del Ministro Cuore 6PC

Rendere i processi mentali compatibili con l'aspetto sociale. Capacità di **gestire lo stress** (vivere correttamente la propria emotività): razionalizzazione, polarizzazione, proiezione, sublimazione per permettere temporaneamente una vita meno angosciata e penosa (**protezione del cuore** – obiettivo tenere la mente serena) per poi liberarsi grazie al non giudizio (meccanismo a comprensione) e all'Amore incondizionato del Cuore attraverso l'empatia, la compassione, il senso di appartenenza.

**TALL MULLA MULLA** (*favorisce l'interazione sociale, il sentirsi rilassati e sicuri; azione sulla circolazione sanguigna*)

Pienezza: **oppressione e compressione al torace**, essere travolti da **bufere emotive BLUEBELL** (*apre il cuore; favorisce la fiducia nell'abbondanza universale e la condivisione gioiosa*)

Vuoto: **dolore e distensione al torace, rigidità alla nuca** – impedisce al Cuore di espandersi

- **non riescono ad aprirsi**, ad essere estroversi, vivono conflitti tra ciò che sentono e ciò che fanno

YELLOW COWSLIP ORCHID (*tendenza alla chiusura e alla esagerata prudenza; capacità di staccarsi dalle emozioni, mediare in modo obiettivo e compassionevole*)

TALL MULLA MULLA (*tendenza a compiacere; favorisce l'interazione sociale, il sentirsi rilassati e sicuri; azione sulla circolazione sanguigna*)

**SYDNEY ROSE** (*"Fai agli altri quello che vorresti fosse fatto a te"; **compassione**, tolleranza e amore; aiutare e supportare*)

ROUGH BLUEBELL (*aiuta ad entrare in contatto con l'amore incondizionato e ad esprimerlo*)

PINK FLANNEL FLOWER (*intelligenza del cuore, gioia di vivere; aiuta il cuore a rimanere aperto*)

**TALL YELLOW TOP** (*senso di abisso nel cuore; favorisce il **senso di appartenenza**, l'accettazione di sé e degli altri*)

KANGAROO PAW (*difficoltà a relazionarsi con gli altri, insensibilità ai bisogni altrui; **empatia***)

Sogni: uso dell'automobile: possiamo essere noi a guidare o persone poco o per niente conosciute o addirittura l'auto va da sola; strada spesso sconnessa, angusta, piena di buche, talora finisce o scompare improvvisamente

#### Luo del Triplice Riscaldatore 5TE

**Ciò che si è diventati** in base alla natura e alla cultura e **ciò che si crede di essere**, l'immagine (l'archetipo "psicofisico") con cui ci si identifica. È la fusione tra natura e cultura. La rigidità, la forza del carattere o l'intrinseca debolezza si esprime nei gomiti che rappresentano il modo in cui affrontiamo le sfide del mondo.

**FIVE CORNERS** (*autostima; sblocca le convinzioni negative*)

Pienezza: **sensazione di contrattura del gomito con impotenza funzionale**

GYMEA LILY (*arroganza, altezzosità, costante bisogno di status e glamour, di prestigio; consente di attingere al proprio potere personale per realizzare pienamente il proprio destino, di fare ciò che attiene alle proprie volontà e intenzioni. Azione sui legamenti*)

Vuoto: lassità, **deficit funzionale del gomito**

BANKSIA ROBUR (*caduta delle capacità di iniziativa, avvilitamento, frustrazione in persone molto dinamiche, stanchezza temporanea, sindrome da stanchezza cronica*)

ILLAWARRA FLAME TREE (*negazione del sé, rifiutare se stessi; dà sicurezza e forza per sviluppare il proprio potenziale*)

KAPOK BUSH (*tendenza a rinunciare, scoraggiamento, rinuncia al controllo o sensazione di non controllare la propria esistenza; aiuta a reagire positivamente alle sfide della vita*)

OLD MAN BANKSIA (*pigrizia; capacità di far fronte alla vita*)

PHILOTHECA (*stereotipo che la mediocrità è preferibile al successo*)

SOUTHERN CROSS (*vittimismo, rassegnazione; incoraggia a usare il proprio potere personale*)

Sogni: persone defunte conosciute o noi stessi che si guardano senza troppa emozione

## Luo della Vescica Biliare 37GB

La capacità di ritrovare **la strada, il senso della propria vita, di rilanciare** il proprio "sviluppo psicofisico", di non "fissarsi" sugli archetipi, di offrirsi **un nuovo inizio**, di **andare fisicamente nel mondo**. La scelta libera dai condizionamenti familiari e ambientali, il **libero arbitrio**.

**SILVER PRINCESS** (*dà il senso della direzione della propria esistenza, aiuta a trovare il cammino e la direzione nella vita, la motivazione, lo scopo*)

Pienezza: **piedi ghiacciati**, dolori al dorso del piede – blocco della personalità ostacolato dalla famiglia, stato di continua negazione, di rifiuto, di vedere nuove possibilità di cambiare e nuove opportunità; credere in un'unica possibilità, dipendenza psicologica, possessività.

**BOAB** (*libera dalle influenze negative della famiglia*)

FIVE CORNERS (*personalità "tenuta a freno", schiacciata, annodata*)

ILLAWARRA FLAME TREE (*sentirsi rifiutati ed emarginati; aiuta a compiere il primo passo per sviluppare il proprio potenziale senza rimandare a domani*)

LITTLE FLANNEL FLOWER (*bambini cresciuti troppo in fretta, mancanza di spontaneità e leggerezza; favorisce la giocosità, l'espressione della spensieratezza*)

MONGA WARATAH (*dipendenza, non sentirsi mai all'altezza, non riuscire ad esprimersi*)

RED GREVILLEA (*voler uscire da una situazione ma non sapere come; eccessiva dipendenza*)

TALL MULLA MULLA (*piegarsi alla volontà degli altri per compiacere. Azione su circolazione periferica, piedi e mani freddi, vene varicose*)

Vuoto: **debolezza delle gambe** con sensazione di flaccidità, difficoltà a camminare fino alla **paralisi delle gambe** – non c'è nessun posto dove andare, rinuncia ad andare avanti (anche a vivere – suicidio)

**MINT BUSH** (*non sapere quale strada scegliere, confusione tra due possibilità; aiuta a fare una scelta e a sentirsi all'altezza della situazione*)

PAW PAW (*lotta per prendere una decisione importante che può cambiare la direzione degli eventi*)

KAPOK BUSH (*tendenza a rinunciare, perdita dello spirito combattivo*)

**WARATAH** (*incapacità di reagire, perdita della speranza, pensare al suicidio*)

WILD POTATO BUSH (*senso di oppressione e di limitazione, corpo come limite; infonde un senso di libertà e la capacità di procedere nella vita*)

TURKEY BUSH (*creatività*)

WEDDING BUSH (*sposare l'obiettivo, impegno e disciplina, dedizione verso un obiettivo o uno scopo*)

Sogni: impossibilità di muoversi per impotenza degli arti o situazioni minacciose

## Luo del Fegato 5LR

La capacità di **stimolare la trasformazione**, di "vivificare" gli archetipi che sono comunque presenti in noi, la possibilità di **cambiare**, di modificare profondamente il senso della vita. La capacità di **espressione attraverso la sessualità**, la genitalità, le istanze libidiche individuali. Creatività.

**SUNSHINE WATTLE** (*fiducia nelle possibilità future, guardare al futuro con ottimismo, mollare il passato*)

Pienezza: **erezioni fuori luogo, forte desiderio di sesso** (sviluppo personalità multipla: anziché un rinnovamento di se stessi si crea un altro sé)

Vuoto: **prurito ai genitali** (sviluppo personalità schizofrenica: perdita della individualità. Tendenze suicide)

BOTTLEBRUSH (*aiuta il cambiamento*)

**TURKEY BUSH** (*creatività*)

BOAB (*archetipo*)

WISTERIA e BILLY GOAT PLUM (*sessualità*)

Sogni: sessuali

#### Gran Luo della Milza 21SP

La funzione di **distribuzione del Sangue attraverso il corpo**. Riassume la comunicazione Yin e Yang di un individuo, rappresenta lo stare bene con se stessi e con il mondo esterno, utile nelle turbe generalizzate dei Meridiani Luo.

**FLANNEL FLOWER + FIVE CORNERS + TALL MULLA MULLA**

Pienezza: **dolori diffusi in tutto il corpo** (ristagno profondo che genera dolori forti e acuti a cui nulla sembra dar sollievo) – **depressione cronica** (Sangue stagnante che non vede nuove possibilità)

Vuoto: **sensazione di "flaccidità" a tutte le articolazioni** (tutto il corpo smette di essere attivo)

#### Gran Luo dello Stomaco 18ST

Solo a Sx, in rapporto con l'Energia Zong, l'energia del ritmo e della vitalità (assumendo un ruolo rilevante nella propulsione e diffusione di Sangue ed Energia a tutto il corpo).

Patologia: respirazione rapida e irregolare, sensazione di ostruzione toracica che impedisce la respirazione – **sindrome gastrocardiaca**

#### Luo di Du Mai 1GV

Comanda la **colonna** in toto e la **testa come "antenna"** capace di interagire con l'esterno. Controlla tutte le **relazioni Yang** con l'ambiente, fisiche, psichiche e spirituali  
**SUNSHINE WATTLE** (*fiducia nel mondo, apertura*)

Pienezza: **rigidità della colonna vertebrale**

Vuoto: **pesantezza alla testa e impossibilità a ruotarla**

## Luo di Ren Mai 15CV

Comanda la **parete addominale** rappresentando una protezione dall'ambiente esterno (Kespì). Ricapitola lo Yin: regola tutti i **legami psichici, fisici e intellettuali, la nutrizione in senso stretto e quella extra alimentare, la sessualità** (prevalentemente in chiave psicosomatica). Tutte le **turbe profonde dell'espressione dell'uomo nel mondo**; in particolare favorisce l'espressione del Cuore e tratta i sintomi che sono manifestazione di questa incapacità (insonnia, turbe della sessualità) (AFA).

**FIVE CORNERS** (*fiducia in se stessi, autostima*)

Pienezza: **dolore cutaneo a livello addominale**

Vuoto: **prurito**

Riassumendo:

Fase Luo :

### 1. trattamento "di terreno"

**1a.** se c'è consapevolezza: BOAB + ANGELSWORD + FRINGED VIOLET + BLUEBELL (1° mese)

+ per favorire il cambiamento:

BOTTLEBRUSH (*sovraccarico e staticità emotiva, insicurezza, travolgimento e oppressione*)

in alternativa BAUHINIA (*rifiuto, riluttanza, resistenza, rigidità e chiusura mentale*)

oppure FRESHWATER MANGROVE (*pregiudizio, convinzioni limitanti, false aspettative*)

**1b.** se prevale scoraggiamento: WARATAH (da solo per i primi 7gg)

+ ANGELSWORD + FRINGED VIOLET + BLUEBELL (3 settimane) (tot 1 mese)

### 2. trattamento "di rinforzo" (se necessario) :

BOAB + ANGELSWORD + FRINGED VIOLET + BLUEBELL + BOTTLEBRUSH (cambiamento)

+ fiore(i) del meridiano Luo (1 mese)

Polmone	7LU	FLANNEL FLOWER
Grosso Intestino	6LI	RED LILY
Stomaco	40ST	SUNDEW
Milza	4SP	ISOPOGON
Cuore	5HT	BUSH FUCHSIA
Intestino Tenue	7SI	BAUHINIA
Vescica	58BL	BLACK EYED SUSAN
Rene	4KI	DOG ROSE
Ministro del Cuore	6PC	TALL MULLA MULLA
Triplice Riscaldatore	5TE	FIVE CORNERS
Vescica Biliare	37GB	SILVER PRINCESS
Fegato	5LR	SUNSHINE WATTLE

### 3. trattamento relativo al Meridiano Luo:

Fiore del punto (esempio 7LU = FLANNEL FLOWER)

+ fiore sintomatologia Vuoto/Pienezza (esempio Vuoto = PINK FLANNEL FLOWER) e/o fiore caratteriologia associata

+ SUNSHINE WATTLE (o CHRISTMAS BELL) per atteggiamento positivo, fiducia nella vita e nel futuro

oppure FIVE CORNERS per fiducia in se stessi

RED GREVILLEA : raggiunta la consapevolezza, se ci si sente intrappolati, è molto difficile uscire dalla situazione (o fase Luo) aiuta a districarsi fornendo possibilità al mutamento anche inaspettate (sia per il paziente che per il terapeuta)

Formula Basic riequilibrio fase Luo:

37GB+7LU+15CV = SILVER PRINCESS + FLANNEL FLOWER + BLUEBELL

Punti Luo accoppiati tra loro:

Soggetto in continua tensione, in continuo stato di stress e d'allarme:

4KI + 58BL = DOG ROSE + BLACK EYED SUSAN

Soggetti che non sanno fare tesoro delle esperienze e ripetono sovente gli stessi errori:

4SP + 40ST = ISOPOGON + SUNDEW

Conflitto fra interiorità ed exteriorità, modo di sentire le cose e maniera di realizzarle:

5HT + 6PC = BUSH FUCHSIA + TALL MULLA MULLA

Infantilismo caratteriale, scarsa capacità di prendere contatto con il mondo:

7LU + 6LI = FLANNEL FLOWER + RED LILY

Le Cinque Volontà e i Fiori Australiani:

- Fegato: fantasia, creatività, entusiasmo (in negativo: collera)

TURKEY BUSH – SUNSHINE WATTLE - DAGGER HAKEA

- Reni: decisione, determinazione, voglia di vivere (in negativo: paurosità)

WARATAH - DOG ROSE

- Polmone: capacità di interiorizzazione, sopravvivenza (Po) (in negativo: tristezza)

- STURT DESERT PEA

- Milza: intelligenza (capacità di creare legami tra le cose) (in negativo: rimuginazione)

PAW PAW - BORONIA

- Cuore: serenità, centratura (in negativo: disordine, panico, perdita della speranza)

BLUEBELL - GREY SPIDER FLOWER – WARATAH

## Meridiani Luo e Essenze Combinate già pronte

### 1. Trattamento "di terreno":

#### **EMERGENCY**

(Angelsword – Crowea – Dog Rose of the Wild Forces – Fringed Violet – Grey Spider Flower – Sundew – Waratah)

#### **STRESS STOP**

(Black Eyed Susan – Bottlebrush – Boronia – Bush Fuchsia – Crowea – Jacaranda – Little Flannel Flower – Paw Paw)

### 2. Trattamento relativo ai Meridiani Luo :

#### a. Meridiani Luo del primo livello - ISTINTUALE

##### **OPPRESSION FREE**

(Bauhinia – Bottlebrush – Bush Iris – Dagger Hakea – Dog Rose – Wild Potato Bush)

##### **SEXUALITY**

(Billy Goat Plum – Bush Gardenia – Flannel Flower – Fringed Violet – Little Flannel Flower – Sturt Desert Rose – Wisteria)

##### **CONCENTRATION**

(Bush Fuchsia – Isopogon – Jacaranda – Paw Paw – Sundew)

#### b. Meridiani Luo del secondo livello - COGNITIVO

##### **FLUENT EXPRESSION**

(Bush Fuchsia – Crowea – Five Corners – Flannel Flower – Red Grevillea – Tall Mulla Mulla – Turkey Bush)

##### **RELATIONSHIP**

(Bluebell – Boab – Bottlebrush – Bush Gardenia – Dagger Hakea – Flannel Flower – Mint Bush – Red Helmet Orchid – Red Suva Frangipani – Wedding Bush)

#### c. Meridiani Luo del terzo livello – STRUTTURAZIONE DELLA PERSONALITA'

##### **OTTIMISMO**

(Bluebell – Boab – Christmas Bell – Five Corners – Little Flannel Flower – Philotheca – Pink Flannel Flower – Southern Cross – Sunshine Wattle)

##### **SEXUALITY**

##### **ENERGY**

(Banksia Robur – Crowea – Illawarra Flame Tree – Macrocarpa – Old Man Banksia – Yellow Cowslip Orchid)

##### **SELF CONFIDENCE**

(Boab – Dog Rose – Five Corners – Southern Cross – Sturt Desert Rose)

##### **TRAVEL**

(Banksia Robour – Bottlebrush – Bush Fuchsia – Bush Iris – Crowea – Fringed Violet – Macrocarpa – Mulla Mulla – Paw Paw – Red Lily – She Oak – Silver Princess – Sundew – Tall Mulla Mulla)

##### **TRANSITION**

(Autumns Leaves – Bauhinia – Bottlebrush – Bush Iris – Lichen – Mint bush – Red Grevillea – Silver Princess)

#### Nota sull'utilizzo delle Essenze Combinate:

Emergency e Stress Stop sono le uniche due Combinazioni che si possono prendere contemporaneamente mentre le altre Essenze Combinate possono essere solo abbinare, se necessario, a Emergency e Stress Stop e non tra loro. In genere le Essenze Combinate vanno assunte al mattino e alla sera (7 gocce) mentre Emergency e Stress Stop possono essere un supporto durante la giornata (anche ogni 10 minuti) ad esempio per gestire al meglio gli stati emotivi o la troppa presa della mente.

# **Un caso di obesità<sup>1</sup>**

**Valentina Volpato<sup>2</sup>**

---

<sup>1</sup> Comunicazione presentata il 13 ottobre 2012 al II Congresso SIdA, Villa Rosa (TE).

<sup>2</sup> Studio MC, Mendrisio, Svizzera, Tel. 0041 78 676 11 32

**Sommario** Si riferisce di un caso di obesità da umidità calore, inquadrato e trattato secondo la Medicina Cinese. Si discute, inoltre, sui motivi che hanno indotto a prendere in considerazione il Bao Mai e sulla conseguente scelta dei punti.

**Parole chiave:** Obesità, Umidità-Colore, Bao Mai.

**Abstract** We report a case of obesity due to dampness-heat, treated along with Chinese Medicine concepts. A discussion is also made about the reasons which led to consider the Bao Mai and the consequent choice of points.

**Keywords:** Obesity, Dampness-Heat, Bao Mai.

**Motivo della consultazione:** ragazza di 22 anni in sovrappeso (aumento di 20 kg in un anno e mezzo) iniziato nell'agosto del 2010, quando lavorava da Mac Donald's. Altri sintomi: ansia con palpitazioni, paura a guidare in autostrada (da quando ha avuto un incidente in macchina?), gonfiore dopo mangiato e dolore intorno all'ombelico, stipsi, mestruazioni irregolari e dolorose (per questo ha preso la pillola per un anno), voglia di dolce intorno al ciclo, intolleranza al latte, fa fatica a seguire una dieta, sogna il nonno morto già da qualche anno. Lingua: rossa con patina spessa gialla.

**Diagnosi occidentale:** Obesità di primo grado (Altezza. 1.68, Peso : 92 kg, BMI 32,6)

**Diagnosi:** Umidità calore nel *Bao Mai*

**Terapia:** GB 41, CV15, GB22

**Risultati:** Già dalla prima seduta (in realtà era la terza; le prime due avevo usato altri punti con nessun risultato) la paziente riferisce di aver perso 2kg in una settimana, di aver avuto diarrea, uno sfogo di acne sul viso, aver maggior sudorazione e di sentire meno ansia. Dopo la seconda seduta mi racconta di aver lasciato il ragazzo con cui conviveva da otto mesi (di cui mi aveva parlato in modo positivo durante l'anamnesi!), di andare in bagno tutti i giorni e sentirsi più leggera.

**Discussione:** Dopo aver provato nelle prime due sedute a lavorare sulla voglia di dolce senza risultati (prima con BL26 e in seguito ST21,CV12,CV17), ho deciso di concentrarmi su un sintomo secondario ma molto evidente, l'ansia e di trattarlo con il *Bao Mai*, Vaso Collaterale del *Dai Mai*, che svolge la funzione di difesa, in particolare di messa in latenza dei traumi di natura psichica. Nel capitolo 33 del *Su Wen* si legge: "*Bao Mai ha una relazione di dipendenza con il Cuore ed è legato a Bao Gong (utero e ovaio)*". Collega il sangue dell'utero al Cuore e al *Dai Mai*, e il *Dabao*, il Grande Luo di Milza, che è molto collegato al Sangue, al *Daimai*. Sintomi comuni sono ansia, attacchi

di panico, metrorragie, fibromi, fobie, ma anche endometriosi complicato da disturbi dello *Shen*. O in altre parole "Patologie di grossa umidità e deficit di comunicazione alto-basso (eccesso sopra e deficit sotto o anche il contrario)" (1). Jeffrey Yuen (2) consiglia di usare il *Bao Mai* in caso di dismenorrea con sindrome premestruale iniziata in pubertà, invece del *Chong Mai*, che entra più in gioco nel primo ciclo di 7 e 8 piuttosto che nei seguenti cicli. In generale lavorando sul *Bao Mai* insieme al *Dai* si aiuta la persona a rilasciare quei sentimenti legati alle cose o persone a cui rimaniamo attaccati. A tale scopo Jeffrey consiglia di trattare anche un punto esterno della Vescica in base all'emozione che vogliamo rilasciare. Il percorso del *Bao Mai* parte da CV1 per poi passare a GV1, sale a GV9, ed esce in avanti a CV15, entra in comunicazione col Cuore, raggiunge CV8 per poi rientrare nell'utero. Da GV1 raggiunge il cervello tramite il *Luo* di GV. Collegando fronte e retro del corpo, si dice che unisce *Yin e Yang*, Cuore e Rene, il Sangue, cioè le emozioni al *Jing*, l'essenza che arriva al Rene, con la presenza di umidità. Sempre secondo Jeffrey questo collegamento tra il Grande *Luo* di Milza, il *Luo* di *Ren* e *Luo* di *Du* che poi finiscono nel Canale Cintura per essere eliminati, rispecchiano l'idea di eliminazione dell'acquisito, che in caso contrario diventerà il materiale della prossima reincarnazione con cui l'individuo si troverà a riaffrontare gli attaccamenti irrisolti, oppure verrà tramandato alla prossima generazione in forma di tossine fetali (*Tai Du*). Il *Bao Mai*

La scelta dei punti è stata in base ai sintomi: CV15 per le fobie mentre per gli attacchi di panico useremmo GV9, CV15 è anche *Luo* di *Ren Mai*. Tramite i *Luo* la *Ying Qi* (il nutrimento sia alimentare che affettivo) arriva alla costituzione, in particolare ai Meridiani Curiosi. GB22 che secondo Jeffrey è il Grande *Luo* originale, invece di SP21, dove il sintomo specifico è parestesia. GB22 è anche punto di riunione dei *Jing Jin* con i *Jing Bie*. Tramite questo punto la *Wei Qi* rientra al petto da questi meridiani. La paziente era molto incosciente di cosa la turbasse, che è tipico della *Wei qi*, energia istintiva e non conscia, che concerne sia MTM che Distinti. GB22 come punto riunione più collegato al diaframma, fa sì che il respiro diventi più profondo permettendo di affrontare meglio le reazioni automatiche emotive all'ambiente tipiche degli MTM (3). E come ultimo GB22 purifica l'umidità calore dai Vasi. Come il *Dai Mai*, anche il *Bao Mai* ha un percorso a cintura a livello del petto o diaframma. GB41 che è il punto di apertura del *Dai Mai*, ha la funzione di eliminazione di quello che teniamo ma di cui non necessitiamo più. Secondo me questo le potrebbe aver dato la spinta a lasciare il fidanzato che, come più tardi si è scoperto, la stava opprimendo. È interessante notare che due dei punti usati appartengono al canale GB che, come spiega Jeffrey ha un'azione di purificazione sia dei liquidi *Jin Ye* che del Sangue tramite il meccanismo del *Bao Mai* (4).

**Conclusioni:** Questo caso ci mostra l'importanza, come sottolinea Kespy (5), di dimenticare il sintomo. L'obesità può avere parecchie cause, e spesso molto nascoste (dai pazienti stessi che raramente riescono ad essere obbiettivi...). Per questo è fondamentale osservare attentamente l'individuo e non la malattia in sé separata da questo, e poiché tutti i segni e sintomi del paziente sono in qualche modo legati, curandone uno si influirà sull'altro. In questo caso l'aumento di peso era probabilmente stato innescato dal cibarsi regolarmente di fast food sul posto di lavoro, poi aggravato dalla pillola (che ha creato ulteriore umidità). Ma anche da dei fattori

psicogeni, uno legato al trauma dell'incidente e l'altro al fatto di trascinare un rapporto che, senza esserne del tutto conscia non era più benefico per lei. Questi due fattori le davano ansia, e probabilmente, anche se non ammesso dalla paziente, si sfogava sul cibo. La mia (se pur limitata) esperienza mi dice che il trattamento del *Bao Mai* dà dei risultati positivi nei casi di ansia (non necessariamente attacchi di panico), in concomitanza con sintomi in basso (legati alla presenza di umidità nel *Dai Mai*, che potrebbe anche manifestarsi come aumento di peso).

## **Bibliografia**

1. A.M.S.A. Riflessioni sul Bao Mai. A cura di Guido Bernardini. [www.agopuntura.org](http://www.agopuntura.org).
2. Yuen, Jeffrey C. Channel System of Acupuncture. The Eight Extraordinary Vessels. New England School of Acupuncture. 2005. 142-145
3. De Berardinis, Dante. Qi Jing Ba Mai. A.M.S.A. 2010
4. Di Stanislao C., De Berardinis D., Corradin M., Brotzu, R., Navarra M., D'Onofrio T.: Visceri e Meridiani Curiosi, Ed. CEA, Milano, 2012.
5. Yuen, Jeffrey C. Endocrinologia in medicina classica cinese. Roma. Pubblicato da Simongini, E., Bultrini, L. 2008. p61.
6. Kespy, Jean Marc. Dimenticare il sintomo. Seminari svolti presso la Scuola di Agopuntura Tradizionale di Firenze, 1998.

## **Scuola Discipline Orientali Wing Tsun Kuen**

Dir. Tecnico: Roberto Capponi – [www.wt-roma.it](http://www.wt-roma.it)



## **Equilibrio tra incedere e fermarsi, espandersi e rientrare**

**Filosofia Taoista, Medicina Cinese, Qi Gong ed Arti Marziali Interne**

**Roberto Capponi**

[roberto@wt-roma.it](mailto:roberto@wt-roma.it)

*"io camminerò, tu mi seguirai, angeli braccati noi, ci sarà un Cielo..."*

**Fausto Leali**

*"for though they may be parted there is still a chance that they will see, there will be an answer, let it be"*

**Paul McCartney**

**Sommario** la vita è un costante equilibrio tra avanzamento, arresto e scegliere come e dove andare. Questi tre meccanismi sono regolati dai 3 Livelli Energetici Yang: il grande Yang (Tai Yang), il piccolo Yang (Shao Yang) e lo Yang luminoso (Yang Ming). Dalla loro costante interazione nascono tutti i processi necessari alla sopravvivenza, all'interazione con il mondo ed alla differenziazione. Regolare i tre Livelli Yang determina la modalità con cui si vive la vita.

**Abstract:** life is a continuous balance among advance, stop of the movement and the choice of how and where to go. These operations are regulated by the three Yang Levels: the great Yang (Tai Yang), the little Yang (Shao Yang), the bright Yang (Yang Ming). From their interaction grow out all the processes essential for the survival, for the interaction with the world and for the differentiation. To regulate the Three Yang Layers is the way to determine the inner and outer life style.

Nella logica della fisiologia energetica Cinese, si dice che la libertà del movimento è commisurata alla libertà interiore di sentirsi, di essere, di esprimersi. Queste tre qualità attitudinali sono relative alle tre energie costituenti l'organismo, nei suoi aspetti materici e sottili allo stesso tempo: Jing, Qi, Shen, cioè i cosiddetti Tre Tesori.

Scendendo maggiormente nel dettaglio, possiamo dire che questi tre aspetti della vita nel suo aspetto evolutivo e trasformativo siano relativi alle 3 cavità del corpo (Pelvi, Torace, Testa) ed ai relativi tre Dantian:

- Dantian Inferiore – Pelvi – Jing (radice dell'albero)
  - o parola chiave "io sono, io mi sento"
  - o fase della Sopravvivenza e della strutturazione del Sé come telaio portante
  
- Dantian Medio – Torace – Qi (tronco e rami)
  - o parola chiave "io mi esprimo, io faccio"
  - o fase dell'Interazione e della costruzione del sistema di relazione in cui il Sé sperimenta la vita in espansione ed in ricezione
  
- Dantian Superiore – Testa – Shen (fiori, frutti, emanazioni dell'albero)
  - o parola chiave "io tendo a, io diventerò"
  - o fase della Differenziazione e del superamento del Sé "materiale" come limite contenitivo dello Spirito, fusione con il Cosmo

Ognuna di queste tre Energie e Cavità svolge un ruolo fondamentale nell'evoluzione, nel percorso di crescita di ognuno di noi: partendo dall'origine, dalla potenzialità di cui disponiamo dobbiamo agire e metterci in cammino per portare a compimento il Ming (mandato Celeste) che ci contraddistingue per mezzo dell'attitudine alla vita.

Questo, brutalmente semplificato, è il percorso trasformativo da Jing a Qi (strutturazione del Sé), da Qi a Shen (il Sé si relaziona) e da Shen a Xu – Vuoto (si supererà il Sé).

Per poter, però, rendere fluido questo percorso di crescita verticale è necessario anche regolare l'espansione orizzontale, cioè la vita quotidiana nel mondo, grazie alla quale il vissuto viene assorbito e trasforma, raffinandola, la Costituzione, così da permettere l'alleggerimento e l'ascensione delle sostanze corporee e la trasformazione dei Tre Tesori. La vita, energeticamente parlando, viene determinata da tre aspetti fondamentali:

- Avanzare, Incedere, Espandersi, Alzarsi, Sollevare

- Tai Yang
- Fermarsi, Smettere, Arrestare il Movimento, Afferrare, Chiudersi
  - Yang Ming
- Ruotare, Torsione, oscillare liberamente tra Azione e non Azione
  - Shao Yang

La vita è un continuo interagire dell'essere umano con i tre aspetti che ne caratterizzano l'esistenza:

- la Sopravvivenza, cioè la capacità di garantirsi il necessario per vivere (respiro, cibo, riposo, cioè Ying Qi, l'Energia Nutritiva gestita dallo Yang Ming)
- l'Interazione, ossia la chance di fondersi con il prossimo per relazionarsi fecondamente e raffinare la propria Wei Qi (non solo come Energia Difensiva, ma anche come Energia di Relazione Spontanea, gestita in buona parte dal Tai Yang)
- la Differenziazione, vale a dire la capacità di differenziarsi rispetto a ciò che si era prima di acquisire gli insegnamenti delle esperienze: esse corroborano e permettono alla Costituzione di evolversi, trasformarsi; così come sappiamo che il Jing si trasforma (genera) il Qi, possiamo dire che Yuan Qi è il Jing che sperimenta la vita in virtù di un progetto di vita da compiere ed in base alla propria attitudine alla vita. Yuan Qi, in questo senso è lo Shao Yang, la trasformazione di Yin in Yang, il collegamento Acqua (Jing) – Legno (Qi) – Fuoco (Shen).

In questo modello, le tre energie menzionate sono il rapporto tra Costituzionale (Yuan) ed Acquisito (Wei – Ying), dalla cui feconda interazione nasce il modus vivendi della persona.

- Ying Qi – Yang Ming – Sopravvivenza – Jing si trasforma in Qi
- Wei Qi – Tai Yang – Interazione – Qi si raffina in Shen
- Yuan Qi – Shao Yang – Differenziazione – Shen si trasforma in Xu

Ecco che, dunque, il modo con cui ci si esprime nella dinamica (e nella meccanica) del movimento è davvero rappresentativo di come interagiscono le tre energie tra di loro; l'osservazione del mutamento continuo, il passare da uno stato di movimento ad uno di quiete, il perdurare di una fase a discapito di un'altra, risulta sia un importante metodo della Diagnosi Energetica in Medicina Cinese (Osservazione), ma anche un importante metodo di valutazione dell'attitudine alla vita della persona in questione. Non va, altresì, dimenticato come eventuali turbe di una delle tre fasi di movimento (arresto, espansione, torsione) possono tradire una problematica non meramente meccanica, ma anche spirituale.

Secondo la fisiologia energetica della Medicina Cinese, i Meridiani sono le vie in cui fluiscono le energie per assolvere alle mansioni per cui sono "progettate". Una lettura che proviene dalla tradizione della Medicina Cinese Classica (M<sup>o</sup> Jeffrey Yuen) ci dice che i vari Meridiani rappresentano un diverso livello di profondità e consapevolezza con cui la vita può essere vissuta, assaporata, percepita.

Quindi è utile comprendere come, a seconda di quale sia la tipologia di Meridiani coinvolta, il concetto di avanzare, arrestarsi o oscillare possa assumere connotazioni differenti. Analizziamo

in breve le varie categorie di Meridiani ed anche gli aspetti spirituali, attitudinali e psichici che li contraddistinguono.

- Meridiani Tendino – Muscolari
  - o Rappresentano l'aspetto strutturale, meccanico e dinamico del corpo, controllano il Sistema Nervoso Autonomo, regolano tutte le funzioni "involontarie", veicolano la Wei Qi, sono la difesa superficiale contro i patogeni e sono la via preferenziale delle Emozioni Kan – Inconsapevoli, dette anche Stati d'Animo.
  
- Meridiani Luo
  - o Sono il sistema di relazione con il mondo: rappresentano la via di flusso della Ying Qi – Xue e determinano, da una parte, la seconda linea di difesa dai Patogeni, dall'altra la capacità di lasciar fluire il vissuto affinché venga vissuto ed elaborato: non a caso, alla Ying Qi appartengono le Emozioni Qing – Consapevoli.
  
- Meridiani Principali
  - o Rappresentano l'energia di Zang e Fu, il loro modo di lavorare e di svolgere le proprie attività funzionali; sono la via del nutrimento e della vita, il sistema con cui la Ying Qi (in questo caso nel suo ruolo di Energia Nutritiva) arriva in ogni dove e corrobora strutture, tessuti, organi, ecc. Inoltre proteggono gli Organi ed i Visceri dai Patogeni spostandoli nelle membrane. Sono lo specchio del modo di vivere.
  
- Meridiani Distinti
  - o Veicoli di Yuan Qi e, contemporaneamente, anche di Wei Qi, i Mer. Distinti sono riuniti in coppie (secondo la logica Zang – Fu) e rappresentano un meccanismo anti – patogeno nei confronti di turbe degenerative ed autoimmunitarie; utilizzano la sostanza di pertinenza della coppia per bloccare il Patogeno nelle articolazioni (e non solo). Hanno, inoltre, la capacità di regolare globalmente la distribuzione delle sostanze e delle energie (Jing, Xue, Jin, Ye, Qi, Yang) e controllano l'adeguata distribuzione del Jing degli Organi. Sono responsabili dell'armonia tra la sensazione del Sé (Jing – Yuan Qi) ed il modo di comportarsi e manifestarsi "automaticamente" (Wei Qi).
  
- Meridiani Straordinari
  - o Motori della distribuzione del Jing e della Yuan Qi, rappresentano il telaio costituzionale in continua evoluzione dell'essere umano. Dotati di diverse funzioni, presiedono alla sovrintendenza ed al coordinamento di tutte le funzioni sistemiche dell'organismo. Prevengono le malattie degenerative, senili e gestiscono l'ereditarietà. Con la funzione di Creazione presiedono alla trasformazione ed all'evoluzione della persona in virtù del vissuto, così da consentirne il Cammino nella Vita. Sono i gestori delle Emozioni Costituzionali.

Questo semplice riassunto ci mette in grado di capire come i concetti di dinamismo nella vita possono avere risvolti a diversi livelli di profondità nella persona, a seconda del tipo di blocco, deficit o eccesso incontro a cui la persona va.

Per comprendere al meglio questi processi, analizziamo nel dettaglio le caratteristiche dei tre Assi Energetici responsabili del movimento nella vita: Tai Yang, Shao Yang, Yang Ming.

## I tre Livelli Energetici Yang – Una chiave di lettura generale

### Tai Yang (Grande Yang)

- Meridiani di Vescica ed Intestino Tenue – Wei Qi
- Controlla estensione, abduzione, sollevamento, camminare, espansione, fonazione, esprimersi, lasciar fuoriuscire Qi e Yang, catene muscolari posteriori, promuovere la veglia, stimolare gli organi di Senso, regolare la pressione sanguigna, la sudorazione e la risposta difensiva contro Vento ed il Freddo (i virus, ad es., appartengono alla categoria "Freddo"), permette di incedere verso il proprio Destino con chiarezza di vedute ed intenti.

### Shao Yang (Piccolo Yang)

- Meridiani di Triplice Riscaldatore e Colecisti – Yuan Qi
- Movimenti di torsione degli occhi, del collo, del busto, delle gambe e delle braccia, regola i rapporti tra alto e basso, destra e sinistra, davanti e dietro, permette all'energia Yang (Qi) di uscire dall'interno verso l'esterno e di rientrare dall'esterno verso l'interno, in qualità del fatto che rappresenta una cerniera di passaggio: Shao Yang, infatti, governa i lati del corpo, quei lati che connettono il dorso con il petto, i lombi e l'inguine, le spalle con il petto; inoltre, rappresenta la capacità decisionale, di scelta per agire, di valutazione per cambiare rotta, di analisi finalizzata alla trasformazione ed al superamento dell'empasse in cui si versa. Contrasta i problemi di Umidità (i Funghi ne sono rappresentanti) e si pone come mediatore tra Acqua (Freddo contro cui lotta il Tai Yang) e Fuoco (Calore contro cui agisce lo Yang Ming): Shao Yang è, dunque, quell'Asse energetico che fa comunicare fecondamente il Tai Yang e lo Yang Ming, sia in termini fisici e di movimento, sia in termini funzionali organici, tanto quanto in termini spirituali ed evolutivi.

### Yang Ming (Yang che Illumina, Luminoso) detto anche Jue Yang (fine dello Yang)

- Meridiani di Stomaco ed Intestino Crasso – Ying Qi
- Arresto del movimento, fermarsi, far rientrare Yang e Qi (energia) all'interno del corpo, diminuire l'irrorazione energetica degli organi di Senso, indurre lo stato di sonno, promuovere la digestione, "difendersi dall'impuro" presente in ogni esperienza (così come nel cibo) eliminandolo, prendere dall'esterno e trasportare verso l'interno, reazione difensiva contro il Calore (ad es. i Batteri appartengono a questa categoria), movimento di chiusura in avanti delle spalle e del tronco, permette di illuminare l'interno di sé, porta l'energia degli Organi di Senso all'interno del corpo per accendere la luce negli anfratti bui di ognuno e consentire la presa di coscienza.

“Se sai quando fermarti, eviterai la disfatta” disse Laozi, mitico patriarca del Taoismo. Ciò è spunto di riflessione, in quanto ammonisce di utilizzare in maniera armonica l’avanzamento e l’espansione, il ritiro e l’arresto, scegliendo opportunamente ed oscillando fattivamente tra una condizione e l’altra. Questo è tanto vero nel combattimento, quanto nell’allenamento ed altrettanto nella vita di tutti i giorni! Questo tipo di analisi porta a numerose riflessioni, di natura motoria, organica e comportamentale.

### I tre Livelli Energetici Yang in ambito motorio

Entrando maggiormente nel dettaglio rispetto al precedente paragrafo introduttivo, possiamo dire come la motricità umana risponda alla sinergia di lavoro di questi 3 Livelli Energetici Yang (i 3 Livelli Yin sono, invece, relativi alla stasi, al riposo, alle posizioni sedute e sdraiata) nei loro aspetti Tendino – Muscolari; si farà anche riferimento alla pratica Marziale.

#### - Tai Yang

- Meridiani Tendino – Muscolari di Vescica ed Intestino Tenue
- Estensione, sollevamento, apertura, abduzione, postura eretta, alzarsi in piedi, camminare, saltare, correre, accelerare, spingere.
- Muscolatura della schiena, del retro delle gambe, dei glutei, della nuca, delle scapole, tricipiti.
- Viene attivato ogni volta ci si trovi a dover fare movimenti che richiedano questo tipo di dinamiche, ogni volta che sia richiesta la forza della schiena, ogni volta che si deve emettere Forza (Fa Jin).

#### - Shao Yang

- Meridiani Tendino – Muscolari di Colecisti e Triplice Riscaldatore
- Torsione, rotazione del collo, del busto, degli arti, degli occhi, libertà di movimenti dei vari giunti articolari, rapporto armonico e sinergico tra destra e sinistra, tra alto e basso, tra anteriore e posteriore.
- Muscoli Rotatori, muscoli intercostali, tutti i muscoli della porzione laterale – esterna degli arti.
- Viene attivato ogni volta che si deve sviluppare una dinamica come quella appena descritta, per generare la forza a Spirale, per deflettere la forza ricevuta con movimenti torsivi, ogni volta che si deve passare rapidamente da difesa e ricezione della forza a contrattacco, spinta, emissione di forza, ogni volta che si devono coordinare destra e sinistra, testa, busto, braccia con gambe, pelvi e piedi.

#### - Yang Ming

- Meridiani Tendino – Muscolari di Stomaco ed Intestino Crasso
- Movimenti di contrazione, afferramento, chiusura in avanti (le spalle si chiudono in avanti), “rientro” il petto, mantenere posizioni statiche, lavoro isometrico (cioè che non provochi accorciamento o allungamento del muscolo), capacità di arrestare il movimento, possibilità di “fagocitare” l’energia avversaria verso l’interno e la profondità per indebolire il suo assetto e minarne equilibrio e potenza.
- Muscoli frontali del collo, del busto e della gamba, addominali, ileo – psoas.

- Viene attivato ogni volta che si debbano compiere queste azioni, ogni volta che si deve assorbire l'erogazione avversaria, ogni volta che si cerca di condurre all'interno della propria struttura la forza ricevuta, così da disperderne il potenziale e non subirne gli effetti; serve per "svuotare" la parte frontale del corpo (il petto rientra) e per mantenere rilassati i muscoli, cioè per ottenere da essi il massimo risultato con il minimo sforzo necessario.

Risulta, dunque, chiaro come alla luce della fisiologia energetica della Medicina Cinese, tutta l'attività motoria risieda nel connubio funzionale di questi tre Livelli energetici.

Shao Yang si pone come perno o cerniera tra i movimenti di apertura (Tai Yang) e chiusura (Yang Ming): una cerniera ben tenuta, lubrificata, scorrevole e solida permette i passaggi da una condizione (attacco – Tai Yang) ad un'altra (difesa – Yang Ming) fluidamente, senza sforzi, senza interruzioni di flusso e soluzioni di continuità. Possiamo forse affermare che, trascurando le qualità Shao Yang, gli altri due livelli non avranno la possibilità di esprimere le proprie vere potenzialità.

Ciò ha un riflesso molto importante anche sulla salute, come vedremo nel dettaglio nel prossimo paragrafo: quello che viene definito in Medicina Cinese e nelle Arti Interne Cinesi come "flusso del Qi" (energia funzionale) è, nella fattispecie, il flusso della Wei Qi. Wei Qi è l'Energia Difensiva, in quanto controlla non solo la risposta immunitaria, ma anche tutti i riflessi ed i processi istintivi non istantaneamente mediati dal razocinio (attacco, fuga, riproduzione, istinto di sopravvivenza, fame, sonno, veglia, defecazione, minzione, sudorazione, ritmo e frequenza del cuore...), oltre alle dinamiche motorie, alla contrattilità muscolare, ed è responsabile anche di tutti i processi digestivi e della secrezione delle sostanze atte a promuovere il transito digestivo.

Persone con problemi a questo livello, gioveranno incredibilmente della Arti Marziali Interne (Taiji Quan, Xing Yi Quan, Bagua Zhang) o delle Arti Interne Taoiste (Qi Gong, Meditazione...).

### I tre Livelli Energetici Yang in ambito funzionale

Tai Yang, Shao Yang e Yang Ming sviluppano anche numerose qualità nel controllo funzionale delle funzioni degli Zang – Fu ed in rapporto ai 5 Movimenti:

- Tai Yang
  - Rappresenta il Movimento Fuoco
  - E' il Cuore che pompa Xue e controlla Lu che diffonde Jin Torbidi
  - Regola pressione Massima e controlla il Ventricolo Sinistro del Cuore
  - Rappresenta la Diffusione della Wei Qi e controlla i Neutrofili
  - Promuove Fonazione e Sudorazione
  - Tratta il Vento ed il Freddo Esterni
  - Gestisce la Minzione
- Yang Ming
  - Rappresenta il Movimento Terra
  - Trasforma lo Yang in Yin, fa rientrare Wei Qi nello Yin
  - Rappresenta la funzione di St di abbassare e di LI di eliminare
  - Estrae la Sostanza Rossa (Ying Qi) ed i Liquidi Jin Chiari e Torbidi
  - Permette la gestione dei Jin Torbidi di LI → Defecazione e Nutrimento della Pelle
  - Rappresenta Ying Qi (che, se necessario, sostiene Wei Qi), controlla gli Eosinofili

- Tratta il Calore Esterno ed il Calore / Fuoco Interno
- Shao Yang
  - Rappresenta il Movimento Legno (Yang)
  - Muove i Liquidi Jin Ye estratti da Yang Ming
  - Controlla l'Atrio Sinistro del Cuore e ne previene le Ostruzioni (Tan – Stasi Xue)
  - Muove il Qi nel Riscaldatore Medio e preserva dall'Umidità
  - Rappresenta la Yuan Qi che genera Wei Qi e Ying Qi e controlla Eosinofili
  - Tratta l'Umidità, previene e muove la Stasi di Xue

Sintetizzando, si può affermare che questi tre livelli Yang abbiano il controllo su tre grandi categorie funzionali: libertà di flusso di Energia, Sangue, Liquidi (Shao Yang), digestione ed assorbimento (Yang Ming), esteriorizzazione e propulsione (Tai Yang). Non è casuale tutto ciò, poiché è lo Yang a determinare tutti i processi funzionali, dinamici, di consumo e ciò da modo allo Yin di accumulare, costruire, nutrire. L'interazione funzionale tra Yang e Yin dà vita al Qi (in tutte le sue forme), quello che potremmo definire il Metabolismo, cioè l'equilibrio tra i processi anabolici (Yin) e catabolici (Yang).

Ci si rende, dunque, conto di come la regolazione energetica di questi tre Assi porti a trasformare nel profondo la persona, dandole modo di evolvere strutturalmente: raffinando il "metabolismo energetico", si modifica dal profondo il modo di vivere. Per meglio comprendere questo aspetto, è utile prendere in esame il prossimo paragrafo.

### I tre Livelli Energetici Yang in ambito Spirituale ed Attitudinale

#### Tai Yang

- Fisiologia
  - È la "regola": rappresenta la capacità di seguire il proprio progetto di vita che risiede in Ki e Ht. BI e SI sono i Visceri di Acqua e Fuoco, quindi gli esecutori dei progetti dell'asse Rene – Cuore: ecco la Regola. Permette di seguire regole costituzionali, intime, sia a livello fisico (BI) che a livello spirituale (SI). BI in qualità di Yang Ki, con la diffusione di Yuan Qi, garantisce l'ordinato e congruo funzionamento organico; SI permette l'esprimersi del Fuoco Imperatore, l'Ispirazione e la diffusione dello Yang Celeste e l'assorbimento del Puro che entra a far parte della costituzione (SI → Ye → Ki), oltre che lo Yang del Cuore (movimento di espressione dello Shen). Consente di incidere nella vita, si tratta di persone solide che vanno dritte al bersaglio e che si modificano, ma sempre in coerenza con la struttura interna originaria.
- Patologia
  - Persone troppo rigide e strutturate, corazzate oppure prive di struttura, persone eccessivamente o scarsamente proiettate verso il proprio destino; può esserci arrivismo, invadenza, insensibilità e superficialità, eccesso di pragmatismo, rigidità posturale ed ideologica; intolleranti alla critica, autoritari ed immutabili, "rifiutano" l'ispirazione celeste e, conseguentemente, non evolvono, rimanendo cristallizzati. Al contrario, in deficit, possono essere sbandati, non strutturati, in balia del vento della vita, senza punti di riferimento interiori. Turbe del rapporto con la figura paterna, sia il proprio, sia con il proprio ruolo paterno (troppo forte o disinteressato). Può mancare adattamento all'ambiente ed esserci contrarietà e sofferenza per mancato feeling con ciò che li circonda.

## Shao Yang

### - Fisiologia

- Controlla il movimento dello Yang in superficie, regola il movimento articolare. Rappresenta il rapporto Acqua – Fuoco (TE che porta Yuan Qi del Rene ed è Viscere di Pc) ed il Fuoco della Gb in qualità di Viscere Extra, inteso come motore della Decisione e dell’Azione, oltre alla capacità di purificare il Jing (Visceri Extra) dall’Umidità Calore (quindi sblocca Stasi e Ristagni). Si tratta, dunque, di persone dinamiche, sempre in attività psico – fisica, necessitano di nuovi stimoli frequentemente. Sono persone che vivono profondamente il senso di Giustizia, intesa come senso di solidarietà con il prossimo e partecipazione dell’uguaglianza di ogni essere umano (il Legno è comunicazione ed estroversione, il Fuoco è espansione e sentimento). Permette di decidere, scegliere, uscire dalle stagnazioni ideologiche e rimettersi in movimento e liberarsi dei dubbi. Permette di mettersi in cammino sulla strada designata dal Tai Yang.

### - Patologia

- Indecisione, paura di scegliere ed iniziare, difficoltà a dare il Là, non intraprendere progetti e missioni. Senso di ingiustizia condito da delusione ideologica, sensazione del tradimento che “taglia le gambe” e demotiva nell’azione blocca Shao Yang e porta a patologia artritica, demielinizzante (Umidità Calore del Jing) ed a turbe articolari in genere. Spesso irrequietezza ed incapacità di “stare”, di restare, di sentire l’interno e trovare stimoli dentro di sé. Turbe del movimento, della messa in movimento, sensibilità ad agenti patogeni esterni (specie Vento Umidità), turbe migranti e metereopatia. Apatia e mancanza di vitalità si manifestano se la persona non si sente libera di essere e cambiare continuamente, trovando essa lo stimolo solo “nell’erranza”. Porta spesso a sviluppare cattive abitudini di vita, scegliere cattivi compagni di viaggio (TE è il percorso dall’Origine – Jing verso il Destino – Shen: se c’è turba, la persona non segue il suo “vero” percorso e cade nella trappola del vizio). Paralisi nel percorso di vita e nel modo di vivere è la Turba di Shao Yang.

## Yang Ming

### - Fisiologia

- Ha il ruolo di far entrare lo Yang all’interno per muovere lo Yin, ma anche per espellere un Patogeno che, eventualmente, si è approfondito eccessivamente, superando le barriere di Tai Yang e Shao Yang. Poiché Yang Ming è l’ultimo e più profondo Livello Yang, fa in modo che il Patogeno non arrivi ai Livelli Yin, creando malattie croniche, gravi e profonde. Essendo formato dai Meridiani di Stomaco ed Intestino Crasso, Yang Ming ha proprietà nutritiva, in quanto a livello di questi 2 Visceri avviene la trasformazione / estrazione dei principi energetici, sia dei cibi che delle emozioni (St → Xue – LI → Jin). Altresì, essendo presente il Metallo (int. Crasso), Yang Ming ha anche grande funzione di protezione e gestione della Wei Qi. Yang Ming ha dunque il compito di permettere la riflessione, l’introspezione e la digestione delle esperienze, pur mantenendo la capacità di separare Puro ed Impuro, sia a livello alimentare (fisico) che esperienziale (metafisico).

### - Patologia

- Persone con uno Yang Ming alterato sono ipersensibili allo stimolo ambientale, diventano irrequiete con il rumore, la folla, la confusione. Tendono ad avere turbe del rientro all’interno dello Yang, creando reazioni di Wei Qi (Yang) in superficie, come acne, foruncoli, irritazioni cutanee oltre al fatto che tendono a

sviluppare corazze esterne (visto che il loro Yang non rientra e non li protegge internamente) come aumento del peso, aumento di taglia, crescita eccessiva della barba, patologie della pelle. Hanno tendenza a rimuginare troppo sulle cose (se St non abbassa e LI non espelle, il peso rimane sullo stomaco...). Il rischio di queste persone è che gli stimoli esterni li sradichino e li disorganizzino, creando confusione, perdita della rotta, affanno ed agitazione di fronte al da farsi, ansia e poca coesione tra IO e MONDO. Altro tipo di squilibrio è quello delle persone eccessivamente superficiali: vivono la mondanità e la socialità con sorprendente efficacia ed organizzazione, hanno tanti amici, ma grande povertà di vita interiore ed emotiva, a cui rispondono con pragmatismo, materialità, cinismo in caso estremo. Non lasciano che la "Vita" (con la V maiuscola) li permei, rimangono impermeabili alla loro stessa vita sentimentale, non fanno entrare il mondo emotivo, ma solo quello alimentare: mangiano molto e sono estremamente conviviali. Non potrebbe essere altrimenti, visto che Xue si nutre di cibo ed esperienze...se mancano queste ultime, devono aumentare il cibo!

Risulta chiaro come, da qualunque ambito vengano analizzati, questi tre Livelli Energetici Yang siano in grado di offrire un profondo sistema di regolazione e sviluppo della consapevolezza. Infatti, a seconda dell'eventuale squilibrio, si deciderà come e dove intervenire, su quale categoria di Meridiani (Tendino – Muscolari, Luo, Principali) relativa al Livello Energetico preso in esame, secondo questo schema:

- Meridiani Tendino – Muscolari
  - o Problemi del movimento, specialmente se acuti (dolori, limitazioni motorie)
  - o Problemi della Pelle sul decorso dei Meridiani interessati
  - o Emozioni non Consapevoli – Stati d'Animo
  - o In questa logica useremo questi Meridiani in virtù di questa logica:
    - Tai Yang → problemi dell'estensione, abduzione, sollevamento, stazione eretta, deambulazione, mal di schiena, suscettibilità al Vento ed al Freddo. Stato d'animo irrequieto, agitato, incontenibile. Problemi dermatologici a base di sintomi migranti, erratici, con prurito.
    - Shao Yang → problemi dei movimenti rotatori, delle torsioni di occhi, collo, busto, ma anche braccia e gambe (specie con gomiti e ginocchia distesi), suscettibilità al Vento – Umidità. Stato d'animo collerico, teso, nervoso, suscettibile. Problemi dermatologici a base di essudato, forme micotiche e batteriche, eczemi.
    - Yang Ming → problemi a fermare il movimento, ad afferrare, a bloccare un qualsiasi gesto, disturbi nel caricare il peso su un arto, a mantenere una posizione statica, immobile, suscettibilità al Calore. Stato d'animo preoccupato, sulla difensiva, rimuginazione. Turbe dermatologiche a base di di calore, rossore, bruciore, eritemi.
  
- Meridiani Luo
  - o Problemi della Pelle e Problemi del movimento cronici
  - o Teleangectasie, noduli, cisti, lipomi, masse palpabili
  - o Emozioni Consapevoli

- In questo modello, useremo i Meridiani Luo Longitudinali (martelletto e sanguinamento oppure Oli Essenziali) secondo questa logica:
  - Shou Yang Ming → Dentizione, Percezione delle Differenze, Elaborazioni e Reazioni "primitive", fisicamente controlla Bocca, Orecchie, Torace. In grado di Eliminare la Tristezza.
  - Zu Yang Ming → Giudizio per Contrasto (cioè la capacità di valutare una cosa in funzione del contrasto che si sviluppa con le aspettative in merito che abbiamo), Sviluppo della Memoria dell'Esperienza, far comunicare le Emozioni non Cosapevoli (Wei Qi) con quelle Consapevoli (Ying Qi). Fisicamente controlla Testa, Bronchi, Articolazioni della Gamba e Forza delle Gambe. In grado di Eliminare la Preoccupazione.
  - Shou Tai Yang → Scelte Razionali, Cultura/Educazione che controllano Emozioni, Scelta tra Bene e Male, Accettazione della Critica Costruttiva, sviluppo di Convinzioni basate sull'Apprendimento. Fisicamente controlla Pelle ed Articolazioni del Braccio. In grado di Eliminare l'eccesso di Gioia.
  - Zu Tai Yang → Campanello d'Allarme, Sopportazione dei Carichi, Reazione all'Evento. Fisicamente controlla (insieme al Mer. Luo Ki) la Testa, il Riscaldatore Inferiore e Colonna Lombare. In grado di Eliminare la Paura.
  - Shou Shao Yang → Forza e Determinazione dell'Operato nel compiere il proprio Progetto e Destino, Rappresenta la Costituzione e la Tipologia. Fisicamente controlla Polso e Gomito. In grado di Eliminare gli eccessi di protezione del Pc nei confronti dell'Imperatore.
  - Zu Shao Yang → Andare, Seguire il proprio Percorso, trovare un ruolo ed un posto nella vita. Fisicamente controlla Piedi e Gambe. In grado di Eliminare la Collera.
  - Useremo Martelletto e sanguinamento per i casi da eccesso, martelletto e poi moxa nei casi da deficit.
  - Se si preferisce lavorare con gli O.E., useremo Incenso per tirare fuori l'emozione corrispondente e favorirne la manifestazione, Ylang Ylang per limitarne l'eccessiva espressione, Coriandolo o Lavanda per sbloccare la stasi emotiva e lasciare alla persona la libertà di scegliere come superare l'empasse.
    - Incenso stimola, in questo senso, Tai Yang (far fuoriuscire)
    - Coriandolo e Lavanda stimolano Shao Yang (sbloccare e muovere)
    - Ylang Ylang stimola Yang Ming (portar dentro e digerire)

#### - Meridiani Principali

- Problemi relativi ai Visceri di competenza
- Disarmonie a livello della gestione delle funzioni Organiche
- Disarmonia del Movimento Energetico che essi producono
- Turbe del Cammino di Vita
- In questa logica useremo i Mer. Principali in questo modo:

- Punti Nodo/Radice + Massaggio dei Meridiani + Punti utili allo scopo
- Tai Yang → problemi di Freddo, turbe della minzione, della sudorazione, turbe della pressione massima, tachicardie da eccesso, incapacità di esprimersi e lasciarsi andare...
- Shao Yang → Umidità, Umidità Calore, Stasi Qi che porta a Stasi Xue, incapacità di avviare o ri-avviare le cose ed il movimento, non sentirsi liberi, capacità di scelta e decisione.
- Yang Ming → Calore, Fuoco, Deficit Qi – Xue, Disarmonia Qi – Xue, incapacità di fermarsi, insensibilità nel capire quando ci si deve ritirare, fame smodata, alitosi, turbe da eccesso Yang all'esterno, isonnia iniziale

### Pratica Interna Taoista e Livelli Energetici

Il Qi Gong Taoista rappresenta un sistema formidabile per lavorare su se stessi, superarsi, evolvere. "Chi vince gli altri è forte, chi vince se stesso è grande" recita Laozi nel Daodejing. Nel Taoismo esistono due grandi Vie per approcciare la Medicina, la Guarigione, l'Evoluzione ed il Cammino:

- La Via del Guerriero
  - o Rappresenta l'approccio di colui che vuole vincere il problema, superare l'empasse, scavalcare il limite, distruggere l'ostacolo, il tutto grazie alla coltivazione di sé e del sé ed alla esponenziale crescita che induce nelle proprie potenzialità. La Malattia è vista e vissuta come una mancanza di coltivazione delle proprie risorse e che, quindi, solo con Gong Fu (qui inteso non tanto come arte marziale, ma come "duro lavoro meritorio") si possa ottenere la vittoria.
- La Via del Saggio
  - o È quella di colui che cerca di comprendere, di entrare in empatia con quel che sta succedendo e che è già successo. Colui che vive il proprio percorso in quest'ottica reputa che solo la profonda cognizione dell'αρκη (origine, dal greco) della manifestazione patologica possa portare alla guarigione, poiché la Disarmonia è vista come un messaggio interiore di una direzione di vita non consona al proprio percorso.

Ognuno, secondo la propria indole, sia come Terapeuta, sia come Praticante, è libero di seguire l'una o l'altra Via, purché con sincerità d'intenti e coerenza, trasparenza interiore...non ci sono mezze misure: o si abbraccia un metodo, o non lo si segue! In quest'ottica, il Qi Gong Taoista si pone come un formidabile strumento di coltivazione, atto tanto a sostenere l'obiettivo del Guerriero, quanto a permettere la comprensione empatica di colui che segue la Via del Saggio. Per stabilire quali metodi di Qi Gong sia opportuno praticare, si deve in primis operare una distinzione tra Praticanti Esperti di Qi Gong e Pazienti che, al contrario, non hanno mai praticato. Si dovrà, altresì, tenere conto dell'attitudine personale prima di consigliare un esercizio: una persona di 80 anni non si avvarrà certamente di un Metodo Marziale, come un

soggetto con una gamba rotta non praticherà di sicuro un Metodo Dinamico...ad ognuno il suo. Il Qi Gong, in primis, si basa su 3 aspetti fondamentali:

- Xing (Postura)
- Ci sono molti
- modi di gestire la postura nel Qi Gong:
  - o Statica (Yin)
    - nutre Yang – Yin si trasforma in Yang)
      - In Piedi →
        - stimola Ki
          - Peso centrato su
          - entrambi i piedi → Yang Ki
          - Peso in buona
          - parte su un solo piede → Yin Ki
        - Seduti →
          - stimola Sp
          - Sdraiati →
            - Stimola Lu
            - Immobile →
              - stimola Pc
    - o Dinamica (Yang)
      - muove Yin – Yang si trasforma in Yin)
        - Stimola Lr
          - (Camminare e Movimenti Ciclici)
          - Camminare
            - Purifica Calore
    - o Praticare
      - Visualizzando
        - Stimola Ht
  - La maggior parte delle Statiche si svolgono in piedi, proprio per la loro proprietà di stimolare e potenziare il Qi di Ki. Va ricordato come ogni postura tonifichi l'Organo corrispondente se eseguita per breve tempo, invece è in grado di disperdere se eseguita a lungo.
  - Tutte le statiche stimolano San Jiao (TE), via dei Liquidi Jin Ye e della Yuan Qi, poiché San Jiao è formato dall'Asse Lu (in alto), Sp (al centro), Ki (in basso).
  - Qi (Respiro)
  - Esso è il motore della circolazione energetica; si compone di due fasi: Inspirazione ed Espirazione. A seconda di come eseguiamo questi due atti, provocheremo differenti aspetti nella dinamica dell'energia corporea.
    - o + Inspirazione
      - Tonifica
    - o + Espirazione →
      - Disperde

- Naso → Tonifica Respirare con il
- Bocca → Disperde Respirare con la

○ In questo modo, siamo sempre in grado di costruire la pratica più adatta, a seconda dell'esigenza del singolo praticante. La Respirazione "Naso - Bocca" è considerata la più neutra ed equilibrata, poiché combina Tonificazione e Dispersione in ciclica successione.

- Yi (Intenzione)
- Si tratta di focalizzare l'attenzione e la Mente su un punto, su una zona, su un Dantian, su un'immagine, per evitare che Shen distratto dagli stimoli esterni, porti appresso a sé il Qi disperdendolo. Focalizzare la Mente su un aspetto di sé (corpo, immagine, zona, Meridiano, Organo), consente di quietare la Scimmia Dispettosa (il pensiero, secondo i Taoisti) e di legare il Cavallo Imbizzarrito (la Mente).

Il Qi Gong è, inoltre, una profonda forma di Meditazione ed una grande Via di consapevolezza. Bisogna, dunque, anche analizzare i principi cardinali della Meditazione Taoista:

- Rilassamento
- Si devono sciogliere le tensioni affinché Wei Qi possa rientrare tramite Yin Qiao Mai all'interno: non dimentichiamo come la funzione di Yin Qiao Mai sia la visione interiore e l'autopercezione. Se Wei Qi rientra, gli Orifizi si rilassano e la percezione del mondo si sfuma, si ammorbidisce, permettendo l'induzione dello stato di quiete. In sintesi, regola Wei Qi (Mer. T - M e Distinti).

- Concentrazione
- Portare la mente su un punto, su un'immagine, su una zona del corpo, su un Meridiano, su un Dantian, su un colore...tutto ciò porta lo Shen (nella sua forma di Yi) ad entrare in quiete, inducendo uno stato di profonda introspezione, vedi descrizione di Yi - Intenzione. Regola Ying Qi (Mer. Luo e Principali).

- Meditazione
- Si superano il dolore fisico e mentale indotto dalla pratica: il corpo e la mente non hanno più il potere di distrarre e destabilizzare il Praticante, non possono più sradicare l'albero che, imperturbabile, svetta dalla Terra (origine) verso il Cielo (Destino).

- Levitazione
- Così come le foglie di un'enorme Quercia sono leggere e possono "cavalcare il Vento" come gli Immortali Taoisti, pur essendo densa e materiale, pur appartenendo ad un'entità fisica come la Quercia, allo stesso modo il praticante, pur mantenendo la materia (corpo e radicamento), si raffina e si alleggerisce nel corpo, diventando

materiale ed allo stesso tempo etereo come la foglia, evolvendo da Radice (Jing) a foglia (Shen), entrando in uno stato di Non Essere. Nell'uso della Fitoterapia Cinese, sappiamo che le parti relative alle Radici nutrono il Jing, mentre Foglie e Fiori impattano sullo Shen... ecco che, in questa maniera, il praticante vive e si anima di un'energia molto sottile, celeste, il Jing si è trasformato in Qi (Rilassamento e Concentrazione), il Qi si è raffinato in Shen (Meditazione) ed ora ci si ricongiunge al Vuoto (Levitazione): spazio, tempo, forma, materia non sono più un limite contenitivo della persona, che può trascendere e travalicare le leggi del mondo materiale. Si tratta degli stadi dell'Illuminazione e del raggiungimento dell'Immortalità, nell'ottica Taoista.

Vediamo come, dunque, i principi della Meditazione e del Qi Gong siano non solo complementari ma anche sovrapponibili. Per capire ulteriormente come strutturare la nostra pratica, è importante sottolineare che le persone che hanno turbe del movimento non vanno trattate soltanto a livello "meccanico", ma anche interiore.

Il Qi Gong è un sistema con cui si entra fortemente in relazione con l'ambiente esterno, in cui lo spazio viene da una parte "conquistato" e dall'altra reso un tempio in cui esprimere la propria sacralità: si impara a percepire e gestire la propria sfera prossemica, si vivono chiaramente i confini del proprio spazio vitale, si percepiscono le "invasioni" in esso, così come si impara nettamente a percepire quando l'invasione è solo frutto del proprio "esagerato" sentire.

Edward Hall, l'antropologo che ha coniato il termine prossemica, definisce questa disciplina *"lo studio di come l'uomo struttura inconsciamente i microspazi – le distanze tra gli uomini mentre conducono le transazioni quotidiane, l'organizzazione dello spazio nella propria casa e negli altri edifici e infine la struttura delle sue città."*

Grazie alla postura, il praticante si struttura tra Terra e Cielo (piano Verticale), tra Destra e Sinistra (piano Orizzontale), tra Anteriore e Posteriore (piano Perpendicolare). Con gli esercizi di Qi Gong, sia Statici che Dinamici impara a sviluppare la propriocezione e la cinestesia, quindi a percepire se stesso nello spazio e ad avere cognizione della qualità e della quantità del proprio movimento, quindi diventa in grado di quantificare, qualificare e gestire il proprio agire.

Con il metodo respiratorio, egli impara a relazionarsi con il territorio di "conquista" in cui si muove: il Respiro è ricevere e lasciar andare, accettare (inspirare) e lasciare o liberarsi (espirare), dare il benvenuto alla vita (Qi Lu scende verso Ki) ed accettare che essa passi.

Con l'intenzione il Praticante prende coscienza delle proprie infinite potenzialità a cui far prendere forma in un'esistenza che, quotidianamente, si sta strutturando, evolvendo e trasformando, permettendogli di sentirsi padrone e protagonista del proprio destino, permettendogli di rendersi conto che il movimento del suo Qi dipende unicamente dal movimento che il suo stesso Shen (sotto forma di Yi) imprime ad esso.

Tutto ciò ci consente di capire come e perché il Qi Gong sia l'autotrattamento più profondo e potente che ogni paziente dovrebbe adottare quotidianamente, anche più volte al dì.

Non bisogna, poi, trascurare il fatto che con la pratica costante si regolano Wei Qi e Ying Qi, con tutte le conseguenze emotive e comportamentali del caso:

- Wei Qi è responsabile delle Emozioni non Consapevoli, degli Stati d'Animo di cui non si conosce

la ragion d'essere e controlla gli stati reattivi ed i comportamenti istintivi; inoltre regola il tono muscolare e la postura, oltre che la qualità del movimento.

- Ying Qi controlla le Emozioni Consapevoli, le sensazioni di cui si conosce origine e motivazione; fluisce nei Meridiani Luo e rappresenta la capacità cognitiva, la possibilità di acquisire esperienza da quel che si vive.

In sintesi ed in conclusione, il Qi Gong si pone come strumento fondamentale per la ristrutturazione fisica ed interiore del praticante, indispensabile e potentissimo.

### Esercizi Utili

Uno degli esercizi probabilmente più versatili in quest'ambito è il set Yi Jin Jing dei 12 Meridiani, così come lo ha insegnato il M° Jeffrey Yuen. Questi 12 esercizi agiscono sui Muscoli e la loro mobilità, quindi Wei Qi. Possono, però, essere anche praticati con la Visualizzazione del decorso dei Meridiani, ciò attiverà Shen e Ying Qi, quindi Mer. Luo Longitudinali e Principali. Inspirando si visualizza Meridiano nel suo senso naturale, espirando al contrario. I Meridiani rappresentano i Livelli della Coscienza: più aumenta la Consapevolezza, più ci si addentra nei Percorsi della Vita, rappresentata dal flusso delle varie categorie di Meridiani: i più Superficiali (reazioni automatiche, istintive, emozioni reattive non consapevoli e stati d'animo di cui non si sa il perché) sono i Mer. Tendino Muscolari, i più profondi sono gli Straordinari (telaio strutturale dell'esistenza psico - fisica, cardine su cui si costruisce l'esistenza, in virtù della propria origine e del Destino da portare a compimento). Più si acquisisce Consapevolezza di sé, più si lavora profondamente sui livelli del Qi: Wei Qi (superficiale, Pelle), Ying Qi (intermedia, Carni e Muscoli), Yuan Qi (Ossa, Nervi, Midollo).

- Wei Qi →  
istintività dell'agire, reazioni dettate dall'abitudine, emozioni non consapevoli messe in latenza nelle tensioni muscolari croniche, corazze posturali

- Ying Qi →  
emozioni consapevoli, coscienza dello stato d'animo che si vive, se ne sa origine, motivo, intensità, ecc. Capacità di valutazione, analisi dell'evento ed acquisizione dell'esperienza in virtù del vissuto

- Yuan Qi →  
emozioni costituzionali, si tratta del modo di essere strutturale, che ci caratterizza sin dai primi anni di vita. In virtù del patrimonio Congenito ed in funzione del destino che si deve compiere, questo telaio si modellerà sull'esperienza acquisita (Ying Qi) per poi sviluppare automatismi atti a rendere fluida e scorrevole la vita.

Per questo motivo dicevamo che, più si diventa coscienti di sé, più si stimolano energie profonde. In questa maniera, è ragionevole dire che lo stesso esercizio produrrà effetti diversi se praticato dalla stessa persona in diversi momenti della vita. La chiave di lettura è quanto mai semplice: non importa quanti set di Qi Gong si conoscano, quel che conta è la consapevolezza che se ne trae! Il vantaggio di conoscere molti set è quello di potersi sperimentare in contesti nuovi e stimolanti in modo differente, cosa che aumenta fortemente la percezione di sé.

### Yi Jin Jing

Yi → Trasformazione

Jin → Muscolo e Tendine

Jing → testo Classico oppure Lavoro per ottenere

Si usa la dicitura "Classico" poiché il nostro corpo è un libro da leggere, scoprire, approfondire, rileggere, sfogliare di nuovo, soffermarsi su una pagina significativa, ricominciare una volta letto tutto...ogni pagina letta (esercizio svolto) ci rende più colti in merito a noi stessi ed alla natura umana, oltre che più consapevoli delle Leggi della Natura. Alla stessa maniera, quando ci dedichiamo alla lettura profonda di classici di altissimo livello come Dao De Jing, I Ching, Nei Jing...ogni volta scopriamo aspetti nuovi, carpiamo nuovi concetti e principi, ogni rilettura ci permette di approfondire maggiormente.

Questo set di lavoro è un invito ad approfondire se stessi e la propria natura: ci sono innumerevoli versioni di questo set di Qi Gong (come per i Broccati, Animali, Suoni, Lavaggio del Midollo...), alcune più semplici, altre maggiormente complesse: ciò è come per i commentari dei Classici, alcuni complessi, altri lineari e molto semplici. Ciò dipende dal fatto che ogni Maestro ha sviluppato più determinati aspetti che non altri.

Quello che conta è capire e carpire il Principio pratico, energetico, meccanico, filosofico e culturale che anima il set: l'Intenzione è il Motore del Qi!

Il Dao de Jing recita che le cerniere sempre in buon movimento consentono alle porte di non rovinarsi, cioè promuovono l'adeguata circolazione energetica. Ecco l'importanza di pratiche atte a favorire lo scioglimento e la circolazione del Qi. Quando non si sentiranno più tensioni e/o dolori, allora si passerà alla Concentrazione della Mente su un pensiero, immagine, colore, Organo, Dantian, Respiro...ciò focalizzerà la Mente e ci si avvierà verso lo stato della Meditazione. Inspirando, il Diaframma apre percorsi interni poiché fa entrare il Qi, espirando sviluppa percorsi esterni grazie all'esteriorizzazione del Qi.

Questa analisi ci porta a comprendere che, in virtù di come ci muoviamo e di come ci conquistiamo la libertà di movimento con la pratica ed in virtù di come respiriamo, apriremo la strada alla consapevolezza sempre più interna e profonda di noi stessi poiché, non dimentichiamolo, dove va la Mente, lì va il Qi e così si attiva il Corpo: ad es., se riesco a portare il Respiro (Qi) nel Dantian è perché "sento, percepisco e vedo" (Shen) il Dantian e ciò mi permetterà di gestire quel Dantian (Jing).

Sentire il Dantian significa sentire ed interagire con il proprio telaio costituzionale e strutturale, per poterlo utilizzare al meglio e tonificare, potenziare, modellare in virtù della propria vita: ciò porterà all'autostima, alla consapevolezza della propria potenzialità, ad avere fiducia in sé, ecc. Respirare liberamente indica disponibilità ad interagire con la vita, senza resistenze: difficoltà inspiratorie indicano "pienezza", significa che si è pieni di esperienze non elaborate che non consentono di inalare nuova vita, difficoltà espiratoria indica difficoltà a lasciar andare, a distaccarsi, a svuotarsi di quel che è stato per aprirsi al nuovo... Una persona a cui si blocchi il Diaframma e che non riesca a portare il respiro nel Dantian, avrà molta più difficoltà a sviluppare le qualità sopra descritte.

Questo banale esempio per spiegare e motivare come la percezione di sé sia una conquista quotidiana, da svilupparsi con il Corpo (Qi Gong, Dieta, Fitoterapia), con il Respiro (Qi Gong, Arti Marziali, Massaggio, Agopuntura) e con l'Intenzione (Qi Gong e Meditazione).

La Meditazione ed il Qi Gong sono la via dell'autocoltivazione, si svilupperanno i sensi sottili, le percezioni dell'aura, la capacità telepatica, di comunicare con i defunti o con persone distanti...ognuno sviluppa la propria potenzialità, a seconda di quello in cui si crede, della propria Intenzione e del proprio orientamento umano e spirituale, oltre che fisico.

### La Pratica

Ogni esercizio verrà ripetuto 3, 6 o 9 volte, 1 o 2 volte al giorno, a seconda dell'intensità che si vuole imprimere al flusso energetico. Per un lavoro completo sull'intero livello Energetico, il consiglio è quello di praticare la coppia di Meridiani ad esso relativa. Per lavorare sulla Wei Qi si enfatizzerà l'aspetto dinamico e della scioltezza del movimento, per lavorare sulla Ying Qi si aggiungerà la Visualizzazione del percorso del Meridiano su cui si sta lavorando. Quest'ultimo metodo permette di impattare tanto sui Mer. Luo che sui Principali, mentre il 1° metodo sui Mer. Tendino – Muscolari.

### Bl

Inspirando allargare braccia ed intrecciare dita dietro alla nuca, le mani spingono verso la nuca che reagisce spingendo indietro. Espirando, gambe in Zhan Zhuang, si cade in avanti senza freno con il busto, mantenendo posizione Zhan Zhuang, inspirando la testa spinge verso il Cielo, mentre le mani la ostacolano e ci ritira su. Espirando le mani si liberano, le braccia si allargano all'altezza e larghezza delle spalle e poi scendono.

### SI

Inspirando allargare Braccia all'altezza ed alla larghezza delle Spalle, Espirando ruotare all'indietro le Spalle e mettere Palmi al Cielo, ruotare Spalle in avanti e mettere Palmi a Terra, lasciar scendere Braccia. Inspirando sentire che SI 1 solleva il Braccio, espirando lasciar defluire da Spalla a Dito.

### Gb

Inspirando una mano va al fianco (Gb 26 o, in alternativa, Gb 22), l'altra si distende fortemente in avanti mentre tutto il corpo ruota verso il lato della mano al fianco. In apnea si "artiglia" in avanti piegando il gomito, espirando l'artiglio scende e torna davanti al Dantian mentre il corpo torna al Centro.

### TE

Inspirando mettere Ti Bao, salire fino a fare Cheng Bao, salire fino a mettere Palmi sopra GV 20. In apnea palmi al Cielo e guardare su, espirando stendere braccia verso il Cielo. Inspirando scendere lateralmente e tornare al Dantian e, sempre inspirando, ricominciare.

### St

Inspirando si sollevano i palmi rivolti al Cielo lungo i fianchi dal basso fino al capezzolo, espirando passo avanti e doppia palmata in avanti. Inspirando si china il capo, ci si flette in avanti e ci si inginocchia poggiando palmi a Terra. Espirando si solleva la Testa, allungando frontalmente il collo. Inspirando si china il capo e ci si rialza col peso avanti, si risolvono i palmi come all'inizio e si rialza la Testa, espirando si torna in Zhan Zhuang sollevando per un momento la punta del piede anteriore e si abbassano i palmi.

## LI

Inspirando sollevare le braccia fino alle spalle davanti a sé con i pollici verso il Cielo, sempre inspirando piegare gomiti ed intrecciare fortemente dita e portare verso CV 17, espirando mani in giù e scendere.

## **Bibliografia**

1. Seminari Qi Gong Taoista – Marziale – Medico – Prof. Jeffrey Yuen – AMSA / Xin Shu
2. Seminari Medicina Cinese Classica – Prof. Jeffrey Yuen – AMSA / Xin Shu
3. Seminari Medicina Cinese Classica – Dott. Di Stanislao/Corradin/De Berardinis –
4. Seminari di Arti Marziali Interne Cinesi – Maestri George (Guo Ming) Xu e Flavio Daniele
5. Dispense di Jeffrey Yuen e DVD – AMSA / Xin Shu
  - a. Clinica Oncologica in Medicina Cinese Classica
  - b. Endocrinologia in Medicina Cinese Classica
  - c. La Fisiognomica e la Morfologia
  - d. Il Suwen ed il Ling Shu – Studio n° 1 e 2
  - e. Disturbi Psicici, Alimentari, Metabolici
  - f. I disturbi dello Shen: lo Psicismo in Medicina Classica Cinese
  - g. La Camera del Sangue: Ginecologia e Ostetricia in Medicina Classica Cinese
  - h. Gastroenterologia e Scuola della Terra
  - i. Le Regole Terapeutiche. L'azione intrinseca dei Punti
  - j. Il Trattamento delle Malattie Autoimmuni in Agopuntura e MTC
  - k. I Visceri Curiosi. L'Invecchiamento
  - l. Meridiani Luo, i Meridiani Tendino Muscolari, i Meridiani Distinti
  - m. Le Analisi del Sangue in Medicina Cinese
  - n. Oli Essenziali in Medicina Cinese
6. DVD di Jeffrey Yuen – Chiway, Daoist Healing Art, Maryland Acupuncture Society, ACCM
7. Dispense del Dott. Dante De Berardinis ed il suo Blog
  - a. La Milza – Pancreas e lo Stomaco: dalla Fisiologia alla Clinica
  - b. Il Polmone: dalla Fisiologia alla Clinica
  - c. Ginecologia ed Ostetricia secondo la Scuola Italiana di Agopuntura
  - d. Qi Jing Ba Mai – Gli 8 Meridiani Straordinari
  - e. Jing Luo Mai – Luo/Distinti/Tendino-Muscolari
  - f. L'Obesità ed il controllo della Fame in Agopuntura
  - g. Il Dolore nell'ottica della Scuola Italiana di Agopuntura
  - h. Le Allergie e le Intolleranze Alimentari in Medicina Cinese
8. La Mandorla – AMSA – Fogli Elettronici di M.T.C.
9. Fitoterapia Energetica con Rimedi Occidentali – Di Stanislao/Brotzu/Simongini – AMSA
10. Manuale di Qi Shu – Franco Bottalo – Xenia
11. Il Cammino dell'Anima – Franco Bottalo – Xenia
12. Fondamenti di Medicina Tradizionale Cinese – Franco Bottalo – Xenia
13. Medicina Classica Cinese – AA. VV. – Xin Shu
14. Medicina Tradizionale Cinese per lo Shiatsu ed il Tuina – AA.VV. – CEA
15. Manuale Didattico di Agopuntura – Brotzu / Di Stanislao – CEA
16. Le Tipologie Energetiche ed il loro riflesso nell'Uomo – AA.VV. – CEA
17. Le Metafore del Corpo – Di Stanislao – CEA
18. Visceri e Meridiani Curiosi – AA. VV. – CEA
19. Fondamenti di Agopuntura e Medicina Cinese – AA. VV. – CEA
20. Agopuntura Cinese – AA. VV. – CEA
21. Dietetica Cinese – Sotte – CEA
22. Farmacologia Cinese – Sotte – CEA
23. Dietetica Medica Scientifica e Tradizionale – AA. VV. – CEA
24. I Canali di Agopuntura – Giovanni Maciocia – CEA
25. La Clinica in Medicina Cinese – Giovanni Maciocia – CEA
26. La Diagnosi in Medicina Cinese – Giovanni Maciocia – CEA
27. I Fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese – Giovanni Maciocia – CEA
28. Massaggio e Fisiocinesiterapia Cinesi – AA. VV. – CEA
29. Metodo Pratico di Autoelevazione col Qi Gong Cinese – Li XIAO Ming – Erga
30. Il Potere Segreto del Corpo nelle Arti Marziali – Flavio Daniele – Caliel
31. Le Tre Vie del Tao – Flavio Daniele – Caliel
32. I Tre Poteri Segreti del Taiji Quan – Flavio Daniele – Caliel
33. Xin Yi Quan – Flavio Daniele – Caliel

34. Le Radici del Qi Gong Cinese – Yang Jwing Ming – Mediterranee
35. Qi Gong – Il segreto della Giovinezza – Yang Jwing Ming – Mediterranee
36. Qi Gong Meditation: Embrionic Breathing– Yang Jwing Ming – YMAA
37. Qi Gong Meditation: Small Circulation – Yang Jwing Ming – YMAA
38. Bagua Zhang – Theory and Application – Yang Jwing Ming – YMAA
39. Xing Yi Quan – Yang Jwing Ming – YMAA
40. Taiji Quan – Teoria e Potenza Marziale – Mediterranee
41. Tredici Saggi sul Taiji Quan – Chen Man Ching - Feltrinelli
42. DVD di Taiji Quan e Qi Gong – Yang Jwing Ming – YMAA
43. DVD di Arti Marziali Interne – George (Guo Ming) Xu e Flavio Daniele
44. DVD e Pubblicazioni di Arti Marziali Interne e Qi Gong Taoista – Autori Vari
45. Dispense di Qi Gong Taoista, Tuina, Medicina Cinese – Roberto Capponi – AIDOR
46. Scuola Discipline Orientali Wing Tsun Kuen – [www.wt-roma.it](http://www.wt-roma.it) – Roberto Capponi

# **Paura del buio**

**Carlo Di Stanislao**

c.distanislao@agopuntura.org

---

\* Dedicato ad Eugenio, Iacopo, Mattia, Andrea ed Alessandro, affinché non abbiano mai paura del buio, né dell'entropia.

*La perfezione dell'uomo consiste proprio nelle scoprire le proprie imperfezioni"*  
**Sant'Agostino**

*" I bambini temono il buio come gli adulti la morte ".*  
**Francis Bacon**

*" L 'universo è composto di storie, non di atomi "*  
**Muriel Ruysen**

*" I poemi lunghi sono un'invenzione degli imbecilli che non ne sanno scriverne di corti "*  
**Charles Boudelaire**

*" Chi impiega dieci parole per esprimere una cosa che può essere detta in tre,  
sarebbe capace di uccidere il padre"*  
**Ezra Pound**

*" Vi è un punto oltre il quale continuare ad imparare non insegna nulla "*  
**Sir Arthur Conan-Doyle**

*" Imparare è così: d'improvviso ciò che conoscevi ti appare sotto una luce nuova ".*  
**Doris Lessing**

*" Quem quaeras mihi dic, cor meliora petens"*  
**Anonimo, Mater Jubilaci**

*"Perché la sapienza di questo mondo è stoltezza agli occhi di Dio"*  
**Paolo Apostolo, I Lettera ai Corinti**

*"...orderò che sparisca dal paese l'arco e la spada, la guerra e la paura..."*  
**Antico Testamento, Libro del profeta Osea**

*"Follia è fare sempre la stessa cosa ed aspettare risultati diversi "*  
**Albert Einstein**

*"Sono perduto... sepolto vivo in questo dannato buco... sepolto vivo con i miei sogni di  
potenza e la mia sete di vendetta! Ah, maledetto Willer! Maledetta ombra nera che hai  
sempre attraversato la mia strada! Io, il grande Mefisto, sono condannato a morire in  
questo sepolcro"*  
**Sergio Bonelli**

*"Fin dall'inizio, tutti gli esseri sono Buddha"*  
**Maestro Zen Hakuin**

**Sommario** La paura del buio è paura dell'incognito, del futuro, della morte, di ciò che non si vede o non si conosce. Si analizza il caso di una bambina di 11 anni, con grave forma di nictofobia, trattata con vari schemi agopunturistici. L'articolo intende rilevare che non sempre la rigida applicazione degli schemi più usuali conduce a buoni risultati. Spesso la condivisione è elemento indispensabile per scelte di successo.

**Parole Chiave:** paura, nictofobia, scialofobia, agopuntura.

**Abstract** Fear of dark is frequent in pediatrics age, becoming a pathological condition only in serious situations. This article describes the story of young girl treated with acupuncture. To share the situation has been very important for the resolution.

**Key words:** dark fear, phobia, acupuncture.

Molti bambini temono il buio e questo è un fatto perfettamente normale (1). Ma quando la paura del buio diviene fobia<sup>1</sup> o terrore<sup>2</sup> si entra nell'ambito del patologico. I termini

---

<sup>1</sup> Le fobie (paure irragionevoli e incontrollabili) interessano un quinto circa della popolazione; ne sono state elencate oltre 500, alcune delle quali interessano quasi esclusivamente un sesso (per esempio il timore dei topi o dei serpenti è per il 90% tipicamente femminile), altre sono ugualmente diffuse nei due sessi. La causa può essere un ricordo ancestrale di cui è rimasta una traccia nel cervello o un'esperienza negativa amplificata fino a essere vissuta successivamente come fobia. Solo i casi più gravi richiedono un trattamento farmacologico, mentre normalmente si ricorre alla psicoterapia, mettendo gradatamente a confronto il soggetto con ciò che teme.

<sup>2</sup> *"Che orrore. Che orrore!"* esclamava Kurtz esalando l'ultimo respiro. Quell'orrore, improvvisamente materializzatosi sotto forma di incubo, rappresentava ciò che egli aveva creato e vissuto per quasi una vita. Quell'orrore era la notte che calava dopo anni di luce offuscata. Quell'orrore era la paura di chi comprende di aver donato se stesso al male, avendogli dato la possibilità di pervadere anima e corpo. Kurtz, protagonista del celebre romanzo di Conrad, *"Heart of darkness"*, altro non è che la rappresentazione perfetta di uno status quo, arbitrariamente ottenuto e legalizzato da chi sfrutta l'arma più potente al mondo, il terrore. Ma cos'è veramente il terrore? C'è un aforisma inglese che recita: *"One man's terrorist is another man's freedom fighter"* (quello che per un uomo è un terrorista, per un altro è un combattente per la libertà). E in questo caso anche il concetto di libertà merita un approfondimento: tralasciando i più profondi studi filosofici in materia, naturalmente si identifica con la capacità di scegliere, di agire e di pensare senza costrizione alcuna. Qualunque sia la parte chiamata in causa, quella che invade o quella che si difende, l'utilizzo della forza e dunque della violenza, come mezzo per giungere alla conquista di qualsivoglia obiettivo, è strettamente correlato al terrore; al male, quale motore mobile di ogni declassamento umano a mera schiavitù per la propria libertà. La *darkness* di ogni società si delinea così grazie alle azioni di chi proietta la propria cultura al di sopra di quella degli altri, di chi finge comprensione, di chi soffre per le mancanze altrui, di chi vuole il potere, di chi non accetta il buio. Questa ottemperanza a dogmi inesistenti, ha prodotto nel tempo gli esempi più barbari di azioni volte al perseguimento di obiettivi fatiscanti e fondate sulla semplice paura. Nel saggio di Robert Chomsky, dal titolo "Dopo l'11 settembre: Potere e terrore" emergono gli sviluppi più recenti del pensiero di Chomsky attraverso un'intervista tenuta in pubblico in California e a New York, nel 2002. Il testo si sviluppa in tre parti: nella prima Chomsky definisce il concetto di Terrorismo e di Anti terrorismo; nella seconda parte descrive l'attacco dell'11 settembre 2001 alle torri gemelle e gli altri attacchi terroristici precedenti; nell'ultima parte l'autore suggerisce il comportamento da adottare in questi casi, per reagire. Per quanto riguarda la prima parte, l'autore afferma che il terrorismo è una forma di lotta politica che consiste in una successione di azioni dannose, violente e premeditate come attentati, omicidi, sequestri e sabotaggi ai danni di enti nazionali quali governo, gruppi etnici o fedi religiose. Chomsky sostiene che si debba parlare di terrorismo per ogni atto di aggressione che coinvolge una popolazione, quindi per ogni capitolo della storia presente e passata. Per antiterrorismo invece intende un determinato piano d'azione volto a rafforzare la cooperazione giudiziaria e di polizia a sviluppare strumenti giuridici internazionali, a porre fine al finanziamento del terrorismo, a rafforzare la sicurezza aerea e a coordinare l'azione globale dell'unione Europea. Nella seconda parte l'autore ripercorre brevemente i punti salienti dell'attentato terroristico subito dagli Stati Uniti con un tono abbastanza critico nei confronti degli U.S.A. Partendo dal presupposto che gli attacchi terroristici sono stati tanti e hanno colpito ogni parte del mondo, l'attacco terroristico di cui si è più discusso in assoluto è stato l'attentato dell'11 settembre. L'accaduto provocò immenso scalpore siccome fu colpita la potenza più grande del mondo. L'autore ritiene che ogni tipo di violenza contro le popolazioni civili è terrorismo sia che si tratti di gruppi organizzati di estremisti Islamici o dello stato più potente del mondo. Chomsky sostiene che la reazione degli Stati Uniti al terrorismo sia inspiegabile, siccome è stata una delle prime potenze al mondo a praticarlo rimanendo però "dietro le quinte" attraverso la fornitura di ordigni e armi ad Israele per attaccare le zone più deboli. L'autore così sfida senza compromessi gli Stati Uniti affinché applichino alle proprie azioni gli stessi criteri di giudizio che rivolgono soltanto agli altri. Oggi la logica Statunitense è quella di rispondere alla guerra contro "l'asse del male", contro i signori del terrore. L'attacco alle torri gemelle, si presta a molteplici interpretazioni e soprattutto pone molte domande sul futuro degli equilibri internazionali, della vita civile e della pace. Chomsky ripercorre la storia dei crimini di guerra e ne presenta la sua analisi; affronta anche il tema dell'ipocrisia dei media e degli intellettuali occidentali. Nella terza parte del saggio Chomsky afferma che l'unica arma posseduta dalla società civile è la conoscenza grazie alla quale è possibile combattere "La fabbrica massmediatica" perchè soltanto attraverso di essa possono nascere la partecipazione e l'azione politica. Secondo tale concetto la sua missione è proprio quella di presentare i fatti alla gente, nella speranza che, armata di conoscenza riesca ad agire. Pertanto il terrore deriva dalla ignoranza e dalla mancanza di autentica conoscenza dei fatti per quello che sono e di sé per ciò che si è.

usati in medicina (2-3) sono scialo o nictofobia e fanno inserire queste forme fra le nevrosi ossessivo-fobiche o compulsive (4), di gran lunga le più frequenti oggi in ambito sia pediatrico che generale. La paura del buio è paura dell'incognito, del futuro, della morte, di ciò che non si vede o non si conosce (1,5) e, in definitiva, è paura dell'ignoto e scarsa fiducia nei propri mezzi o sistemi difensivi. In Medicina Tradizionale Cinese (MTC), la paura (*kong*) causa un affossamento del Qi ed un arresto della circolazione (a livello del TR-Superiore) della coppia Energia e Sangue (6-7). In età pediatrica la paura protratta (8) determina un vuoto della Vescica Biliare (*dan*) e genera una sindrome da Vuoto e da Freddo di quest'organo, con ripercussione sul Cuore e sullo Shen (9).

Conosco molto bene il panico che genera il buio, il sudore freddo che infradicia il corpo e paralizza i movimenti, l'impossibilità di fuga di fronte alle tenebre oscure, avvolgenti ed improvvise, avendone sofferto fino ad un'età vergognosamente adulta.

Pertanto forte fu la mia empatia di fronte a Lorenza, una bambina di 11 anni con nictofobia, che mi fu accompagnata dai genitori, disperati per la sua progressiva paura del buio, ma che avevano rifiutato sia la psicoterapia che gli psicofarmaci proposti in altra sede.

Di costituzione Fuoco (*Er Huo*) la ragazzina appariva aperta, emotiva, sensibile, dotata di vivace intelligenza e capace di descrivere in modo creativo la sua fobia ("Ho bisogno di luce, di spazio. Il buio mi schiaccia, mi soffoca, mi fa stare male, molto male"). Ciò che l'impacciava in questa sua condizione era, da un lato l'impossibilità di dormire fuori casa e pertanto di accettare l'invito di qualche amichetta, dall'altro la possibilità, se si forzava a resistere, di perdere il controllo di feci ed urine. Figlia unica, era nata da un parto normale, da genitori giovani ed in condizioni economiche più che agiate. Aveva avuto un normale sviluppo psicofisico e, a 11 anni, erano evidenti telarca e pubarca, con qualche segno di spost anticipatori che, in verità, viveva senza alcun affanno o senso di frustrazione. Molto desiderata dai genitori, era stata accudita soprattutto dai nonni materni, poiché sia il padre che la madre erano occupati fino a tarda sera.

Tuttavia il rapporto con i genitori sembrava buono, cordiale, sinceramente affettuoso e senza ombra di rivalse, intenti vendicativi o rancore. La paura del buio (stanze buie, viali poco illuminati, ecc.) aveva cominciato a preoccupare genitori e nonni all'età di cinque anni, quando la bambina cominciò a rifiutare la sua cameretta e a voler dormire "con mamma e papà". Si alzava urlante di notte e riusciva a placarsi solo se portata nel "lettone dei grandi". Non raccontava di sogni terrorizzanti, ma di "forme, mostri, streghe" che, animandosi dal buio, minacciavano d'ucciderla o di portarla via.

Avendo riletto da poco un lavoro (10), sui punti attivi in pediatria, trovai naturale proporre sedute con tecnica "dell'ago volante" sui punti 3-4 H (*Shaohai* e *Lingdao*), attivi nelle componenti psicoemotiva pediatriche, da trattare due volte a settimana e con massaggio serale, da parte della madre, del meridiano Zu Shao Yin, dal gomito al V dito, per cinque minuti sia a destra che a sinistra<sup>3</sup>. Nell'arco di un mese non cambiò nulla: Lorenza era paralizzata dai luoghi bui e continuava a dormire con i genitori, con le imposte aperte, affinché penetrasse un po' di luce.

Pensai allora ai punti "*Ming*", poiché *ming* significa luce, chiarore, luminosità e scelsi di pungere (ancora ogni quattro giorni) *Guangming* (G B37), *Riyue* (GB 24) e *Taiyi* (St 23) (11), oltre ad un massaggio, stavolta professionale (ancora due volte la settimana e dopo le sedute d'agopuntura), sull'area sacrale, considerato molto attivo sul piano psicofisico in età pediatrica (10).

---

<sup>3</sup> Vedi anche: [www.compagniadeltao.it/scritti/Il\\_Vecchio\\_e\\_il\\_Bambino.pps](http://www.compagniadeltao.it/scritti/Il_Vecchio_e_il_Bambino.pps)

Le condizioni precipitarono: ora Lorenza aveva addirittura terrore nel percorrere, senza luce, i pochi metri del corridoio della sua stessa casa, sussultava per nulla, presentava episodi di sonno agitato e, due volte in un mese, era incorsa in manifestazioni d'enuresi notturna. Sia i genitori che io eravamo disperati. La sfiducia nel trattamento era totale (e direi totalmente giustificata dall'evidente insuccesso).

Ma Lorenza decise, inaspettatamente, di continuare. "Perché credi che io ti possa aiutare?" le chiesi, con un viso attonito e piuttosto abbattuto. "Perché mi hai detto che anche tu avevi paura del buio ed ora non hai più paura", mi rispose perentoria e con quell'aria seria, seria che hanno a volte i bambini.

Non dovevo leggere appunti, articoli, testi complessi, non era più il caso di imparare, ma di condividere e capire.

Cosa nascondeva la mia paura del buio e come l'avevo (parzialmente) superata? Se avessi risposto a queste domande avrei saputo come curare Lorenza<sup>1</sup>.

Credo che la mia scialofobia derivasse da un profondo senso d'insicurezza, da una madre fragile e da un padre forte, da un conflitto interno fra l'Hun ed il GV paterno, il Po ed il CV materno. Credo che ancora oggi, in me, porto tracce di quest'asimmetria, per così dire "parentale" (lombalgie, sfrenata fantasia, grande, eccessivo amore per il cibo, ecc.).

Cominciai ad indagare attorno ai genitori di Lorenza. La madre, donna bellissima di circa trent'anni, docente universitaria in una facoltà umanistica, era la classica espressione della "liberazione femminile", anche se vissuta in modo intelligente. Non proprio anaffettiva, aveva comunque molte difficoltà a trasmettere fisicamente il suo attaccamento alla ragazzina (poche carezze, pochi baci, poche "smancerie"). Il padre, dirigente in una piccola industria elettronica, era un uomo di 40 anni, molto misurato, equilibrato, posato, insomma "con i piedi per terra". A Lorenza voleva molto bene ma, riteneva, di doverla preparare ad un'esistenza in cui "non tutti ti saranno amici".

"Cosa vorresti fare da grande?" chiesi un giorno a Lorenza, mentre eravamo soli, nel mio studio e lei giocava con una delle "macchinucce" della mia infantilissima collezione.

"Il medico- mi rispose- proprio come te". "Meglio di me-replicai con tono ironico- perché, come vedi, non riesco sempre a curare". "Mia nonna dice che le paure le creiamo noi e così decidiamo di non fare le cose. Lei dice che io ho paura del buio perché così ho una scusa per non pensare da sola, nella mia cameretta. Così i pensieri vengono fuori e mi sembrano streghe. Ma invece sono solo i miei pensieri che vogliono giocare con me. Forse anche tu hai deciso di non curare tutti e così non riesci a curare alcune persone".

Credo che il mio viso sia diventato esangue e che quel pallore sia durato alcuni giorni dal momento che, parenti ed amici in quella settimana, m'invitarono caldamente a riposarmi e a fare qualche accertamento di controllo.

Aveva ragione Lorenza, la paura è insicurezza e, molto spesso, è legata ai limiti (barriere) che noi stessi ci siamo imposti. Quindi il *Sowen* al cap. 8 (11-12) già conteneva quanto mi necessitava: il Fegato (*Gan*) in quanto Ministro del Divenire e dei Progetti, esprime quello che in prospettiva abbiamo scelto per noi e se la scelta è la rinuncia ed il limite, genera paura e più propriamente paura dell'incognito e pertanto del buio, che rappresenta il valico oscuro, il superamento del limite.

Inoltre avevano ragione i miei più antichi e cari maestri (13-14). Nell'individuo fobico è di solito presente una povertà del "carpente", della struttura su cui la vita si appoggia per

---

<sup>1</sup> Vedi anche "Buio", di Dacia Maraini, Ed. Rizzoli, Milano, 1999, ma anche "Accendi la notte" di Ray Bradbury, ed. Gallucci, 2011, tradotto da Carlo Fruttero, scritto nel 1955, storia con disegni di Anton Gionata Ferrari, storia di un ragazzino che ha paura del buio finché non arriva Buia, una misteriosa bambina che ha la faccia bianca come la luna.

prendere forma. Se la nostra "intelaiatura" è debole avremo la sensazione d'essere deboli, di non saper affrontare le cose, di non essere all'altezza delle situazioni.

La capacità di affrontare l'ordinario è più riconducibile allo Yin (ed al Ren Mai), invece i fatti impreveduti, straordinari, corrispondono allo Yang (ed al Du Mai).

Non dovevo considerare la costituzione, né la Vescica Biliare, né il bisogno di luce e nemmeno l'affossamento del Qi ed il blocco al TR-Superiore. Dovevo vedere la cosa in modo non settoriale, non specialistico, ma unitario, olistico, psicosomatico e, diciamo pure, simbolico.

Se mio padre e mia madre non compongono in me un binomio armonico (o perché hanno personalità asimmetriche, oppure perché svolgono ruoli sovrapposti e non diversi) io mi costruisco male; lo Yin e lo Yang non sono in armonia, il mio CV (任脉) e GV (督脉) malfunzionano, determinando multi disturbi diversi (ansia, paura, disfunzioni pelviche, digestive, di crescita, ecc.) ed anche uno stato di fragilità psichica, che può esprimersi sotto forma di paura. E' vero che il *Nei Jing Quanshi*<sup>4</sup> (commentando il *Sowen* e lo *Zhen Jiu Jia Yi Jing*) scrive: il materno va sullo Shao Yin (少阴) ed il paterno sullo Yang Ming (阳明) (14), ma questo in modo secondario e come conseguenza. D'altra parte le due risonanze sopraindicate sono collegate in senso temporale (nel tempo lo Yang scende e lo Yin sale) (10,13-14) e, pertanto, gli individui con "asimmetrie ereditarie" potranno facilmente presentare, in tappe cruciali della vita (pubertà, adolescenza, età adulta, senilità), segni di Pieno di Yin in basso o d'Eccesso di Yang in alto. Ma questi sono epifenomeni e non causa dei disturbi manifestati.

Se mi fossi lasciato guidare dallo studio dettagliato dei punti (15-18) avrei dovuto scegliere:

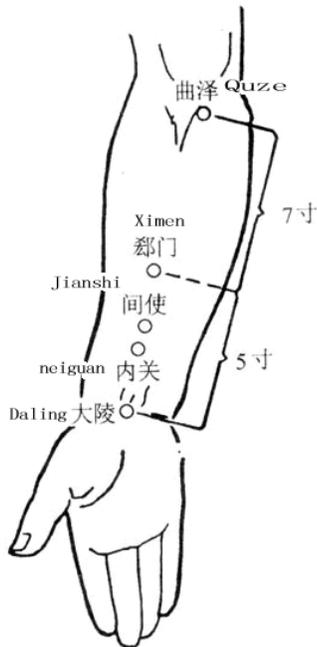
2-4KI, 37-39ST, 10TE, 18-23BL.

Se vi fossero stati disturbi o immaturità del Jing (in questo modo lo Shen avrebbe perso la sua solidità e la "centratura") avrei dovuto registrare malformazioni, dismorfosi, ritardi di crescita, che in realtà non erano presenti (19). Nessuno dei punti *Shen* si adattava alle caratteristiche sintomatologiche presentate dalla piccola paziente e fra i punti *Gui* (da molti giudicati attivi nelle forme ossessivo-fobiche) l'unico in grado di spiegare la paura

<sup>3</sup> Vedi Bion W.R.: *Apprendere dall'esperienza*, Ed. Armando, Roma, 1988.

<sup>4</sup> Vedi: [http://www.researchgate.net/researcher/35420518\\_Shan-Quan\\_Shi](http://www.researchgate.net/researcher/35420518_Shan-Quan_Shi).

del buio è il PC 5 (*Jian Shi* 间使)<sup>5</sup>, ma mancavano i segni del Vuoto di Yin in alto (incoerenza, difficoltà a formulare idee, timidezza, paura degli estranei), tipici del punto (20). A volte, mi sono anche detto, la paura (anche del buio) in età peripuberale, indica un terrore inconscio della propria maturazione sessuale (l'idea è stata molto ben espressa una decina d'anno fa dal regista irlandese Neil Jordan, nello splendido "In compagnia dei lupi"<sup>6</sup>). Tuttavia Lorenza viveva in modo sereno l'uscita dall'era infantile e l'ingresso nella adolescenza e, non rifiutando le mestruazioni, non esprimeva turbe di tipo Yin Wei Mai

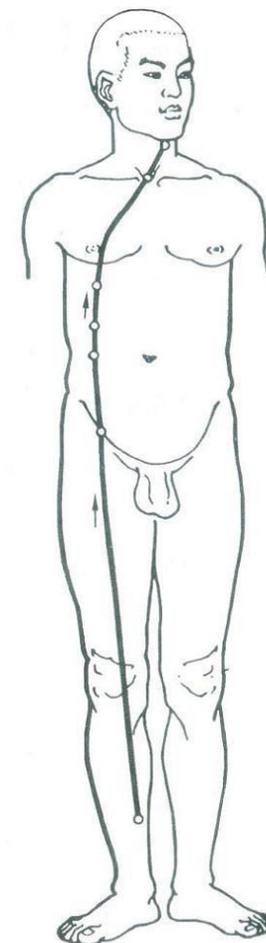


<sup>5</sup>

Da: <http://www.tcmwiki.com/wiki/jianshi>.

<sup>6</sup> Un film del 1984, che vede tra i protagonisti Sarah Patterson e Angela Lansbury, tratto da un suggestivo racconto di Angela Carter, con un racconto argutamente strutturato, con le storie raccontate dalla nonna a riprendere miti e favole famose (*Cappuccetto rosso* compreso), enfatizzando il ruolo del lupo, rivisito in chiave adulta come elemento liberatore della sessualità.

(阴维脉)<sup>7</sup> o della "Porta delle Anche" (punto GB 29: *Jiu Liao* 天冲 )<sup>8</sup> e del punto *Ling* che presiede alla pubertà (H2: *Qing Ling* 青灵)<sup>9</sup>. Ho anche pensato per un po' al punto 30 ST



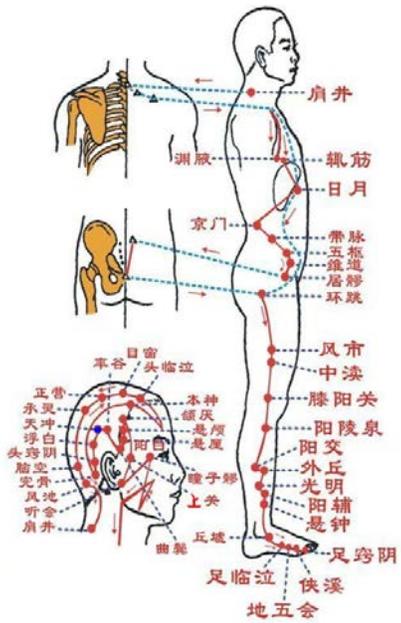
<sup>7</sup> Che, fra l'altro, è l'elemento centrale della sicurezza basata sull'autostima. vessel. Punti del meridiano sono:

- KI9 / Zhubin / 筑宾
- SP13 / Fushe / 府舍
- SP15 / Daheng / 大横
- SP16 / Fuai / 腹哀
- LR14 / Qimen / 期门
- CV22 / Tiantu / 天突
- CV23 / Lianquan / 廉泉

Da: <http://www.tcmwiki.com/wiki/yin-link->

足少阳胆经

子时23-1



Da: <http://www.tcmwiki.com/wiki/tianchong>.



Da: <http://www.5piliers.net/spip.php?article92>



Da: <http://www.tcmwiki.com/wiki/gb29>.

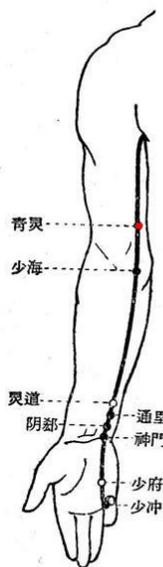
(*Qichong* 气冲)<sup>10</sup>, che può trattare i vuoti di energia con attacchi di panico, ansia e perdita del controllo di feci ed urine (21)<sup>11</sup>. Ma avrei allora avuto freddo, freddolosità, astenia fisica importante, dimagrimento, che, invece, non erano presenti (22).

Lorenza aveva ragione: dovevo imparare a comprendere, a condividere e non applicare meccanicamente delle nozioni.

Ero uscito (quasi totalmente, con qualche residuo in momenti di particolare stress) dalla scialofobia quando, al ginnasio, avevo iniziato a distinguermi negli studi, acquisendo quella autostima e quella fiducia nei miei mezzi (almeno culturali), che avevano migliorato la mia autoconsiderazione. Come ebbe modo di dirmi un mio insegnante di psichiatria durante l'ultimo anno di studi universitari, avevo vinto la mia paura del buio, imparando a condividere me stesso, imparando a lasciarmi andare ai miei sogni, ai miei pensieri, imparando a rompere le mie barriere ed il mio eccessivo autocontrollo.

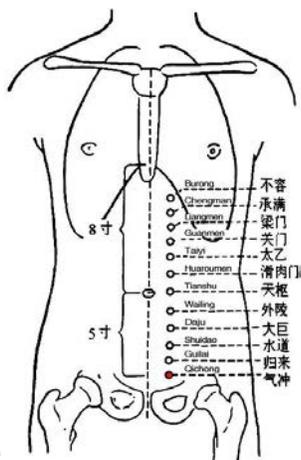
Dovevo impartire segnali in questa direzione al corpo energetico, alla trama profonda di Lorenza.

Allora scelsi (23-30):



9

Da: <http://www.tcmwiki.com/wiki/qingling>.



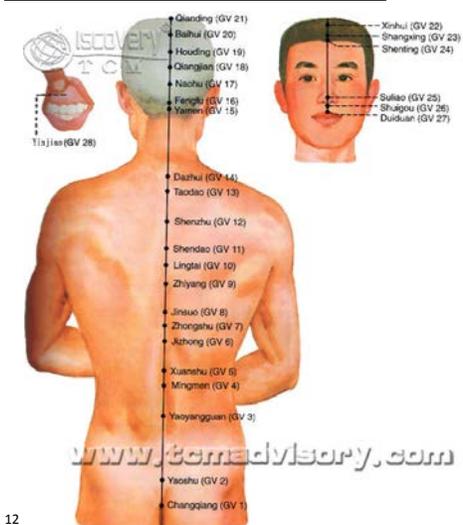
10

Da: <http://www.tcmwiki.com/wiki/qichong>.

<sup>11</sup> Il punto ha a che vedere con la Weiqi, l'energia difensiva, ma, in Lorenza, deficit di questa non erano manifesti.

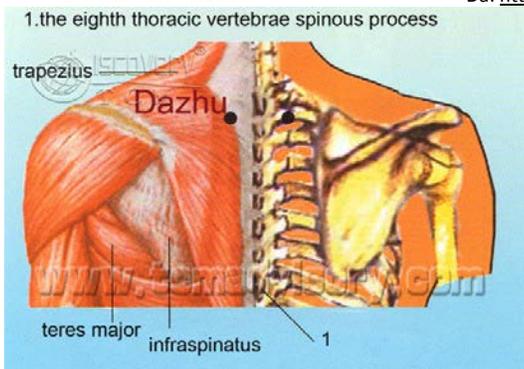
- GV 11 (*Dazhui* 大椎 <sup>12</sup>), incontro del GV e CV, hui delle Ossa, punto di controllo della nostra struttura di sostegno. Punto d'incontro di tutto il Tai Yang (Piccolo Intestino, Vescica e Du mai) e quindi dell'espressione individuale.

Decisi di trattare i punti di Zu Tai Yang con la moxa (sigari tipo *Tai Yi*<sup>13</sup>) e *Taixi* con aghi di tipo Seirin da 0,30 X 30 mm.

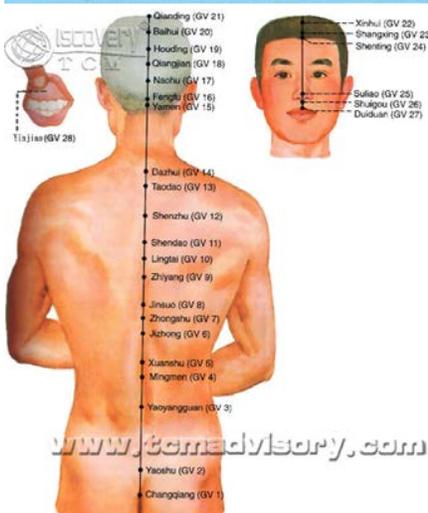


12

Da: <http://tcmdiscovery.com/2007/8-23/2007823105153.html>.



Da: <http://tcmdiscovery.com/2007/8-17/200781711293.html>.



Da: <http://tcmdiscovery.com/2007/8-23/2007823105153.html>.

Decidemmo di eseguire quattro ulteriori sedute settimanali e di attendere, nei due mesi successivi, gli sviluppi.

Lorenza divenne molto più gioiosa e loquace durante queste sedute e, dopo ciascuna applicazione, parlava con me di varie cose (quali fumetti avevo letto da piccolo, quali erano i giochi che prediligeva, perché non portavo mai la cravatta né indossavo mai il camice, quando avevo perso i capelli, come si chiamava e com'era mio figlio, perché collezionavo stemmi, soldatini e decalcomanie da bambini, ecc.).

Alla fine del follow-up stabilito, ci rivedemmo tutti assieme nel mio studio. Era un luglio particolarmente caldo per la città in cui vivo e a questo attribuivo il leggero sudore che m'imperlava la fronte.

I genitori erano raggianti e Lorenza aveva un'aria molto soddisfatta. "Ora dormo da sola e tengo solo le tapparelle un poco alzate", mi disse trionfante. "La sera, dopo aver recitato le preghiere, mi metto a pensare ai libri che ho letto, ai giochi o agli amici e così mi addormento". Tirò fuori dalla tasca dei calzoni una spilla di latta colorata e me la diede. "Questa è per te, se qualche volta avrai ancora paura e non riuscirai a trovare dei sogni". Presi la spilla e un groppo, come una beffarda manina adolescenziale, mi strinse



13

Da: <http://italian.alibaba.com/product-gs/tai-yi-pure-moxa-stick-226322996.html>.

Composizione: Composizione: folium Artemisiae Argyi (Ai Ye), ramulu Cinnamomi (Gui Zhi), herba Pogostemonis (Huo Xiang), rhizoma Atractylodis (Cang Zhu), radix Salviae miltiorrhizae (Dan Shen), radix Angellicae dahuricae (Bai Zhi), rhizoma Cyperi rotundus (Xiang Fu), ligni Dalbergiae odoriferae (Jiang Xiang), rhizoma et radix Notopterygii (Qiang Huo). Usata per Vento Freddo, solidifica il Rene e aiuta nella "evoluzione interiore".

alla gola. Davvero mancava alla mia collezione uno stemma di Tex Willer<sup>14</sup>, *Aquila della notte*, il fido "pard" che nulla teme, neanche l'oscurità di Mefisto<sup>15</sup>.

<sup>14</sup> Le doti di grande positività di questo personaggio sono: eroismo fascino, grinta, ironia, fedele alla legge, antirazzismo. All'inizio il fumetto non ebbe un successo travolgente, anche se i lettori avvertirono subito la diversità del personaggio. Il fumetto allora era patrimonio dei ragazzi e accusato di corruzione e immoralità dagli adulti. Si aggiunga che Tex doveva fare i conti sul mercato con Capitan Miki, Il Grande Blek, Kinowa, Nembo Kid ed altri. Pensate che l'albo di Tex a strisce vendeva sessanta-settantamila copie, Blek e Miki arrivavano a centottantamila. Il successo venne quando fu intuìta la sua diversità dagli altri eroi del fumetto e sdoganato da un pubblico adulto.



<sup>15</sup>

Da: <http://www.fantamondo.altervista.org/texwiller.htm>.

## **Bibliografia**

1. Fischetti C.: Psicoanalisi infantile, Ed. Newton, Milano, 1996.
2. Leigh D., Pare C.M.B., Marks J. (a cura di): Enciclopedia Psichiatrica per la Pratica Medica, Ed. Gaszanti-Roche, Milano, 1979.
3. AAVV: Dizionario Medico Illustrato Dorland, Ed. Farmitalia-Sigma Tau, Milano, Roma, 1987.
4. Gozzano M.: Compendio di Psichiatria, Ed. Rosemberg & Selleir, Torino, 1975.
5. Craia V.: Diario Psicossomatico, Ed. Riza, Milano, 1988.
6. Larre Cl., Rochat De La Vallée E. : Les mouvements du coeur, Ed. Epi, Paris, 1992.
7. Corradin M., Di Stanislao C.: Lo Psicismo in Medicina Energetica, Ed. AMSA, L'Aquila, 1995.
8. Nguyen V.N., Van Dong M., Recours-Nguyen C.: Semeiotica e terapia in Medicina Energetica Estremo-Orientale, Ed. Vito Ancona, Bari, 1987.
9. Di Stanislao C.: La depressione in MTC, Yi Dao Za Zhi, 1999, 11: 4-7.
10. Corradin M., Di Stanislao C.: Alcune considerazioni sulla diagnosi e la terapia in età pediatrica, La Mandorla ([www.agopuntura.org/Rivista](http://www.agopuntura.org/Rivista)), 1999, 9.
11. Husson A.: Huangdi Neijing Sowen, Ed. ASMAF, Paris, 1974.
12. Maoshing N.I.: The Yellow Empeor's Classic Medicine, Ed. Shambala, Boston and London, 1995.
13. Kespì J.M.: Acupuncture, Ed. Maisonneuve, Moilin les Metz, 1981.
14. Sciarretta C.: Lezioni di agopuntura, policopie, Voll I-III, Ed. AMA, Ancona, 1983.
15. Guillaume G., Chieu M.: Dictionaire des points d'Acupuncture, Voll I-II, Ed. Guy Trèdaniel, La Tisserande, Paris, 1995.
16. Perrey F.: Les Points, polycopie, Voll I-III, Ed. AFA, Paris, 1988.
17. Shanghai College of TCM, trad. di O' Connor J., Bensky D.: Acupuncture: a Comprhensive Text, Easland Press, Chicago, 1981.
18. Hsia E. C.H., Veith I., Geerisma R.H.: The Essentials of Medicine in Ancient China and Japan-Yasuayri Tamba's Ishimpo, Ed. Leiden E.J., Brill, Netherlands, 1986.
19. Finestralli A.: Il concetto di Jing nella MTC: proposta di un nuovo modello interpretativo, La Mandorla ([http:// www.agopuntura.org/Rivista](http://www.agopuntura.org/Rivista)), 1998, 8.
20. Di Stanislao C.: I punti psichici, Seminario presso A.M.A.L., Genova, 20 febbraio 1999, non pubblicato.
21. Wang R.: Treatment of 40 cases of hydroceles, J. Trad. Chin. Med., 1998, 236: 23-29.
22. De Berardinis D., Mollard Y., Maiola M.: Comunicazione personale sulle funzioni del punto *Qichong*, 1998.
23. Konopachi D.: Punto per punto. Dall'amatofisiologia alla clinica in agopuntura e auricoloterapia, Ed. AMSA, CD-ROM, Roma, 2004.
24. Di Stanislao C., Brotzu R.: Manuale didattico di agopuntura, Ed. CEA, Milano, 2010.
25. Di Stanislao C.: Le metafore del corpo: dal simbolo alla terapia. Percorsi integrati di medicina naturale, Ed. CEA, Milano, 2004.
26. Tradou P.: Les Notions Physiologique et Etiopathogenie dans la Tradition Medical Chinoise a l'Epoque de la Dynastie de Qing selon le Nei Jing Quanshi, Mèr., 1994, 102:23-85.
27. Tradou P.: L'Examen Clinique et l'Elaboration Diagnostic selon le Nei Jing Quanshi, Mèr., 1994, ;103:11-39.
28. Tradou P.: Raisonement Etiopathogenique et Nosologie selon le Nei Jing Quan Shi, Mèr., 1995, 104:15-36

29. Tradou P.: Strategies Therapeutiques et Medicaments selon le Nei Jing Quan Shi, MÉR., 1995,105:11-31.
30. Minervini L.M.: Andare e Venire, Uscire ed Entrare. Gli Hun e Po: il cammino dell'uomo, [http://www.scuoladiagopuntura.it/tesi\\_tuina/Minervini.pdf](http://www.scuoladiagopuntura.it/tesi_tuina/Minervini.pdf), 2007.

## Libri da Leggere e Rileggere

*"Se un uomo parte con delle certezze finirà con dei dubbi; ma se si accontenta di iniziare con qualche dubbio, arriverà alla fine a qualche certezza"*

**Francesco Bacone**

*"La differenza fra intelligenza e cultura è questa:  
l'intelligenza vi procurerà una bella vita"*

**Charles Franklin Kettering**

*"Il diritto di scrivere male è il privilegio di cui abbiamo largamente approfittato"*

**Isaac Emmanuilovič Babel**

**Quirico P.E., Predali T.: Punti e Meridiani di Agopuntura, Ed. CEA, Milano, 2013.**

Giunta alla terza edizione, quest'opera di P.E. Quirico e T. Pedrali dedicata ai punti e ai meridiani di agopuntura è costituita da due volumi: il primo volume è un testo-atlante a colori di 388 pagine, il secondo volume, di 256 pagine, presenta in pratiche schede le indicazioni cliniche sia nel campo della Medicina Occidentale che in quello della Medicina Tradizionale Cinese. Una delle particolarità dell'opera, infatti, è proprio di integrare la Medicina Tradizionale Cinese e la Medicina Occidentale nello studio dei fondamenti e della pratica clinica dell'Agopuntura. Nei testi sono descritti tutti i canali principali e secondari, i 361 agopunti regolari e 50 punti Extra. Di ciascun punto vengono illustrati: nome, localizzazione, metodo di infissione, modalità del De Qi e indicazioni cliniche. Per quanto riguarda lo studio dei principali agopunti, sono inoltre riportate le sezioni anatomiche tratte da autorevoli testi pubblicati in Cina, a cui gli autori si sono anche uniformati per quanto riguarda i percorsi dei meridiani principali e secondari e la localizzazione di alcuni agopunti. In considerazione dei suoi contenuti chiari ed esaurienti, quest'opera costituisce uno strumento importante per l'apprendimento e l'aggiornamento nella disciplina dell'Agopuntura.

**Muccioli M.: Le Basi della medicina cinese. Fondamenti filosofici, fisiologia, eziologia, Ed. Pendragon, Milano, 2013.**

Forte di un sapere millenario e dell'efficacia delle sue tecniche terapeutiche, la medicina cinese è praticata e studiata in tutto il mondo. In Italia è ancora poco conosciuta, ma conta già scuole, operatori e un numero sempre crescente di pazienti. Risulterà perciò particolarmente prezioso un volume che, frutto di una lunga esperienza clinica e avvalendosi di solide basi filosofiche, consente di penetrarne l'articolato universo di pensiero. La ricchezza di contenuti e la chiarezza sono i punti di forza di quest'opera che, guidando alla comprensione anche dei meccanismi più complessi, fornirà spiegazioni esaustive e un metodo di apprendimento attivo e ragionato sia a chi si accosta per la prima volta a tale disciplina, sia a chi desidera approfondirla. Massimo Muccioli è uno dei più noti e apprezzati medici italiani che praticano la medicina cinese. Da oltre trent'anni svolge la sua attività ambulatoriale, ha fondato la Scuola Tao di cui è direttore didattico.

**Goldschmidt B., van Meines M.: Assiste gli Anziani. Il massaggio della mano con la persona malata, Ed. Erickson, Trento, 2013.**

Molto di più che un manuale, "Il massaggio della mano con la persona malata" è uno strumento efficace e prezioso per chiunque lavori o viva con persone sofferenti o al tramonto della vita. Convogliando i risultati di approcci diversi — dalla medicina tradizionale alle cure orientali, dai rimedi convenzionali alle pratiche alternative — le autrici illustrano la tecnica del contatto terapeutico, presentando un protocollo di massaggio alla mano della durata di 30 minuti, facile da eseguire grazie a istruzioni chiare e a illustrazioni che guidano il lettore passo dopo passo. Soffermandosi sui punti energetici del corpo e spiegando i movimenti da eseguire, il volume insegna come usare il massaggio per dare sollievo dal dolore e accrescere la qualità della vita di pazienti e congiunti, offrendo sia ai caregiver professionisti che a quelli familiari un metodo strutturato dagli effetti terapeutici incredibilmente significativi. Barbara Goldschmidt è allieva del maestro Jeffrey Yuen.

## **Capurso A.: Aylin: serie di 10 fiabe, Ed. Leggere per Cambiare, Jesi, 2013.**

Proporre ai bambini una fiaba è un'esperienza comune, all'ordine del giorno. Ma il mondo incantato delle favole può avere anche uno scopo aggiuntivo a quello ricreativo: affrontare una situazione spiacevole, per esempio la malattia, o anche un trauma. Ha scritto Kast Verena nel suo libro: "Le fiabe che curano. Racconti popolari e psicoterapia", edito da Red, nel 2006, che i genitori, i fratelli, gli amici e gli amanti non sono i soli a svolgere un ruolo determinante nelle nostre vite, a influenzare i destini, nel bene e nel male. Ci sono personaggi che, magari incontrati su un libro o ascoltati in un racconto orale, hanno rappresentato per noi dei reali modelli inconsci di comportamento. Figure che è bene conoscere e ascoltare, per poi decidere se continuare a seguirne le orme o cambiare direzione. Le storie possono giocare un ruolo importante nella terapia con bambini e adolescenti, perché li aiuta a focalizzare meglio gli obiettivi e ad affrontare con serenità le difficoltà della vita. In alcuni casi, addirittura, le favole risultano essere l'unico modo per far loro affrontare determinati temi di cui non vogliono parlare direttamente. Ha scritto nel 2001 in "Finzioni occidentali. Fabulazione, comicità e scrittura" Gianni Celati, che l'errore principale commessi dalla cultura moderna, è stato quello di creare una cesura fra miti e razionalità in un processo della critica razionalista contro i supposti errori o le ingenuità dei miti, romanzi e delle fiabe. E crede la scrittrice ed esperta di filosofia orientale, praticante di tuina ed educatrice Anna Capurso, che la parola possa guarire e che un libro possa avere una forza, una potenza che contengono un'energia generatrice di rinnovamento: una sveglia, uno slancio per uscire dal torpore, dallo stato ipnotico e andare verso il riconoscimento di chi si è davvero. Questa collana in dieci volumi illustrati, fatta di dieci favole, ciascuno su un sentimento, una emozione bloccata, intende dimostrare che è possibile educare il bambino e l'adulto tramite la fiaba, favorendone la cooperazione e agevolandone la guarigione. Con una ulteriore novità, quella di associare i racconti, editi dalla casa editrice etica Leggere per Cambiare (<http://www.leggerepercambiareedizioni.com/>) ai complessi floreali Psychophyt Remedy di Biogroup (<http://www.biogroup.it/>), giovane azienda di Medicina Biointegrata, all'avanguardia nella produzione di rimedi a base di piante officinali e di estratti vegetali con una formulazione assolutamente originale. Ogni difficoltà trattata nei vari episodi può essere curata con questi preparati, entrambi studiati per attivare stimoli psicologici capaci di agire sulle barriere dei tabù, dei non detti e delle paure che il bambino vive e non esprime, o che il genitore non si permette di affrontare. E' questa la straordinaria innovazione che viene presentata e che mostra le inaspettate potenzialità di un approccio terapeutico sinergico che associa un rimedio ad un racconto. L'uso della fiaba nella terapia dei disturbi fisici ed emotivi è il tema affrontato nove anni fa da Paola Santagostino nel testo "Guarire con una fiaba", rieditato da Feltrinelli nel 2006. In quel libro l'autrice, illustrava il significato simbolico dei vari personaggi delle fiabe: l'eroe, la strega, la fata, la matrigna e così via e il percorso allegorico della fiaba tra alleati ed ostacoli, portando come esempio dei casi clinici che dimostravano che i pazienti, di ogni età, mettendo in campo il loro immaginario, senza nemmeno rendersene conto, in qualche modo investono il racconto dei loro problemi e delle loro difficoltà e poiché quasi mai riescono a concludere la fiaba ma si bloccano e non riescono a dare una risoluzione, mostrano a loro stessi il contenuto delle loro "interruzioni" esistenziali. Qui Anna Capurso va oltre e non solo perché inventa fiabe nuove, ma perché ci fa a comprendere come riproducano le tappe fondamentali dello sviluppo individuale e dell'evoluzione collettiva, ogni fiaba diviene salvifica nei rapporti individuali e genitoriali ed anche metafore della storia dell'umanità. Profonde come il celebre saggio (del 1988) di Maria Varano: "Guarire con le fiabe: come trasformare la propria vita in un racconto" (edito da Molteni), le storie sono scritte in modo semplice, acuto

ed attento, vergate soppesando immagini e parole, capaci di creare un humus ed un "mood" che risveglia la coscienza di giovani ed adulti e la voglia di cambiare per comprendersi e realizzarsi al meglio.

**Cusani M., Vallarin F.: Aromaterapia su misura. Scegliere le proprie essenze con il metodo dell'enneagramma, Ed. Red, Como, 2013.**

L'enneagramma è uno strumento stupefacente per esplorare le motivazioni del comportamento umano, aiutando a diventare consapevoli delle proprie forze e dei propri meccanismi automatici, siano essi positivi o negativi. Offre l'opportunità di entrare più facilmente in contatto con i propri stati energetici e può aiutarci a riconoscere come stiamo e cosa possiamo fare per stare meglio. Essere a conoscenza del proprio enneatipo serve soprattutto per capire i propri pregi e limiti per poterli enfatizzare nel primo caso, e smussare nel secondo. Gli aromi e gli oli essenziali servono a "muovere" lo stato di disagio verso la guarigione. Non si tratta di sopprimere un sintomo, ma di contattare e bilanciare le energie alterate di una persona avviando un processo di autoguarigione spontanea. E l'enneagramma ci spiega dove sono situate in questo momento le nostre energie e perché.

**Dychtwald K.: Le vie orientali e occidentali all'autoconsapevolezza, alla salute e allo sviluppo personale, Ed. Astrolabio Ubaldini, Roma, 2013.**

Tutte le tecniche e le teorie occidentali e orientali usate per "sbloccare" e liberare il corpo e la mente sono qui organizzate in un approccio globale al fine di comprendere, sperimentare, esplorare ed espandere i limiti assegnati dalla natura all'essere umano.

**Weiss B.: Oltre le Porte del Tempo. Rivivere le vite passate per guarire la vita presente, Ed. Mondadori, Milano, 2013.**

In "Oltre le porte del tempo" Weiss spiega che la scoperta delle vite passate non è soltanto un'emozionante avventura spirituale: nei luoghi più profondi della memoria, infatti, si trovano le chiavi per risolvere problemi e traumi della vita attuale, per sviluppare il talento, per rifondare su basi completamente nuove il carattere. Brian Weiss, pioniere di una vera e propria rivoluzione nella psicologia ha dimostrato la validità della "terapia regressiva", che consente di risalire alle proprie esistenze precedenti, applicandola con successo in centinaia di casi clinici, nella cura delle nevrosi e di varie malattie. Con i sogni e la meditazione, o anche solo imparando a guidare la mente, ognuno può far emergere alla coscienza i nodi che bloccano il suo destino. Recuperarli, come Weiss ci insegna, significa scioglierli per sempre, conquistando una libertà interiore che nessun'altra forma di psicoterapia riesce, oggi, a garantire. Brian Weiss, psichiatra, autore del best seller *Molte vite, molti maestri* e di numerosi altri libri di successo, è conosciuto in tutto il mondo come uno dei massimi esperti di terapia della regressione alle vite passate. Tiene seminari e corsi a livello nazionale e internazionale insieme a programmi di formazione per professionisti. Laureato alla Columbia University e a Yale, vive e lavora a Miami, in Florida, dove esercita la sua attività privatamente e dove ha diretto per anni la Facoltà di Psichiatria del Mount Sinai Medical Center. Nel 1980 una delle sue pazienti ha iniziato a parlare di esperienze di vite passate sotto ipnosi. Weiss ha dichiarato che non credeva nella reincarnazione al momento, ma, dopo aver confermato gli elementi del racconto della paziente sulle vite passate attraverso la ricerca di documenti pubblici, ha finito per convincersi della sopravvivenza di elementi della personalità umana dopo la morte. Dal 1980, Weiss ha sottoposto alla terapia della regressione più di 4.000 pazienti. Sostiene che le fobie e i disturbi sono radicati in esperienze di vite

passate e, tramite la regressione ipnotica, è possibile portare un effetto curativo sulla attuale condizione di vita. Weiss è spesso ospite di programmi televisivi e talk show radiofonici, tra cui Oprah, Coast to Coast AM, Larry King Live e 20/20.

**Moro Buronzo A.: Zenzero. La spezia miracolosa che rivitalizza e ringiovanisce l'organismo, Ed. Il Punto D'Incontro, Milano, 2013.**

Numerosi studi scientifici hanno dimostrato che lo zenzero è un vero toccasana. Ha proprietà digestive, antiossidanti, anticancro, antinfiammatorie, anti-nausea, antiemetiche, rivitalizzanti e perfino afrodisiache. Viene inoltre utilizzato per l'insufficienza biliare e pancreatica, per abbassare il tasso di colesterolo, e persino per curare i dolori reumatici e l'artrite. Ma la lista non si ferma qui: un vero e proprio alimento chiave per la salute, lo zenzero è anche una spezia saporita, in grado di conferire ai vostri piatti un irresistibile sapore esotico. Fresco, in polvere, candito, il suo gusto piccante si adatta alla maggior parte delle preparazioni, dolci o salate.

**Xue-Min S.: Trattato di Agopuntura & Moxibustione, Ed. Piccin Nuova Libreria, Padova, 2012.**

Non c'è oggi probabilmente un agopuntore in tutta la Cina che non conosca o non abbia studiato il testo del prof *Shi Xue-min*, e che non si sia formato nella sua pratica medica attingendo in parte o del tutto alla profonda conoscenza che l'autore ha dei testi classici ed alla sua decennale esperienza personale nel trattamento delle patologie internistiche ed in particolare di quelle neurologiche. Il testo è diviso sostanzialmente in due parti. Nella *prima parte* vengono presentati i caratteri generali dei canali e dei punti di agopuntura, con interessanti riferimenti alla loro nomenclatura e alla storia della *Medicina Tradizionale Cinese*, che comunemente non sono presenti nei testi occidentali. I canali ed i punti vengono poi affrontati singolarmente con dovizia di particolari, sia in riferimento alle nozioni tradizionali, sia in termini di anatomia e fisiologia moderne. Una interessante sezione è dedicata anche alle tecniche di infissione e manipolazione degli aghi. Nella seconda parte dell'opera l'autore affronta invece il tema della clinica in agopuntura e moxibustione, analizzando le principali condizioni cliniche per le quali nella sua esperienza la Medicina Tradizionale Cinese si è mostrata efficace ed esponendo anche una nutrita serie di casi clinici derivanti dai lunghi anni della sua pratica medica. Per quanto riguarda la traduzione in italiano del testo, basata sull'edizione inglese, è stato deciso di inserire alcune variazioni rispetto termini cinesi.

**King E., Walsh S.: Guida pratica all'esame del polso in medicina cinese. E-book. Formato EPUB, Ed. Elsevier, Milano, 2012.**

Il testo è una guida clinica e si rivolge a studenti e medici descrivendo un metodo affidabile per la valutazione pulsologica. L'esame del paziente nella medicina tradizionale cinese (MTC) ha una lunga tradizione di utilizzo del polso radiale come strumento diagnostico. In questo libro vengono fornite informazioni rilevanti e accessibili per supportare l'utilizzo della diagnosi pulsologica nella pratica medica. L'edizione italiana è cura di Ettore Quirico e Tiziana Pedrali ed i capitoli sono: Inquadramento del polso nella pratica clinica contemporanea; Il polso: il suo significato nella pratica medica e nella Medicina Cinese contemporanea; Nozioni storiche e pratica del polso; Accuratezza e validità; Nozioni preliminari: tecnica pulsologica, metodologia e sviluppo di un approccio sistematico per la valutazione del

polso; Polsi semplici e parametri associati; Polsi complessi e relativi parametri; Genesi dei polsi; Altre metodiche di diagnostica pulsologica.

**Shima M.: L'I Ching della medicina. Manuale pratico di diagnosi e prevenzione, Ed. Il Punto D'Incontro, Milano, 2012.**

Questo volume illustra come l'I Ching possa servire da guida nella pratica della medicina cinese e delle arti curative in generale. Esso cerca di spiegare specificamente l'uso dell'I Ching come strumento di diagnosi e prognosi nella pratica medica. D'altro canto, un parallelo tra la medicina tradizionale cinese e l'I Ching è immediatamente percepibile dal significato semantico di quest'ultimo. I Ching infatti significa "classico dei mutamenti" e la pratica della medicina tradizionale cinese consiste esattamente nel riconoscere i modelli di cambiamento che avvengono nel paziente. L'I Ching della medicina ci permette dunque di applicare i modelli di cambiamento al vivere quotidiano, favorendo il benessere e l'armonia. Interrogando l'I Ching, il medico o il praticante sono in grado di accedere a un più profondo livello di conoscenza, che può superare la razionalità e addentrarsi nel territorio dell'intuito. In questo modo le immagini e i simboli dell'I Ching possono far vedere i casi clinici sotto una prospettiva diversa, suggerendo inoltre modalità alternative di considerare il paziente e la sua malattia, così da andare direttamente ed efficacemente al cuore del problema. L'I Ching è un classico che risale a quasi 6000 anni fa e che racchiude l'essenza dell'antica sapienza cinese. I medici cinesi affermavano che la medicina è collegata all'I Ching: "Se non si comprende l'I Ching, non è possibile divenire un medico supremo, né si può comprendere il Nei Ching (classico cinese sulla medicina), che si basa proprio sull'I Ching". Si è così sviluppata in Cina una vasta letteratura sull'I Ching medico, dedicata soprattutto alla diagnosi e alla prevenzione dei disturbi della salute, sulla base di un metodo facile, efficace e collaudato da secoli, tuttora utilizzato con successo da numerosi medici e terapeuti, sia orientali che occidentali.

**Fu Hui D.: Atlante a colori di riflessologia del piede e della mano, Ed. Piccin Nuova Libreria, Padova, 2012.**

Eccellente excursus sulla teoria e la pratica, con numerose tavole a colori, relativa ai microsistemi riflessi, diagnostico-terapeutici, delle mani e dei piedi, nelle diverse visioni cinesi, ma anche secondo la scuola e le esperienze coreane. Si inquadrano anche le diverse tipologie di trattamento per le patologie di più frequente riscontro. Lo stile è didattico e fluido e gli esempi pratici numerosi.

**Santoro C.: Riflessologia plantare. Teoria e tecnica, ed. Bis, Milano, 2012.**

La riflessologia plantare è una particolare tecnica di massaggio che si pratica sulle piante dei piedi con la pressione dei pollici, una terapia naturale di grande efficacia per il nostro benessere psicofisico. Si basa sul principio che sulle varie zone del piede sono riflesse tutte le funzioni e gli organi del corpo umano come in una vera e propria mappa, e che la manipolazione esperta e consapevole di questi punti favorisce una generale riarmonizzazione di tutto l'organismo e mette in moto il miglioramento di tanti disturbi e malattie. Questo testo è un manuale completo, semplice e intuitivo, che presenta metodi ed esercizi facili da apprendere e da praticare. Troverai le mappe per l'applicazione pratica del trattamento riflessologico con le suddivisioni per i singoli specifici disturbi, in modo da poter entrare personalmente nell'affascinante mondo dei riflessi e scoprire la stretta relazione che lega la psiche e il corpo. All'interno: 58 Tavole Anatomiche.

**Georgieff G.S.: Il massaggio coreano della mano. Le tecniche riflessologiche le malattie curabili. Manuale pratico con oltre 85 immagini descrittive, Ed. Macro, Milano, 2012.**

"Il Massaggio Coreano della Mano" è un manuale pratico che permette l'apprendimento di una tecnica di massaggio e agopressura della mano per alleviare autonomamente diversi disturbi comuni, come il raffreddore, alcuni tipi di mal di testa, mal di stomaco, mal di schiena, dolori articolari, giramenti di testa, disturbi dell'area sessuale e molti altri ancora. La mano rappresenta, analogamente al piede nella riflessologia plantare, un microcosmo del corpo umano. Massaggiando o esercitando pressione su particolari punti della mano ("punti di corrispondenza") andiamo a stimolare determinati punti del corpo, contribuendo così ad attenuarne i disturbi. Una disciplina naturale antica, ma nuovissima per l'Italia: di facile apprendimento, che non richiede un ambiente idoneo ed è quindi applicabile ovunque. Nelle prime pagine sono trattati tutti gli aspetti teorici, dopodiché il lettore può dedicarsi all'applicazione pratica sfruttando l'ampio elenco di punti da manipolare per ciascun disturbo specifico.

**Beresford-Cooke C., Brusasco G.: Shiatsu. Teoria e pratica, con DVD, Ed. CEA, Milano, 2012.**

Con uno stile pacato e accurato, quest'opera accompagna il lettore fino all'anima più profonda dello Shiatsu, muovendosi dalla storia della disciplina alla scienza moderna, dalla cura di sé agli strumenti del mestiere, sempre con pazienza e allegra praticità.

**Chiaretta G.: Psicobiologia Alchemica- le regole del cuore, Ed. Green Box, Torino, 2012.**

È davvero possibile usare la mente per guarire le malattie del corpo? Esiste davvero un collegamento 'mente-gene' mediante il quale il pensiero e l'emozione possono facilitare la guarigione? Rispondendo affermativamente a questi interrogativi l'autore ci introduce nel nuovo e affascinante universo della, psicobiologia, che sta rivoluzionando la pratica tradizionale della medicina e della psicologia. Se lo chiedeva in "la Psicobiologia della guarigione Psicofisica" (edizioni Mediterranee) Ernest L. Rossi, concludendo che la memoria, l'apprendimento e il comportamento 'dipendenti dallo stato' e codificati nel sistema limbico-ipotalamico del sistema nervoso centrale formano il principale canale di informazione che costituisce il collegamento mente-corpo. In questo libro l'esploratore del sottile Giuseppe Chiaretta va molto oltre, coniugando neuroscienze e tradizioni alchemiche, oriente ed occidente, Medicina Cinese e Spagiria e molto altro ancora. Il libro è l'ultimo della collana della " Bussola del Modello Universal" e l'autore vuole con esso trasferire al lettore l'opportunità di condivisione da cogliere alla ricerca continua di nuove fragranze per volare liberi e concettualmente maturi.

**Moroni L.: Alimentazione che cura, Ed. Anima, Milano, 2012.**

In questo manuale il lettore può trovare una risoluzione ad alcuni suoi sintomi usando dei semplici cibi secondo i dettami della Antica Medicina Cinese. Può essere utile a chi è abituato a "parlare" con il proprio corpo e riconosce l'importanza dell'alimentazione, intesa non solo come piacere ma come cura. Si parla della dietetica cinese con la sua struttura di base che ci permette di riconoscere gli alimenti più adatti alla nostra costituzione. Da qui poi passiamo a vedere come alimentarsi seguendo le stagioni. Da

ultimo leggeremo come riconoscere in maniera più sottile i gusti del cibo che mangiamo. Nella parte dedicata alle patologie, assieme alla figura dell'enigmatico monaco medico dr Chou, inizia il percorso all'interno delle diete curative. I sintomi vengono spiegati secondo l'energetica cinese e viene indicata la dieta più adatta per risolvere il problema in maniera veloce e più equilibrata per l'organismo. Le indicazioni sono valide per tutte le età, anche se in alcune situazioni sono specificatamente inseriti consigli per l'alimentazione pediatrica. Laura Moroni, vive ed esercita a Milano, dove si è laureata nel 1991 all'Università Statale in Medicina e Chirurgia. Diplomata nel 1993 presso la Scuola di Omotossicologia di Milano con tesi: "Alimentazione e Omotossicologia". Diplomata nel 1998 presso la scuola di Agopuntura Sowa di Milano, con tesi in "Dietetica Cinese" con la dr.ssa Mollard, dove pratica e insegna fino al 2003. Esercita come Medico esperto in medicine complementari: Agopuntura, Omeopatia, Nutrizione.

**Santagà D.: Il calore che guarisce. Moxa e coppettazione, la via cinese al benessere, Ed. L'Età Dell'Acquario, Milano, 2012.**

La moxa e la coppettazione sono due tecniche da sempre utilizzate nella medicina cinese per correggere gli squilibri energetici che portano alla malattia. In questo manuale l'autore ne delinea la storia millenaria e ne presenta le principali caratteristiche. Più in particolare, nella prima parte espone le basi teoriche della medicina tradizionale cinese, nella seconda illustra i trattamenti eseguibili con la moxa in relazione alle maggiori sintomatologie - cefalee, artrosi, asma, disturbi intestinali, malattie da raffreddamento, insonnia -, mentre nella terza parte descrive la tecnica della coppettazione, caratterizzata dall'uso di ventose, strumento efficacissimo per rimuovere le stasi energetiche e del sangue, causa di dolori e di spasmi. Il libro, corredato da numerose fotografie e disegni, è adatto sia al neofita, per trattamenti casalinghi, sia a chi ha già esperienza di discipline del benessere. Secondo la medicina tradizionale cinese la malattia interviene quando vi è insufficiente apporto energetico in un determinato organo, o area, del nostro corpo. La moxa e la coppettazione sono due tecniche con le quali possiamo riottenere l'energia di cui abbiamo bisogno: in particolare la moxa usa il calore per attivare i punti di agopuntura, mentre la coppettazione usa ventose applicate sulle zone di ristagno energetico. Il libro combina teoria e pratica, è corredato da numerose foto e accurate descrizioni delle varie operazioni. Dopo una parte dedicata alle nozioni fondamentali della medicina tradizionale cinese e alla teoria dello Yin e Yang, il libro illustra con puntuali fotografie i protocolli pratici per le più comuni sintomatologie, con descrizione e localizzazione dei punti critici e spiegazione del tipo di intervento, sia nell'ambito della moxa sia in quello della coppettazione (tecnica, quest'ultima, su cui in Italia c'è pochissima letteratura).

**Xiao-fan Z., Liscum G.: Chiromanzia medica cinese, Ed. Il Punto D'Incontro, Milano, 2012.**

Una fusione di conoscenze antiche e moderne, con utili indicazioni per individuare i punti organici deboli o forti del paziente, per determinarne la predisposizione costituzionale e per interpretare le mappe dell'intero organismo, contenute in varie parti del corpo, utilizzabili per esaminare e curare gli organi corrispondenti. La chiromanzia medica cinese si conferma come uno dei pilastri diagnostici della futura medicina preventiva.

**Ryokyu E.: Tao Shiatsu, Ed. Mediterranee, Roma, 2012.**

Il Tao Shiatsu si basa sui concetti buddhista e taoista di unificazione con lo Spirito Universale e di profonda empatia e unione verso tutti gli esseri umani. Attraverso la combinazione di pratica e ricerca – durata oltre 30 anni – nello Shiatsu e nella pratica Buddhista Nembutsu Samadhi, Endo ha creato un trattamento manuale veramente unico e indirizzato a tutti. Il Tao Shiatsu agisce sull'interezza della persona, sul piano fisico emozionale ed energetico, non soltanto su alcune parti del paziente, e l'operatore, durante il trattamento, non cura solo la persona, ma influenza positivamente anche la guarigione di tutti gli esseri viventi. L'obiettivo del trattamento Tao Shiatsu è di guarire il subconscio del paziente, proprio perché il Ki esiste nel subconscio. Questa è la differenza fondamentale tra Tao Shiatsu, gli altri metodi Shiatsu e i trattamenti medici dell'epoca moderna.

**D'Alessandro L.: Il potere dei 5 riflessi. Scopri chi sei e realizza ciò che vuoi, Ed. Anima, Milano, 2012.**

"Tutto ciò che ci circonda è un riflesso preciso di ciò che abbiamo dentro e in quanto riflesso non possiamo modificarlo agendo direttamente su di esso. Per creare quello che vogliamo dobbiamo agire sulla fonte del riflesso ovvero su noi stessi. Cosa accadrebbe se la mattina davanti allo specchio pettinaste la vostra immagine riflessa e non voi stessi? Fatica, frustrazione e nessun risultato. Allo stesso modo accade nella vita". L'autore, oltre a mostrare in modo chiaro i processi che determinano la nostra realtà, fornisce strumenti pratici per poter agire direttamente sulla fonte del riflesso e ottenere ciò che desideriamo.

**Montaigue E., Simpson W.: Enciclopedia del Dim-Mak. L'arte dei punti vitali secondo la tradizione cinese, Ed. Mediterranee, Roma, 2012.**

Fondata sulle teorie dell'agopuntura, l'antica arte cinese del dim-mak ('colpire il punto') può essere usata per menomare ed uccidere l'avversario, come anche per guarirlo. Fino ad oggi, gli artisti marziali hanno dovuto far affidamento solo sui testi di agopuntura per ottenere informazioni riguardo ai punti da usare e al loro funzionamento. Sfortunatamente, questo metodo di ricerca si è rivelato inadeguato perché tali testi si occupano solamente dell'aspetto terapeutico dell'arte, tralasciando quello marziale. Combinando la sua esperienza personale con quella di Wally Simpson, uno dei più famosi agopuntori australiani, Erle Montaigue ha posto rimedio al problema. Il risultato di quest'impegno combinato è un'opera enciclopedica, monumentale, che esamina, in maniera dettagliata, tutti i punti appartenenti ai dodici meridiani fondamentali e agli otto meridiani straordinari utilizzati nell'agopuntura. Il volume fornisce al lettore informazioni precise sulla localizzazione dei punti, sugli effetti generati da colpi sferrati contro di essi, sui punti "di preparazione" utilizzati per aumentare gli effetti del colpo principale, sui punti "antidoto", e sulle applicazioni terapeutiche di ogni punto. A conclusione dell'opera c'è un capitolo riguardante la visione medico-scientifica del dim-mak e un capitolo in cui Erle Montaigue fornisce al lettore le combinazioni d'attacco che, secondo la sua esperienza personale, sono le più letali.

**Wrobel S.: Alla scoperta di Sé con l'Aikido, Ed. Hermes, Milano, 2012.**

L'Aikido è un'arte marziale che risolve il conflitto tra movimenti armonici e minimo sforzo fisico. Alla scoperta di sé con l'Aikido porta numerosi insegnamenti fuori del dojo (la sala dove si pratica l'Aikido) applicandoli alle attività quotidiane, insegnando

al lettore a servirsene come strumenti per vivere in modo più intuitivo e a procedere lungo il sentiero dell'illuminazione spirituale. I libri finora pubblicati sull'Aikido spiegano come centrarsi, armonizzarsi, risolvere i conflitti e usare l'energia interna: questo è il primo testo che presenta invece delle lezioni finalizzate alla sperimentazione sensoriale di questi concetti, vissuti nel momento presente. Quando il praticante riuscirà a cogliere con immediatezza gli aspetti fisici dei principi dell'aikido, potrà cominciare a percepire in modo nuovo se stesso e il mondo.

**Marcelli S.: Medicine Parallele. Prontuario di terapia naturale per 150 affezioni, Ed. Cortina, Milano, 2012.**

Il testo è diviso in due parti: la prima, generale, contiene gli insegnamenti basilari delle principali teorie di medicina naturale, la seconda è un vero e proprio prontuario terapeutico. Per ogni affezione trattata si suggeriscono: i punti di auricolopuntura e agopuntura, mesoterapia e neuralterapia, rimedi omeopatici, gemmoterapia e fitoterapia, igiene comportamentale. E' stato concepito in modo da dare la possibilità, anche a coloro che non posseggono la minima conoscenza degli argomenti in esso contenuti, di essere in grado, senza rischi, di applicarne i rudimenti con una buona garanzia di successo.

**Cavaliere R.: Iniziazione alle costellazioni familiari, Ed. Mediteranee, Roma, 2012.**

Le Costellazioni Familiari, attuate dal metodo di Bert Hellinger, offrono un approccio empirico-fenomenologico al "Mondo dello Spirito", ma anche un approccio terapeutico che permette di sviluppare le virtù necessarie a vivere in armonia. Le costellazioni, infatti, vengono definite "terapia dell'Anima" poiché consentono a chi vi partecipa di liberarsi dagli "irretimenti", da quei legami karmici che impediscono all'individuo di attuare il proprio progetto di Vita e di adempiere consapevolmente al proprio Destino. Le Costellazioni Familiari si prefiggono di rappresentare in modo evidente i nodi nevrotici sorti nella propria esistenza, aiutando a comprendere la natura dei legami occulti che si celano dietro essi e a sciogliere quelli "irretimenti" negativi che portano la persona sofferente a vivere il "copione" di un qualche defunto, di un antenato o di coloro che sono legati al sistema della stirpe e per mezzo dell'individuo in vita cercano il loro riconoscimento. Le Costellazioni Familiari mettono in evidenza le influenze delle "forze spirituali" che pregiudicano o assistono l'individuo nella sua autorealizzazione. Il testo evidenzia come la volontà del singolo con l'aiuto della terapia delle C.F. metta a fuoco il potere personale, le funzioni delle coscienze, le diverse manifestazioni dell'amore, le influenze delle forze spirituali, il destino e la possibilità di apprendere l'umiltà e la devozione, sapersi affidare e il lasciarsi guidare, conoscere l'amore divino e la capacità della persona di fidarsi della volontà dello Spirito per vivere in armonia.

**Fiorello M., Verrico A.: Astrologia e Tarocchi, Ed. Herrmes, Milano, 2012.**

Tra l'Astrologia e i Tarocchi esiste un rapporto di complementarietà, poiché l'una scienza divinatoria sopperisce alle possibili carenze dell'altra; e ciò in maniera reciproca. Tale interazione, approfondita dagli Autori, consente di realizzare previsioni divinatorie che si giovano dell'una e dell'altra scienza, guadagnandone in esattezza e chiarezza dei responsi. Il volume presenta una prima parte, dedicata all'Astrologia, in cui vengono esposti i fondamenti dell'Astrologia e l'influenza delle case nei segni. Segue la descrizione delle caratteristiche degli appartenenti ai dodici segni zodiacali, del significato dei pianeti, e della loro influenza nei segni e nelle case. Nella seconda

parte del testo sono contenute le corrispondenze astrologiche dei tarocchi e l'interpretazione degli Arcani maggiori e minori in chiave astrologica. La terza parte è dedicata alla pratica divinatoria vera e propria, con l'esposizione delle tecniche di divinazione: i tre metodi fondamentali ed alcuni esempi pratici.

**Pippa L., Filosa C., Peiju C., Crepaldi R., Sotte L.: Taijiquan stile Chen Xiaojia e Qigong, arti tradizionali e mediche, Ed. CEA, Milano, 2011.**

In quest'opera, accompagnata da un DVD video e dedicata a Taijiquan e Qigong, gli autori hanno voluto attingere all'antica tradizione della cultura cinese per rendere evidente l'importante contributo che queste arti forniscono per la ricerca dell'armonia dello spirito e del corpo.

**Brunner A.N.: Il tao del piede. Riflessologia plantare con il metodo On Zon Su, ed. Red, Como, 2011.**

Mani che coccolano i piedi di chi chiede aiuto, portando un messaggio di accoglienza, vicinanza e cura: ecco il massaggio del piede secondo la medicina tradizionale cinese con il metodo detto 'On Zon Su'. Un'arte di cura della persona molto antica che risponde al bisogno universale di armonia del corpo e della mente, una necessità quanto mai attuale in un mondo che si muove molto velocemente. Una tecnica semplice, efficace e sicura, che chiunque sia aperto a rispondere ai bisogni degli altri può apprendere e praticare, con la soddisfazione di constatare nelle persone trattate immediati e miglioramenti del tono dell'umore, nonché un incremento del loro benessere generale.

**Hepburn S.: Psicodieta. Un metodo rivoluzionario per dimagrire con l'autoipnosi, Ed. Sperling & Kupfer, Milano, 2011.**

L'ipnodieta non è una dieta, ma funziona meglio di qualsiasi dieta. Direttamente dagli Stati Uniti, la nuovissima strategia vincente, il sistema di dimagrimento più in voga del momento. Nessun conteggio delle calorie, niente cibi proibiti, zero sacrifici: questa è l'ipnodieta, un metodo rivoluzionario che utilizzando semplici tecniche di ipnoterapia fa perdere i chili in più e per sempre. È infatti sufficiente ascoltare ogni giorno per venti minuti il CD audio allegato al libro per riprogrammare la mente e modificare le cattive abitudini a tavola. Susan Hepburn insegna a instaurare un approccio alimentare equilibrato, a fare scelte salutari e a tenersi in esercizio. Diversamente dalle diete tradizionali, che generano ansia e sensi di colpa, l'ipnodieta cambia dall'interno il rapporto con il cibo: il risultato è un aspetto fantastico e una meravigliosa sensazione di benessere. Seguendo le indicazioni del libro e ascoltando la voce della nota trainer e coach Debora Conti, con l'ipnoterapia scoprirete dentro di voi risorse dimenticate, annullerete il bisogno di abbuffarvi e dimagrirete in modo naturale e definitivo.

**Fumagalli S., Gandini F: Dermoriflessologia. Dialogare con l'inconscio attraverso la pelle, Ed. Amrita, Milano, 2011.**

Ai primi del '900, un medico e scienziato friulano, Giuseppe Calligaris, pubblicò le sue ricerche, grazie alle quali aveva individuato una mappatura del corpo umano del tutto speciale: sulla cute esistono placche riflessologiche che, opportunamente stimolate, danno accesso a specifiche facoltà dell'inconscio, per scopi diagnostici e terapeutici. A cinquant'anni dalla sua scomparsa, due ricercatori hanno riscoperto la sua opera e, dopo nuove sperimentazioni, ne hanno aggiornato i contenuti, integrandoli con le più

recenti conoscenze psicologiche e dando così vita a una nuova metodologia: la Dermoriflessologia. La memoria del corpo è molto più vasta e radicata di quella della mente e grazie alle spiegazioni di questo libro possiamo accedervi in maniera facile e immediata. Possiamo imparare a trarre dal nostro corpo risposte che nemmeno sapevamo di possedere; potremo ripercorrere episodi che ci aiutino a fare chiarezza su aspetti della nostra personalità, individuare e riequilibrare i disturbi fisici agendo sulla loro componente psicosomatica, e persino guidare i nostri sogni affinché ci offrano ispirazioni e rivelazioni mirate.

**Gandini F., Fumagalli S.: Il potere dei sogni e la dermoriflessologia. Una guida per trovare nei sogni soluzioni creative alle questioni che ci stanno a cuore, ed. Il Punto D'Incontro, Milano, 2011.**

"Il potere dei sogni e la dermoriflessologia" ci mette a disposizione uno strumento per apprendere l'arte di comunicare con il Sé superiore attraverso i sogni. Chiedendo all'inconscio di concentrarsi su una questione ben definita durante il sonno, al risveglio affioreranno sempre le soluzioni creative per usufruire delle immense risorse offerte dalla nostra essenza superiore. "La notte porta consiglio", se solo impariamo a sfruttare le potenzialità racchiuse nel potere dei sogni. La dermoriflessologia ci indica come nella pelle del corpo vi sia una vera e propria mappa che può condurci alla comprensione di noi stessi, delle "cicatrici emozionali" che ci portiamo all'interno e, soprattutto, può aiutarci a superare traumi fisici e psichici. Potremo rivivere e promuovere la "liberazione" di eventi non risolti o non compresi appieno che conservano ancora il loro carattere doloroso e limitano, di conseguenza, la libera espressione del nostro potenziale.

**Piazza D., Maglio A.: Curarsi con la pressione delle dita, Ed. Giunti Demetra, Milano, 2010.**

L'antica tecnica della digitopressione mira a riattivare la vitalità organica agendo con la pressione delle dita su determinati punti del corpo, considerato un flusso energetico. Per prima cosa bisogna individuare i punti sui quali operare, dopodiché imparare diventa questione di esperienza e di sensibilità personale. Illustrato da chiari disegni, il volume consente di imparare passo a passo questa preziosa tecnica per risolvere con efficacia disturbi anche importanti quali coliche, crampi, insonnia, sinusite e molti altri.

**Marquardt H.: Manuale di riflessoterapia del piede, ed. Mediterranee, Roma, 2010.**

In ogni piede c'è una persona. Nelle zone riflesse dei piedi si rispecchiano tutte le regioni del corpo e gli organi. Questo convalidato microsistema e il trattamento mediante la Riflessoterapia al Piede sono conosciuti in Europa da circa 50 anni. Hanne Marquardt ha realizzato un manuale con un taglio personale, gradevole, che ci porta ai fondamenti della Riflessoterapia al Piede in modo completo e ci offre proposte di trattamento comprovate in lunghi anni di esperienza. Il suo testo grazie agli straordinari disegni colorati a mano delle zone riflesse, all'ineccepibile costruzione didattica e all'estrema chiarezza costituisce un'ideale base per l'apprendimento e l'insegnamento. Le conoscenze relative alla Riflessoterapia al Piede crescono e vengono continuamente ampliate attraverso il lavoro pratico e lo scambio di esperienze tra le numerose scuole. L'approfondimento di tali conoscenze viene preso in considerazione in questa sesta edizione rielaborata, come per esempio la

definizione di una localizzazione più esatta delle zone dell'articolazione ileo-sacrale, dell'appendice e dei linfatici laterali del collo, indicazioni di trattamento più specifiche in pazienti con sindromi dolorose, in pazienti affetti da forme.

**Bererder A.: Atlante fotografico di agopuntura, Ed. Quintessence, Paris-Milano, 2009.**

L'atlante fotografico è nato per mettere in evidenza, utilizzando delle fotografie e non più semplici schemi, non solamente i Meridiani principali ma tutto il circuito dei Meridiani secondari, diramazioni interne, Jing Jin, Luo e Jing Bie, allo scopo di dare una visione globale dell'insieme della rete energetica. Per questo motivo nelle foto si trovano in sovrapposizione il sistema osseo e muscolare, rendendo così più precisa la collocazione degli agopunti. La prima parte ci dà un'idea generale di tutta la rete dei Meridiani, compresi i Meridiani straordinari ed i Chakras. La seconda classifica i Meridiani per zone anatomiche: mano, avambraccio, braccio, ecc., aggiungendo i punti Fuori Meridiano e quelli della scuola di Master Tong (scuola di agopuntura di Taipei), in modo da evidenziare le relazioni anatomiche rispetto ai punti classici dei Meridiani. La terza è costituita da un indice dettagliato che permette di ritrovare qualunque punto in funzione del proprio nome, della nomenclatura, della codificazione o della traduzione. Dal punto di vista didattico, l'autore ha voluto che le informazioni della pagina di sinistra corrispondessero alle immagini della pagina di destra per facilitare la lettura. La nomenclatura scelta è quella ufficiale italiana associata all'internazionale stabilita dall'OMS.

**Focks C.: Atlante di Agopuntura, Ed. Elsevier, Milano, 2009.**

Ad un atlante di agopuntura si chiede soprattutto di essere chiaro, preciso e completo in modo da sopperire alla mancanza della visione tridimensionale data dal paziente. Nello stesso tempo, è altrettanto importante che il contenuto consenta di recepire con immediatezza la localizzazione e le caratteristiche più importanti di un punto. L'Atlante di Agopuntura di Claudia Focks risponde a tutte queste esigenze e unisce la facilità di consultazione, a una estrema meticolosità e precisione nelle modalità di reperimento dei vari punti di agopuntura.

**Bao Tian F.: Bioritmi, Ed. Bracciali, Arezzo, 2009.**

I bioritmi sono i ritmi che scandiscono la vita: ogni organismo vivente, dalla singola cellula fino all'uomo, ha un suo ritmo di crescita, di evoluzione, di invecchiamento. Essi rappresentano il fluire della vita nel tempo, nei secondi, nei minuti, nelle ore, nei giorni, nei mesi, nelle stagioni, negli anni. Il ritmo della natura, dell'atmosfera, dello scandire del tempo della vita dell'universo e di tutto ciò che esso contiene. Per la visione cinese i bioritmi rappresentano l'andamento ciclico del flusso energetico secondo l'eterno manifestarsi delle dualità polari Yin e Yang. La crono-agopuntura è una branca dell'agopuntura legata ai bioritmi e al tempo. È un'antica tecnica conosciuta dal mondo occidentale come "*bioritmi cinesi*" e "*crono-medicina cinese*". È molto efficace per il trattamento del dolore, per l'obesità, per le paralisi post ictus, ecc. Questa tecnica è purtroppo ancora poco diffusa a causa di difficoltà nel suo utilizzo, soprattutto per i medici occidentali e dalla difficoltà di applicazione del calendario lunare cinese e quindi tramutare le date e gli orari secondo il calendario solare occidentale. In questo libro vengono piegate le tecniche della trasformazione del calendario solare occidentale a quello lunare cinese, per offrire una guida per la pratica.

**Chaitow L.: Terapia manuale dei tessuti molli. Principi e tecniche di positional release, Ed. Elsevier, Milano, 2009.**

In questo volume Leon Chaitow va oltre la semplice descrizione storica delle diverse proposte terapeutiche ed entra in modo critico nel merito delle diverse ipotesi fisiopatologiche, sottolineando quando una determinata proposta non ha supporto scientifico, chiarendone i limiti, delineando un percorso comune che lega tra loro i diversi approcci ed evidenziandone gli ambiti di sovrapposizione.

**Farello F.E.: Agopuntura e Omotossicologia, Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 2008.**

Nel vasto universo delle Medicine Non Convenzionali, è sempre esistita un' affinità tra Agopuntura, Omeopatia e Omotossicologia. L'idea di associare visioni mediche tanto distanti nel tempo e nelle forme, segue la constatazione per la quale spesso i medici praticanti le MNC, svolgono studi di entrambe le materie. I motivi di tale affinità sono sicuramente dovuti ad un modello di riferimento dove il malato è collocato al centro della fase diagnostica e terapeutica, mentre il sintomo viene inteso come elemento rilevante, ma non imprigionante l'attenzione del medico. Spesso negli ambulatori queste due terapie vengono eseguite contemporaneamente. Nasce pertanto l'esigenza di codificare precisamente le loro interazioni per impiegarle fruttuosamente nella pratica clinica. L'Energetica è il metodo di lavoro della Medicina Tradizionale Cinese. Tale metodo viene proposto come una possibilità ulteriore per comprendere il funzionamento e la corretta modalità di prescrizione dei rimedi omeopatici e omotossicologici. L' Energetica è una seconda opportunità del ragionamento per giungere alle stesse conclusioni. Altre volte invece, consente di ampliare la visuale diagnostica e prescrittiva; questo rafforza sia la validità del metodo, sia la sua possibilità di dialogo e di integrazione con altre forme di terapia. Alcune scelte di Reckeweg nella composizione dei suoi rimedi, soprattutto negli Homaccord e nei Compositum, per le loro proporzioni quantitative e la loro diluizione, a prima vista possono apparire intuitive o empiriche. In realtà se si applica il metodo della MTC, si riscontra in tali scelte la perfetta conoscenza di una tecnica e l'applicazione quindi, di un metodo razionale e preciso. La Tavola delle Omotossicosi è una trasposizione, in linguaggio medico moderno, della convenzione sulle Cinque Fasi Evolutive. L' Energetica della MTC ha innumerevoli campi di applicazione dai quali provengono spunti di riflessione che hanno permesso a molti omeopati illustri di formulare ricette, rimedi e protocolli terapeutici efficaci. Purtroppo però una difficoltà, sia di metodo che di opportunità, lascia cadere questo aspetto tra le cose non dette. Ad un attento esame , si può osservare che proprio tra le cose non dette si celano gli insegnamenti più preziosi. Il presente manuale ha l'ambizione di codificare un metodo di lavoro preciso ed è indirizzato all'omeopata e omotossicologo che vuole approfondire la formulazione e l'applicazione dei suoi rimedi secondo le convenzioni di valore della MTC. Inoltre l'obiettivo è anche fornire all'agopuntore esperto, una tecnica di impiego per i rimedi omeopatici e omotossicologici coerente con i presupposti della MTC.

**Padilla Corral J. L.: Il Canto dei Venti Sentieri e delle loro Valli. Lo studio dei venti canali dell'agopuntura, Ed. Psiche 2, Milano, 2008.**

In questo libro si descrivono le differenti vie energetiche del corpo umano in base al Neijing, ovvero il Trattato dell'Interno dell'Imperatore Giallo. L'approccio descrittivo differisce dai testi e dalle tavole più frequentemente utilizzati sia in Oriente che in Occidente, ed intende riscoprire le descrizioni dei canali e dei collaterali contenuti nei testi originali, offrendo uno strumento pedagogico per facilitarne la comprensione. Il

presente testo offre una spiegazione articolata del meccanismo di azione delle diverse vie e dei movimenti del Qi, a partire dai quali possiamo esplicitare e dedurre le indicazioni. Il Canto di ogni canale è l'espressione dell'attività del Soffio vitale in tutto l'organigramma energetico. I venti canali sono i 12 Principali e gli Otto Straordinari.

**Véret P., Parquer Y.: Manuale di Nutripuntura. Fisiologia e informazione cellulare, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2007.**

La Nutripuntura (nutrizione endocellulare) è la disciplina medica complementare che nasce dalle ricerche sulle relazioni fra gli oligoelementi e i circuiti di comunicazione del corpo umano, chiamati meridiani, normalmente utilizzati in Agopuntura. Le ricerche hanno portato alla definizione di 38 oligoelementi, ai quali si aggiunge un regolatore nutrizionale generale che agisce sull'equilibrio del doppio strato lipoproteico di tutte le membrane cellulari. La disciplina ha sviluppato in particolare lo studio dei legami che intercorrono tra i meridiani del corpo e i comportamenti, e ha approfondito la psicofisiologia degli organi, portando così una comprensione nuova dei fenomeni detti "psicosomatici". Patrick Véret, insieme all'esperta di psicosomatica Yvonne Parquer, riassume in questo testo i fondamenti di base della nutripuntura e soprattutto mette a disposizione i suoi vent'anni di esperienza clinica, arricchiti dai corsi e contatti con le decine di medici che la praticano in Europa. Il testo, interamente a colori, è inoltre illustrato da disegni anatomici dei meridiani coinvolti, da schemi delle membrane e meccanismi cellulari, da schemi dei meccanismi di azione su tutti gli organi e apparati del corpo umano. Una trattazione ricca, dunque, sia teorica sia pratica, che rende il testo uno strumento di introduzione e consultazione indispensabile per i medici e gli operatori che vogliono avvicinarsi a questa disciplina.

**Chuangui W.: Automassaggio Riflessologico. L'efficace tecnica corporea che agisce sugli agopunti e sui meridiani, Ed. Red, Como, 2007.**

L'automassaggio lungo i meridiani e gli agopunti è una tecnica terapeutica della medicina tradizionale cinese, sviluppata sulla base delle teorie del qi (energia cosmica) e del sangue, degli organi (zang) e dei visceri (fu), dei meridiani e dei collaterali. L'automassaggio previene e cura le patologie operando su diverse zone del corpo con il palmo delle mani e con le dita, secondo molteplici tecniche specifiche. Questo libro è corredato di illustrazioni per guidare con sicurezza il lettore verso queste tecniche, rendendole semplici e facili da eseguire.

**Kunz K., Kunz B.: Reflessologia per i bambini, Ed. Xenia, Milano, 2002.**

È stato ampiamente dimostrato che il contatto fisico, in quanto forma di comunicazione assolutamente unica e manifestazioni tangibile di affetto, esercita un impatto notevole sulla salute del bambino. La riflessologia lo circoscrive a particolari punti che si trovano sulle mani e sui piedi e che sono di significativo giovamento a ogni tipo di problematica legata al benessere dei più piccini. Questo libro insegna - con l'aiuto di numerose illustrazioni e mappe - a stabilire dove è più utile stimolare il bambino, acudone i riflessi, a imparare a rilassarlo nei periodi difficili, a utilizzare le tecniche di pressione digitale più adatte per contrastare i dolori della crescita, le malattie e lo stress, con una guida ai problemi più comuni e a creare con lui un legame speciale che è destinato a durare tutta la vita. Infine gli autori hanno

elaborato un programma semplice, finalizzato ad aiutare e a trasmettere gli innumerevoli benefici della riflessologia a tutta la famiglia.

**Freud S.: Considerazioni attuali sulla guerra e la morte, Ed. Studio Tesi, Roma, 2000.**

La guerra fa riaffiorare "gli impulsi primitivi, selvaggi e malvagi" che "continuano a vivere, seppure rimossi, nell'inconscio di ogni singolo individuo (... ), aspettando l'occasione per potersi riattivare"» e rimette in discussione il nostro atteggiamento di fronte alla morte: questo il filo delle argomentazioni che Freud svolge in questo breve saggio del 1915. Di fronte agli orrori di ogni guerra possiamo consolarci della delusione di vedere l'umanità cadere così in basso, divenendo consapevoli che in 'realtà non era mai salita così in alto. Allo stesso modo, se interroghiamo il nostro atteggiamento di fronte alla morte troveremo che il nostro inconscio, così come l'uomo primitivo, rifiuta di rappresentarsi la propria fine, prova lo stesso senso di piacere di fronte alla morte dell'estraneo-nemico, è scisso e ambivalente di fronte alla morte di una persona amata. L'accettazione di queste inquietanti verità, questa è la raccomandazione di Freud, potrà probabilmente aiutarci a sopportare meglio l'esistenza. Parafrasando l'antica massima: Si vis pacem, parabellum, Freud infatti così conclude: Si vis vitam, para mortem. Se vuoi sopportare la vita, disponiti ad accettare la morte.

**Guerrini O.: Dolore è Malattia. Diagnosi Trattamento Prevenzione, Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 1998.**

La malattia è un disordine, una perdita di coerenza della sostanza fondamentale ECM (Matrice Extracellulare) - cellula. Questo distretto è collegato al punto di agopuntura che funge da trasduttore di informazioni. Fondamentale è la scoperta che il dolore in tutto le sue forme, da appena avvertito ad acutissimo, accompagna sempre questo disordine come "primum momens" della malattia. Il punto di agopuntura diviene pertanto il centro focale della ricerca diagnostica e dell'azione terapeutica secondo i concetti moderni della fisica e della medicina regolativa. La tematica di questa ricerca è la possibilità di conoscere, oggi, il grado di squilibrio biochimico, biofisico, elettromagnetico del substrato ECM-cellula, tramite la lettura del valore di conduttanza del punto di agopuntura, il quale, assume il valore di indice misurabile dello stato patologico del substrato anatomico, valido sia per le medicine biologiche, omeopatia - omotossicologia, medicina cinese, che per la medicina accademica. Una perdita di ordine non causa un danno se è riconosciuta all'inizio e trattata immediatamente. Il testo vuole essere una guida per approfondire questi concetti, e fornire le conoscenze culturali e strumentali necessarie per adeguare le cognizioni mediche alla pratica diagnostico - terapeutica. Esso fa parte di un insieme che comprende un software e un apparecchio elettronico. Un approdo per coloro che desiderano applicare e verificare fin da subito una teoria e un metodo.

**Stroumsa G.C.: La sapienza nascosta, Ed. Arkeios, Roma, 1998.**

L'esistenza di tradizioni segrete nelle prime fasi del cristianesimo, che scomparvero poi nella tarda antichità, è oggi riconosciuta da molti studiosi, ma l'importanza di tali tradizioni non è sempre stata tenuta sufficientemente in considerazione. L'Opera, incentrata su questo tema, sviluppa principalmente i seguenti argomenti: - È possibile rintracciare l'esistenza di dottrine esoteriche fin dagli esordi del cristianesimo e nel corso dei primi secoli. - L'origine di queste tradizioni esoteriche in seno al

cristianesimo primitivo è da cercare nel loro immediato retroterra culturale, cioè nel giudaismo del primo secolo. – Le tradizioni esoteriche del cristianesimo degli inizi furono adottate e sviluppate da vari gruppi che vengono attualmente denominati gnostici: esse stavano alla base della loro mitologia. – Ancor prima della fine del secondo secolo le tradizioni esoteriche furono messe in sordina, le loro tracce furono confuse e vennero contrastate dai Padri della Chiesa fino a scomparire. – Dopo la scomparsa delle primitive tradizioni esoteriche, il loro vocabolario fu utilizzato per formare l'impianto delle dottrine mistiche emergenti nel cristianesimo d'Oriente e d'Occidente.

**Borella J.: Esoterismo Guénoniano e mistero cristiano , Ed. Arkeisos, Roma, 1998.**

Nel formulare i principi di una comprensione interiore delle forme sacre, Guénon si è imposto in Occidente come il maggior teorico dell'esoterismo. Tuttavia, malgrado possa comportare pesanti conseguenze per il cristianesimo, la sua dottrina non è ancora stata oggetto di uno studio approfondito nell'ambiente cristiano. In questo libro si troverà dunque, per la prima volta, non solo un'analisi della concezione guénoniana dell'esoterismo, ma anche un esame critico della sua applicazione al cristianesimo, in funzione dei dati forniti dalla religione stessa. Non ci si poteva accontentare di richiamare questi dati, era indispensabile farli conoscere: da qui la necessità di un'abbondanza di citazioni e di riferimenti. Il testo di Borella permetterà, quindi, non solo di giudicare in base ai documenti, ma condurrà anche il lettore a riscoprire un aspetto troppo misconosciuto della rivelazione del Cristo.

**Deutsch N.: L'immaginazione Gnostica, Ed. Arkeios, Roma, 1998.**

Primo studio esaustivo sui rapporti tra lo gnosticismo e la mistica ebraica. Comprende altresì un'analisi delle prospettive espresse da Gershom Scholem sulla materia. L'immaginazione gnostica è il primo studio completo sulle relazioni fra gnosticismo e mistica della merkavah. Il volume comprende un'analisi esaustiva delle prospettive espresse sul tema da Gershom Scholem, una panoramica analitica della rimanente letteratura secondaria e un esame attento delle fonti originali. Questo lavoro esplora un ampio spettro di argomenti, dal mito all'esegesi alla cosmologia. Sebbene l'argomento centrale siano le tradizioni gnostiche occidentali e la mistica della merkavah, il libro di Nathaniel Deutsch si occupa inoltre di materiale rilevante proveniente dal mandeismo e dal tardo periodo della mistica ebraica, come il pietismo tedesco e la qabbalah. L'opera qui presentata non è solo la prima ad approfondire e valutare la storia degli studi su un tale complesso argomento, ma crea inoltre i presupposti per ricerche future, illuminando gli aspetti metodologici e topici del campo d'indagine preso in considerazione.

**Almaas A.H.: Enneagramma delle Idee Sacre. Aspetti molteplici della realtà, Ed. Astrolabio Ubaldini, Roma, 1990.**

Creatore del Diamond Approach, scuola ormai ampiamente diffusa anche in Italia, Almaas (pseudonimo di A. Hameed Ali) si situa nel filone delle tecniche di indagine del Sé che integrano l'approccio psicologico e quello spirituale. Allievo di Claudio Naranjo, che proseguendo il lavoro di Oscar Ichazo ha approfondito la ricerca sull'enneagramma come strumento terapeutico di analisi psicologica (analisi dei nove 'enneatipi' psicologici), in questo libro Almaas prosegue la ricerca in una prospettiva ontologica. I tipi dell'enneagramma vengono analizzati nella prospettiva delle 'idee sacre', visioni della realtà che vengono assunte come oggetti di meditazione per

contrastare le false idee. La prospettiva spirituale è la chiave per liberare l'individuo dalle limitazioni.