

La Mandorla



AMSA

Associazione Medica
per lo Studio
dell'Agopuntura



fogli elettronici di
medicina tradizionale
e non convenzionale

Anno XIX - Numero 75 - Dicembre 2015



La Mandorla

Direttore Scientifico

Dott. Carlo Di Stanislao

Direttore Editoriale

Dott. Rosa Brotzu

Comitato di Redazione

Dott. Maurizio Corradin

Dott. Fabrizia de Gasparre

Dott. Giuliana Franceschini

Dott. Emilio Simongini

Dott. Mauro Ramundi

© 2015 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.

Referees

Dott. Andrea Finestrali
Dott. Franco Mastrodonato
Dott. Gabriele Saudelli
Dott. Gabriella Favale
Dott. Gianni Giannangeli
Dott. Gilles Andres
Dott. Giorgio Cavenago
Dott. Giorgio Sivieri
Dott. Giorgio Spacca
Dott. Italo Sabelli
Dott. Jean Marc Kespi
Dott. Leonardo Paoluzzi
Dott. Lodovico Vaggi
Dott. Luca Frangipane
Dott. Massimo Selmi
Dott. Maurizio Ortu
Dott. Ottavio Iommelli
Dott. Stefano Marcelli
Dott. Umberto Mosca
Dott. Valeria Sansone
Dott. Yves Requena
Dott.ssa Clementina Caruso
Dott.ssa Giulia Boschi

Prof. Yi Sumei
Prof. Corrado Sciarretta
Prof. Francesco Deodato
Prof. Giovanni Bologna
Prof. Hu Lie
Prof. Jeffrey C. Yuen
Prof. Li Guo Quing
Prof. Li Lin
Prof. Luciano Onori
Prof. Mauro Bologna
Prof. Roberto Giorgetti
Prof. Shi Gou Bi
Prof. Teodoro Brescia
Prof. Wu Tian Chen
Prof. Xiao Nai Yuan
Prof. Xiao Naiyuan
Prof. Yuan Shiun Chang
Prof. Zao Zhang
Prof. Zheng Taowang
Prof.ssa Santa Casciani
Sig. Fabrizio Bornanomi
Sig. Ivani Ghiraldi

Indice

Editoriale	5
Alla ricerca dell'oscillazione perduta: dalla Yuan Qi al Meccanismo Respiratorio Primario	9
Ipotesi e proposte di trattamento dei 5 Movimenti utilizzando i principi fitoterapici occidentali	18
Meridiani curiosi e pianeti: un collegamento sulla base di simbologia e mito	26
Una particolare lombalgia trattata con il Tuina	40
Alchimia Taoista e Qi Gong. Il modello Ma Danyang	43
Ganoderma Lucidum: una review	76
Un caso interessante	80
Esperienza agopunturistica in corso di fatigue cancer related syndrome	84
Libri da leggere e da rileggere	94

Editoriale

di Carlo Di Stanislao



"La sola cosa che un uomo deve fare per liberarsi dalla sua infelicità, dalle sue miserie, dalla sua angoscia è diventare più consapevole: questa è l'unica chiave"
Osho

1

¹ René Magritte: La riproduzione vietata, 1937.

Il concetto di "scienza" nasce con Bacone nel 1600, fondato sull'idea che attraverso l'esperienza si può trovare le grandi, universali ed eterne leggi della natura. Subito dopo, Galileo, trova il linguaggio con cui codificare queste leggi universali, scritte con i numeri che sono universali ed asserisce che ciò che si può tradurre in formule matematiche è legge². Ma da allora molte cose sono cambiate, anche il rapporto ricercatore-realtà, con questa che, di fronte al ricercatore, esterna, resta indagabile con modelli ed esperimenti matematici, che rendono la scienza "forte" e gli scienziati "i dominatori dell'universo", perché, a partire dal Positivismo, si comincia a pensare che una volta scoperte le leggi della natura se ne possono dominare i fenomeni. Ma questa sicurezza salta con Popper³ che afferma: "io metterò certamente come empirico, o scientifico, soltanto un sistema che possa essere controllato dall'esperienza.[...] In altre parole: da un sistema scientifico non esigerò che sia capace d'essere scelto, in senso positivo, una volta per tutte; ma esigerò che la sua forma logica sia tale che possa essere messa in evidenza, per mezzo di controlli empirici, in senso negativo: un sistema empirico deve poter essere confutato dall'esperienza". In questo senso, Popper si pone in dichiarata antitesi con la teoria neopositivista, sintetizzata dal "principio di verifica" di M. Schlick (il senso di una proposizione è il metodo della sua verifica)⁴.

Pertanto, con un salto a ritroso che ci riporta all'antico pensiero orientale, sviluppatosi in tal senso nella sua millenaria evoluzione, si comprende che la scienza ha bisogno di un soggetto stabile, di strumenti precisi, deve formulare teorie interpretative; ma questa stabilità non è uguale nelle scienze che riguardano l'uomo, perché esse hanno un oggetto, che è la cultura, che è sempre in cambiamento, sempre in evoluzione, sicché la conoscenza non avrà mai delle certezze. E questo, anche se destabilizza rispetto a formule a cui legarsi per pacificare se stessi, è in definitiva un bene perché, come dicono antropologi ed educatori, significa che l'uomo è libero e che ogni sua scelta è frutto delle proprie credenze, che ne influenzano sviluppo e risultato. Pertanto, non solo fra i cultori delle filosofie orientali, ma gli studiosi della scienza di oggi, si consolida la convinzione che chi si avvicina alla conoscenza come un esploratore non si sente messo in pericolo dalla scoperta della complessità, anzi ne è stimolato ed entusiasmato: non vi è più un ordine solenne della natura, il "fatto ineluttabile" della scienza tradizionale, ma una fuga di tanti ordini diversi quante sono le posizioni che l'osservatore può assumere. Pertanto in tutti i campi, a partire da quello medico e curativo, il problema non è quello di capire il perché di una cosa che, pur potendo accadere in un'infinità di modi, è accaduta com'è accaduta.

Come insegnano gli antichi taoisti^{5,6}, le teorie dei sistemi complessi ci chiedono di cambiare completamente la natura del nostro rapporto con il sapere. Ci chiedono di abbandonare ogni pretesa di controllo sull'evoluzione di quei sistemi (fisici, biologici, socioeconomici, politici, psicologici) costitutivi del mondo assieme al quale stiamo vivendo. L'imprevedibilità non è più da considerarsi come un errore di stima o come il risultato di una conoscenza imperfetta: l'imprevedibilità è la caratteristica essenziale e irriducibile di ogni sistema organizzato allorché supera un certo livello di complessità. E ciò può far paura; paura dell'incertezza, paura di perdere il controllo, paura di non sapere: le scienze nella complessità da noi un nuovo tipo di rapporto nei confronti del sapere da loro prodotto: un rapporto pronto ad accettare l'incertezza non come un errore da correggere, ma come una caratteristica inevitabile, pronto a vivere nell'impermanenza, ad accettare il mutamento, a privilegiare i percorsi più che i traguardi, a non cercare affannosamente la risposta definitiva.

Poiché il ruolo del nostro gruppo, oltre che terapeutico e curativo e di ricerca, è eminentemente formativo, è naturale che ci interroghiamo su come, alla luce di quanto detto, assolvere e portare avanti questo ruolo. Pretendiamo di essere una scuola diversa non solo perché ci produciamo nello studio non della Medicina Tradizionale, ma di quella Classica Cinese, ma la nostra differenza riguarda anche l'applicazione, lezione

² Govoni P.: Che cos'è la storia della scienza, Ed. Carocci, Milano, 2004.

³ Popper K.R., Monteleone C.: Miseria dello storicismo, Ed. Feltrinelli, Milano, 2013.

⁴ Magnanimo A.: Moritz Schlick, <http://www.filosofico.net/schlick.htm>, 2014.

⁵ AAVV: il cavo e il vuoto. 54 storie taoiste, Ed. UTET, Torino, 2014

⁶ Bianchi E.: Taoismo, Ed. Electa Mondadori, Milano, 2009.

dopo lezione, seminario dopo seminario, di quella che Sergio de Giacinto⁷ chiama " Teoria ermeneutica", dove l'esegesi testuale di tipo ermeneutico tiene in considerazione le condizioni dei soggetti coinvolti nel processo interpretativo (gli educatori) e l'educazione impartita, è costruita da soggetti ricchi di una loro storia e di loro peculiarità esistenziali. Tutti gli eventi possiedono una loro storia, questa è irripetibile e perciò va interpretata a partire dalla sua autonoma peculiarità e mai appiattita in nome della supposta similarità ad altri eventi. Il discorso ermeneutico vuole ripensare, costruire, tradurre e poi decostruire, rivisitare criticamente. Per fare ciò occorre abitare quella spirale di problematizzazione che è il circolo ermeneutico: come in un dialogo cooperativo tra educatore e discente, dove quest'ultimo, entra in contatto con un contesto che, sebbene gli sia estraneo, non gli apparirà mai del tutto tale. In questo modo si crea una didattica del tutto particolare, dove gli sforzi ermeneutici non propendono per una classificazione di eventi (come faceva l'interpretazione strutturale), ma tentano di comprendere e di raggiungere, istante per istante, lezione dopo lezione, una significazione, che non sia solo conoscenza tecnica di meridiani, punti, modalità di massaggio o di infissione di aghi. Inoltre, questo approccio ermeneutico-pedagogico, a differenza di quello strutturale, non procede per selezioni o trasceglimenti e, pertanto, la significazione non consiste mai in una sintesi, ma piuttosto si identifica con gli sforzi dell'analisi.

Ecco perché l'interpretazione è già comprensione: costruendo il senso degli eventi, costruiamo anche noi stessi. La comprensione, a differenza della spiegazione, non esercita alcun diritto di prelazione; poiché le storie e le loro interpretazioni trattano significati, e i significati sono intransigentemente multipli: la regola è la polisemia. In definitiva, nei nostri corsi e nelle altre forme divulgative e di insegnamento, i significati narrativi ed educativi, dipendono solo in modo superficiale dalla verità, intesa in senso stretto di verificabilità; mentre il loro requisito principale è piuttosto la verosimiglianza, che è un insieme di coerenza e utilità pratica. Piuttosto che insegnare meccanici schemi di interpretazione e trattamento, ci impegnano a capire la "narrazione" di una storia clinica e, attraverso questa, mettere al centro l'individuo come soggetto e capire, per lui, quale valore abbia una disfunzione o una patologia. In campo pratico, invece, il nostro sforzo, in questa rivista ed in altre in cui collaboriamo attivamente e con continuità (TMA, soprattutto; vedi: <http://www.morphema.it/edizioni/shop/tma-tecniche-mediche-associate>), riguarda una continua e puntuale analisi sui motivi che portano, con oscillazioni minime in base alle disponibilità economiche, ad un sempre maggiore ricorso, nel mondo Occidentale, alle cosiddette Medicine Naturali, proprio mentre il progresso tecnico e farmacologico sembra inarrestabile ed in grado di rispondere ad ogni esigenza di salute⁸.

La crisi della fiducia del cittadino occidentale verso la biomedicina va letta nella convinzione che i medici stiano dalla parte delle tecnostutture finanziarie e che dedichino sempre meno tempo alle visite, con una moltiplicazione dei percorsi burocratici ed una oggettiva riduzione del tempo dedicato realmente a loro come individui. Questo genera la convinzione che anche se la scienza medica è sempre più evoluta, essa sia divenuta distante, indifferente ed artificiosa, sempre meno capace di comprendere l'uomo nelle sue basilari ed più intrinseche esigenze⁹. Secondo noi, in realtà, potremmo ritrovare aspetti univoci e non concettuali fra medicina olistica e scientifica, riesaminando la critica che Claude Bernard formulò, più di due secoli fa, contro la medicina della statistica e della mera osservazione, quella che, sulla scorta di un malinteso insegnamento ippocratico, riduce il suo statuto a scienza della mera contemplazione dei fenomeni, incapace di guarire perché incapace di stabilire i nessi fra le malattie e le loro cause, con una registrazione matematica di segni anatomico-clinici che nulla a che vedere con le esigenze singole dei singoli individui¹⁰.

Ora, mentre in molti sono interessati ad individuare gli aspetti olistici e vitalistici che le Medicine Naturali hanno posto in opposizione alla biomedicina e si interrogano sulla importanza del binomio riunito mente corpo, inserendo anche la triade mente-corpo-spirito, il nostro percorso è stato (e continua ad essere) più di natura antropologica, con il superamento della tendenza ad interpretare la diversità dei saperi e delle

⁷ Felini D.: La città dei nomi comuni. Epistemologia pedagogica di Sergio de Giacinto, Ed. Unicopli, Bologna, 2010.

⁸ Di Stanislao C.: Argomenti di Medicina. Il dialogo e l'integrazione fra culture e modelli, Ed. Fondazione Silone, L'Aquila-Roma, 2007.

⁹ Garelli G.: Il malessere della medicina. Un confronto internazionale, Ed. Franco Angeli, Milano, 2014.

¹⁰ Angeletti R.L., Gazzaniga V.: Storia, filosofia ed etica generale della medicina, Ed. Elsevier Masson, Milano, 2008.

pratiche mediche in termini di opposizione fra tradizione e modernità, arretratezza e progresso, magia e scienza, efficacia simbolica ed efficacia reale. Il nostro percorso si orienta pertanto verso un "continuum" di saperi e di pratiche, al cui interno non è facile discernere chiari confini epistemici e che ci offrono una varietà di risorse interpretative e terapeutiche, sostenute da fonti diverse di autorità e tutt'altro che mutuamente esclusive.

La nostra convinzione è che oltre ad essere un tutto inscindibile di soma, psiche e spirito, ogni essere umano è anche una entità unica e irripetibile, che va aiutata senza mai dover essere giudicata, con strumenti di volta in volta più utili alla sua guarigione, nella convinzione che ogni malattia è una occasione di crescita e di rivalutazione della intera esistenza¹¹.

¹¹ Elkana I.: *Antropologia della conoscenza*, Ed. Laterza, Bari, 1989.

Alla ricerca dell'oscillazione perduta: dalla Yuan Qi al Meccanismo Respiratorio Primario

di Cristina Aniello¹

Abstract

La perdita del naturale fluire delle cose genera stagnazione e quindi malattia. Obiettivo del terapeuta è di aiutare la persona a ritrovare la sua personale oscillazione che possiamo individuare nella Yuan qi in Medicina Cinese e nell'ascolto del Meccanismo Respiratorio Primario in osteopatia.

Lo studio vuole condividere le molteplici affinità che ho potuto osservare tra la medicina cinese e l'approccio osteopatico cranio-sacrale. Offerta una panoramica sui concetti base della filosofia osteopatica e messi a confronto con alcuni principi della Medicina Classica Cinese, è possibile osservare i molti punti di incontro tra le due medicine. Nasce così una riflessione sulla naturale integrazione dei due approcci, dal punto di vista teorico e pratico che sarà alla base di un lavoro di sperimentazione.

Parole chiave: oscillazione, terapia cranio sacrale, meccanismo respiratorio primario, yuan qi, meridiani straordinari, diaframmi.

Abstract

The therapist's objective is to help the person discover his own personal oscillation which can be located in the Yuan Qi in Chinese Medicine and in the listening of the Primary Respiratory Mechanism in osteopathy.

This study intends to share the many affinities which I have observed between Chinese medicine and the craniocervical approach in osteopathy. Presenting an overall view of the basic concepts of the philosophy of osteopathy and comparing them to some of the principles of Classic Chinese Medicine, it is possible to observe the many points in common between the two medicines.

This gives rise to a reflection of the natural integration of the two approaches from a theoretical and practical point of view, which will then be the basis for experimental work.

Key words: oscillation, craniocervical therapy, primary respiratory mechanism, yuan qi, extraordinary meridians, diaphragms.

¹ cristina.aniello78@gmail.com

*"L'unico vero viaggio verso la scoperta
non consiste nella ricerca di nuovi paesaggi,
ma nell'avere nuovi occhi"*

Marcel Proust, *Alla ricerca del tempo perduto*

INTRODUZIONE

In questo studio cercherò di spiegare le innumerevoli affinità che ho osservato tra la medicina cinese e l'approccio osteopatico con la cranio-sacrale.

Nella prima parte presenterò una panoramica sui concetti base dell'osteopatia al fine di metterli a confronto con alcuni principi della Medicina Classica Cinese. Evidenziati i molti punti di incontro saranno messi in relazione i grandi sistemi di entrambe: il Meccanismo Respiratorio Primario e la Yuan qi. Prende vita la riflessione sulla naturale integrazione dei due approcci, sia dal punto di vista teorico che pratico.

Nascono così delle considerazioni che potrebbero essere poste alla base di un lavoro di sperimentazione e di integrazione fra due approcci molto distanti fra di loro da un punto di vista temporale, ma molto vicini nella loro filosofia.

Presenterò tre proposte di lavoro di sperimentazione e concreta integrazione dei due approcci con descrizione di alcune manovre.

L'OSCILLAZIONE

Noi deriviamo da un suono, da quell'oscillazione, vibrazione, che poi, diventa Ming Men e attraverso il Triplice Riscaldatore (TR) si propaga nel corpo. *È il nostro modo di oscillare attraverso l'acqua*, il suono che ci ha generato nel momento in cui Jing e Yuan qi si sono incontrati.

Essenze Jing e spirito Shen sono indissolubilmente legati formando la coppia che nei testi classici è detta "spirito vitale", nei primi testi osteopatici si parla di "respiro della vita".

Partendo dal presupposto che per il 60% siamo fatti d'acqua si può pensare che le oscillazioni, le vibrazioni, i ritmi viaggino attraverso l'acqua. Ognuno di noi ha il suo modo di oscillare, proprio ed intrinseco, legato agli avvenimenti esterni ed interni, al nostro stato psico-fisico. Quando questa oscillazione viene perturbata si avrà una ripercussione su tutti gli altri ritmi dell'organismo.

Questa perturbazione, questo blocco si traduce nell'incapacità di continuare a cambiare, quindi nella malattia. Tale incapacità di cambiare corrisponde al "non movimento" alla restrizione del movimento, alla stasi.

Scopo del terapeuta sarà, chiedendo il permesso al corpo e rispettando i tessuti, di accompagnare il malato nella via della guarigione aiutandolo a ritrovare l'equilibrio, la sua oscillazione, la sua melodia interna. Tale oscillazione ancestrale ha una natura profonda, insita nel nostro essere, nei nostri tessuti, nelle circonvoluzioni più nascoste del corpo. La possiamo individuare nella Yuan qi se pratichiamo Medicina Cinese o la possiamo cogliere nell'ascolto del Meccanismo Respiratorio Primario se pratichiamo l'osteopatia. L'importante, il fine ultimo, sarà ritrovarla.

L'OSTEOPATIA E LA MEDICINA CINESE: FILOSOFIE A CONFRONTO

Uno dei postulati principali dell'osteopatia che il Dott. Andrew Taylor Still, fondatore della pratica osteopatica, usava per descrivere tale approccio era: *"L'osteopatia è un'arte, una scienza, una filosofia"*.

Un'arte, in quanto ogni individuo è unico e noi siamo gli artisti che andranno a lavorare su questo essere irripetibile; una scienza, in quanto basata sulla conoscenza della fisiologia e dell'anatomia; una filosofia che considera l'essere umano nella sua globalità di corpo e anima.

La filosofia osteopatica si basa sui seguenti principi:

- **Olismo**, tutte le parti del corpo sono interdipendenti le une dalle altre (muscolo, scheletro, visceri, biochimica, aspetto emozionale...);
- **Omeostasi**, il corpo possiede meccanismi autoregolatori che mantengono l'omeostasi intesa come continua ricerca dell'equilibrio, equilibrio interiore continuamente in movimento ed influenzato dal mondo interno ed esterno.

In particolare l'approccio cranio-sacrale sposa le seguenti nozioni:

- **Rispetto** dell'essere umano e dei tessuti;
- **Qualità e non quantità**, e nello specifico la qualità della nostra azione terapeutica;
- **Dosaggio**, abbiamo un potenziale di riposo che necessita di una eccitazione per diventare potenziale d'azione. La disfunzione provoca una stimolazione che eleva il potenziale a riposo ossia crea uno stato di facilitazione di base al quale basterà poco per creare una risposta. Sarà pertanto fondamentale saper dosare la nostra azione in presenza di tessuti disfunzionali;
- **Tecnica funzionale**, ragionare in base alla funzione e non solo alla struttura: nozione di interdipendenza di struttura-funzione;
- **Palpazione per la funzione e palpazione per la struttura**, la palpazione per la struttura e la palpazione per la funzione ci aiutano ad identificare la disfunzione. La palpazione per la funzione comporta l'utilizzo di test di ascolto e test di mobilità che ci danno informazioni inerenti la presenza o la restrizione di un movimento. Questo include l'apprezzamento non solo della mobilità articolare ma anche di tutte le tensioni tissutali. La palpazione per la struttura ci permette di apprezzare le differenze strutturali fra i vari tessuti inerenti la forma la posizione e la consistenza del tessuto

Approcciandomi allo studio della Medicina Cinese ho notato che molti di questi concetti fondamentali della terapia cranio sacrale trovano affinità con il pensiero della medicina cinese.

Nella seguente tabella ho messo a confronto alcuni dei principi cardine delle due filosofie

Osteopatia	Medicina Classica Cinese
L' MRP è proprio di ognuno di noi e riflette lo stato di salute psico-fisica	La vibrazione della yuan qi è caratteristica per ognuno di noi e legata al nostro stato di salute.
Concetto di rispetto dei tessuti	Chiedere permesso al malato
Il terapeuta/osteopata attraverso l'ascolto dei tessuti facilita la normalizzazione delle restrizioni e favorisce il ripristino del corretto fluire del ritmo respiratorio primario e quindi anche la ri-accensione del meccanismo auto correttivo. In particolare andrà ad agire al livello del cranio del sacro e dei diaframmi. Il momento dell'ascolto deve avvenire in un clima di rispetto della persona e dei tessuti, il terapeuta chiede il permesso al proprio paziente.	
Ascolto dei tessuti senza dare per scontato ciò che troverò	Approccio al paziente senza pregiudizi
Principio di auto guarigione	
Accompagnare i tessuti per ritrovare l'equilibrio	Accompagnare il paziente per ritrovare il suo equilibrio
Palpazione per la funzione seguendo i tessuti	Intenzione ritualizzata in MC
Nella stimolazione sia essa con gli aghi, con il Tuina o con una tecnica osteopatica sarà l'intenzione che ci metto a dare efficacia alla tecnica. In cranio sacrale nel momento in cui mi	

metto in ascolto e seguo i tessuti per sentire le restrizioni dovrò in primo luogo visualizzare dove mi stanno portando proiettandomi con la mente al livello superficiale o profondo qualsiasi esso sia. Una volta entrata in sintonia con i tessuti nel momento in cui decido di normalizzare, perché percepisco che i tessuti sono pronti, in un primo momento lavorerò solo con l'intenzione. Già solo immaginare ciò che vorrei ottenere mi porta ad attivare un micromovimento nelle mani (nonché un'attivazione della mia energia), quel tanto che basta per indurre la correzione. Questo avviene anche se sono a distanza della zona in disfunzione purché la mia intenzione sia rivolta là.

Un esempio può essere la cefalea da caduta sul sacro. Il pz viene per la cefalea e ricorda che è iniziata a seguito di una brutta caduta sull'osso sacro. Lavorerò sul sacro con l'intenzione di lavorare sulla cefalea al livello della testa consapevole che i due sono legati da una linea, un percorso che in osteopatia si chiama core link in MC si chiama meridiano. Inoltre utilizzare la palpazione per la funzione significa testare i tessuti e seguirli con la stessa raffinatezza con la quale cerco un punto di agopuntura. Una volta trovato seguendo i tessuti trovo la direzione e la profondità del punto. La stessa cosa vale nella valutazione di un meridiano, come menzionato nel Classico Interno, sono essenziali la Palpazione, la Pressione e il Sentire.

Dosaggio

È ciò che fa la differenza in un bravo terapeuta. Purtroppo tale nozione viene spesso trascurata o non presa in considerazione. La raffinatezza di un trattamento risiede nella capacità di sapersi adattare ai tessuti del paziente e di saper dosare esattamente la propria manovra sia in termini di pressione, di forza che di tempo. Sia che io metta la mano per una tecnica osteopatica o per una manovra di Tuina o per mettere un ago, dovrò saper dosare la mia azione in base alla risposta dei tessuti. Il rischio è di non farne abbastanza o di andare oltre ottenendo l'effetto contrario. Questo è particolarmente valido soprattutto quando vado ad agire al livello o in prossimità di strutture nervose. Basti pensare a cosa posso scatenare andando a stimolare in maniera inappropriata il Sistema neurovegetativo.

Il vuoto

Fare il vuoto intorno a sé per poter percepire il nostro suono e la nostra frequenza, il nostro MRP, la nostra yuan qi. Un vuoto inteso come punto di equilibrio, come l'idea che il colore bianco evocava a Kandinsky come lo Still Point che si ricerca in osteopatia, come l'immobilità intesa come massima espressione di movimento.

(Still point come se tutti i pendoli del corpo si mettono allo stesso punto. L'idea che non ci sia più un movimento. Ma con un ascolto profondo si percepisce qualcosa di lontano).

PROPOSTA DI LAVORO

Da una breve descrizione dei punti in comune si evince la grande affinità di questi due approcci. Abbiamo due strumenti o meglio due arti nelle nostre mani, che con delicatezza e raffinatezza che caratterizza un artista potremmo utilizzare affinché uno aiuti l'altro e ne amplifichi gli effetti.

Primo obiettivo sarà lavorare sul corpo per normalizzare le disfunzioni, togliere le restrizioni al fine di favorire ancor di più la circolazione energetica. Aiutare il corpo a ritrovare il proprio MRP la propria oscillazione sarà il nostro fine ultimo. Ridare gli strumenti necessari al corpo per continuare a fluire, cambiare e trasformarsi nell'arco della vita.

Se per Sutherland l'MRP era il respiro primario, il respiro della vita, per la MCC non è forse la Yuan qi?

Questa proposta di lavoro prende corpo dalle molteplici riflessioni e similitudini esposte fin'ora. Dopo aver integrato le filosofie alla base della CS e della MCC, il mio sforzo sarà indirizzato ad integrarne le arti.

Le proposte di lavoro e di integrazione che vorrei effettuare sono le seguenti:

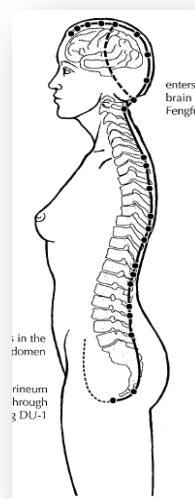
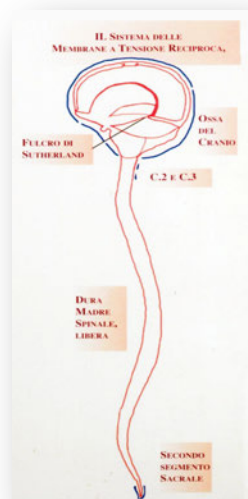
1. Fase di ascolto: valutare se e come l'intervento dell'agopuntore modifica il MRP. Il terapeuta effettua un ascolto del cranio del paziente (prendiamo il cranio come esempio in quanto struttura dove si percepisce maggiormente l'MRP), il medico agopuntore mette gli aghi, il terapeuta valuta come si modifica il MRP rifacendo un ascolto.
2. Fase di lavoro di integrazione della CS con l'agopuntura: l'idea è che venga agevolato il flusso energetico, anche in profondità, attraverso l'azione sull'MRP. Dopo che entrambi gli operatori hanno effettuato la loro valutazione il terapeuta lavora sul MRP durante la seduta di agopuntura. In tale modo potrà lavorare sulle restrizioni siano esse strutturali che funzionali dei vari tessuti ai fini di aumentare gli effetti degli aghi. Tale lavoro può essere proposto su qualsiasi zona del corpo, l'idea sarà di iniziare a lavorare mettendo in relazione i grandi sistemi, come le meningi e il MRP e i meridiani curiosi e la yuan qi. In seguito con la stessa logica si potrà lavorare su qualsiasi zona del corpo in base alla diagnosi effettuata.
3. Fase di lavoro di integrazione della CS con il Tuina: individuare la zona di restrizione e sbloccarla con la CS per preparare la strada al Tuina e al riequilibrio energetico. Questo dovrebbe portarci ad avere risultati più rapidi e più stabili nel tempo. Queste ipotesi saranno da verificare sperimentandole nella pratica.

Questo lavoro potrà inoltre essere proposto sui neonati (dovremmo avere risultati ancora più interessanti) e bambini adattando le varie manovre e tecniche in base all'età del piccolo paziente.

DUE PROPOSTE DI APPLICAZIONE PRATICA E DI INTEGRAZIONE

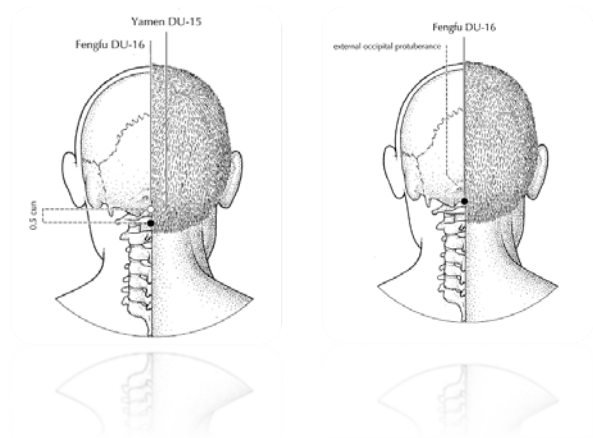
Lavoro con la cranio sacrale sui punti di inserzione della dura madre e sul VG

- È interessante notare che 4VG e 14 VG corrispondono ad L2 e C7 ossia ai punti cerniera delle curve secondarie.
- Queste due zone meritano una particolare attenzione in quanto nella pratica clinica sono quelle più soggette ad algie. Non a caso sono lo specchio dei dolori della società moderna (Yuen 1998).
- Nel Du Mai si stratificano le esperienze dell'individuo, la sua crescita e i traumi che la arrestano (scala della vita).



Punti d'inserzione della dura madre e punti del Du Mai

Nella pratica della cranio sacrale è fondamentale valutare la cerniera C0-C1-C2 ed eventualmente liberarla prima di procedere nel lavoro sulle cervicali inferiori, ossia la zona tra VG 15 e VG 16



Preso a culla: lavoro con la cranio-sacrale su VG15 e VG16

Lavoro sui tre diaframmi in CS e le Finestre del Cielo, il Diaframma e le Porte della Terra in MCC

Nel concetto osteopatico parliamo principalmente di *core link* e *catena muscolo-fasciale* come elementi che mettono in relazione le tre cavità, pelvica, toracica e craniale.

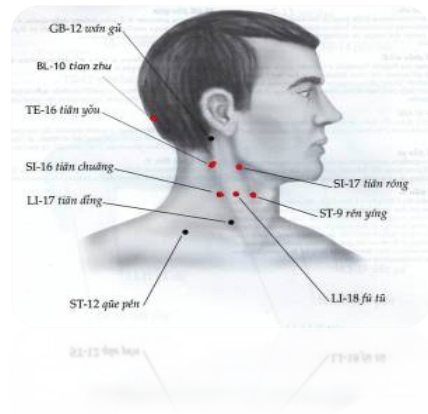
In MCC parliamo dei 5 pilastri che sorreggono le tre cavità attraverso la mediazione del Du mai.

I meridiani sono come la rete del tessuto connettivo che avvolge e mette tutto in relazione, rispondendo a stimoli meccanici (aghi e mani) trasformandoli in segnali biochimici o bioelettrici, trasmettendoli a distanza.

Il lavoro che ho pensato di proporre sui tre diaframmi è rappresentato dall'integrazione di:

- Un lavoro fasciale che liberi le tre cavità da eventuali restrizioni e dia libero accesso al fluire dell'energia
- Un lavoro manuale con il tuina al livello delle PT, diaframma e FC
- Un'azione attraverso gli aghi sui punti delle suddette strutture
- Tutte queste azioni integrate fra di loro avranno un effetto molto potente su tutto il sistema energetico ed in particolare le manovre manuali osteopatiche possono essere viste come preparatorie ad un lavoro sui meridiani straordinari.





Lavoro sulle finestre del cielo



Lavoro sul diaframma



Lavoro sulle porte della terra

CONCLUSIONI

Questo lavoro intende mettere delle basi per ora più teoriche che pratiche al fine di poter sviluppare un approccio integrato fra varie modalità di lavoro. L'idea è di riuscire a lavorare su di un substrato comune partendo da presupposti diversi ma che hanno come obiettivo in comune preservare o ritrovare lo stato di salute attraverso il corretto fluire.

Attraverso un approccio così integrato emerge un vantaggio di natura pratica da non trascurare: la possibilità di velocizzare i tempi di trattamento rendendo quest'ultimo più accessibile al livello economico con risultati più duraturi nel tempo.

Bibliografia essenziale

- Sergueef N. Ostéopathie pédiatrique Elsevier Masson 2007
- Sergueef N. Anatomie fonctionnelle appliquée à l'ostéopathie Elsevier Masson 2009
- Sergueef N. Co, C1, C2, données physiologiques et normalizations Spek 2002
- Sergueef N. L'Ostéopathie pour les patients de plus de 50 ans Elsevier Masson 2015
- Sergueef N. L'Odissea dell'Iliaco GLM Ed. Marrapese 2002
- Bottalo F. Brotzu R. Fondamenti di medicina tradizionale cinese Xenia edizioni 1999
- Crespi L, Ercoli P., Vito M. Ercoli P(a cura di). "Manuale di Tuina Casa Editrice Ambrosiana 2011

- Wang Ju-Yi, Robertson J. D. "La teoria dei canali in medicina cinese" Casa Editrice Ambrosiana 2013
- Corradin M., Di Stanislao C., Parini M. (a cura di) "Medicina tradizionale cinese per lo shiatsu e il tuina" Casa Editrice Ambrosiana 2011
- Simongini E., Bultrini L. (a cura di) Le lezioni di Jeffrey Yuen Volume 1: I meridiani tendono-muscolari; i meridiani distinti." Edizione AMSA 1998. 2 a edizione 2014.
- Simongini E., Bultrini L. (a cura di) Le lezioni di Jeffrey Yuen Volume 3: I visceri curiosi. L'invecchiamento." Edizione AMSA 2002
- Lucentini L. "Finestre del Cielo e Porte della Terra: una via per la trasformazione"
- Tesi di Diploma in Medicina Cinese e Agopuntura Anno Accademico 2013-2014
- Nelson KE, Sergueef N., Lipinski CM, Chapman AR, Glonek T. Cranial rhythmic impulse related to The Traube-Hering-Mayer oscillation : comparing laser Doppler flowmetry and palpation. J Am Osteopath Assoc 2001

Sitografia

- www.craniosacrale.it

Ipotesi e proposte di trattamento dei 5 Movimenti utilizzando i principi fitoterapici occidentali

di Alfredo Capozucca¹

Abstract

Dopo una introduzione in cui vengono esposte le più diffuse modalità di trattamento dei 5 movimenti (stile giapponese, stile coreano e stile Ming), con particolare riferimento al Nan Jing e al periodo storico in cui ebbero luce, viene presentato un modello fitoterapico con l'intenzione di ipotizzare delle formule erboristiche impiegabili parallelamente (o alternativamente) alle tecniche esterne nel trattamento dei 5 movimenti.

Parole chiave: 5 movimenti, Nan Jing, modello fitoterapico, stile giapponese, stile coreano, stile Ming.

Abstract

After an introduction to explain the most known 5 elements' treatment styles (japanese, corean, Ming), with particular reference to the Nan Jing and the historical period in which they appeared, it is presented a phytoterapic model with the intention to assume the herbal formulas that can be used in parallel with (or without) the external techniques in the treatment of 5 movements.

Key words: 5 elements, Nan Jing, phytoterapic model, japanese style, corean style, Ming style.

¹ zosogo@live.it

CONTESTO STORICO-CULTURALE

Il testo classico che costituisce la base di tutte le teorie sviluppatesi successivamente riguardo i 5 movimenti è senza dubbio il *Nan Jing* (classico delle difficoltà), risalente al periodo degli stati combattenti (attorno al III-IV secolo a.c.)¹.

Durante il periodo Song la Cina venne invasa prima dai Tartari e dopo dai Mongoli. La manifesta incapacità difensiva dell'impero spinse alla riflessione e all'autocritica riguardo la politica e quindi anche filosofia e medicina, con l'affermazione del neo-confucianesimo. L'antica tradizione dello *Shan Han Lun* venne quindi messa in discussione e dopo il periodo Song, nel periodo Jin-Yuan, la capitale diventò Nanchino (Nan Jing) e il popolo cinese si spostò più a sud. In questi anni si svilupparono alcune teorie sui 5 movimenti che si sarebbero diffuse in Giappone, in Corea e in Europa.

Nel successivo periodo Ming, dopo la definitiva cacciata dei Mongoli, ebbe luogo uno spiccato isolamento politico della Cina, nel cui contesto risorse la tradizione classica dello *Shan Han Lun* (scuola Wan Bing), di cui non si trova traccia né nell'agopuntura giapponese né in quella coreana, a causa dell'isolamento politico dell'epoca¹.

STILE GIAPPONESE

Si tratta dello stile "madre-figlio", il primo e più diffuso modello di trattamento dei 5 movimenti, illustrato per la prima volta nel *Nan Jing*. Nella 69^a difficoltà si legge: "In caso di deplezione riempi il rispettivo vaso-madre. In caso di abbondanza drena il rispettivo vaso-figlio. Si deve prima riempire e dopo drenare". In realtà, secondo alcuni autori (Van Nghi, Sciarretta, Kespi), solo in caso di pienezza interna si deve disperdere attraverso il figlio: in caso di pienezza esterna si deve disperdere attraverso il ciclo di inibizione², ma qui ci si attiene al *Nan Jing*. Continua: "La rimozione di una malattia dei vasi, nel caso in cui non c'è né deplezione né abbondanza, è corretta se un vaso si è ammalato per conto suo, piuttosto che se fosse il risultato del danno causato dall'energia cattiva trasmessa da un altro vaso. In tal caso si deve selezionare per la cura solo il vaso interessato".

Ad esempio in caso di vuoto del Fuoco, in agopuntura o massaggio si dovrà tonificare il punto Jing distale del meridiano del Cuore, che corrisponde al Legno (madre del Fuoco); in caso di pienezza del Fuoco si dovrà disperdere il punto Shu del meridiano del Cuore, che corrisponde alla Terra (figlio del fuoco). In caso di disequilibrio (es. deficit di Fegato con eccesso di Vescica Biliare) si tratterà con tecnica neutra il punto Jing distale del meridiano del Fegato, che corrisponde al Legno, e il punto Shu del meridiano della Vescica Biliare, che corrisponde al Legno.

In caso di presenza contemporanea di un eccesso e un difetto (in due elementi diversi) si deve prima tonificare e poi disperdere (nel periodo Song la Cina è invasa dai barbari ed è fondamentale ricompattare la forza interna prima di poter combattere il nemico): il *Nei Jing* invece dà l'indicazione contraria (in quel periodo l'impero è in espansione e si preoccupa soprattutto delle difese, si sta costruendo la grande muraglia cinese)¹.

In sintesi:

- **In caso di DEFICIT:** tonificare la madre.
- **In caso di ECCESSO:** disperdere il figlio.
- **In caso di DISEQUILIBRIO:** armonizzare l'elemento interessato.

STILE COREANO

L'assunto di base di questa teoria è che per ogni deficit ci deve essere anche un eccesso, quindi in ogni terapia è sempre necessario sia tonificare che disperdere. Di nuovo, prima si tonifica e poi si disperde¹.

- **In caso di DEFICIT:** tonificare la madre e disperdere il nonno.
- **In caso di ECCESSO:** tonificare il nonno e disperdere il figlio.

STILE MING

E' il più complesso ed è tipicamente cinese, sviluppatosi durante la dinastia Ming.

Il concetto fondamentale della teoria dei 5 movimenti è che il corpo, capace di curarsi da solo, sposta la patologia da un organo a un altro aspettando che uno di essi riesca a risolverla. Quindi se la malattia si manifesta in un organo, secondo questo stile, è inutile trattare direttamente quell'organo, perché se fosse stata una strada percorribile il corpo l'avrebbe già percorsa da sé. Il trattamento si deve invece rivolgere agli organi limitrofi.

Sono utilizzati nella pratica 5 principi terapeutici (5 non a caso): pacificare, controllare, depurare, sottomettere, generare¹. Sempre prima tonificare.

- **PACIFICARE:** si applica quando ci sono un eccesso e un deficit in due elementi diversi. Bisogna armonizzare l'elemento denominatore comune tra due elementi interessati, che può essere nel ciclo di generazione o di controllo; poi si tonifica la controparte dell'elemento in eccesso e si disperde la controparte dell'elemento in deficit. Se il comune denominatore è stato scelto con il ciclo di controllo le controparti vanno selezionate seguendo il ciclo di generazione e viceversa.
- **CONTROLLARE:** si applica quando si verifica un singolo eccesso. Si deve tonificare il nonno e il nipote, disperdere il figlio e la madre.
- **DEPURARE:** si applica in caso di due eccessi contemporanei. Si tonificano i nonni dei due elementi in eccesso e se ne disperdono i figli.
- **SOTTOMETTERE:** si applica se c'è all'interno dello stesso elemento deficit ed eccesso in contemporanea (es. vuoto nell'organo e pieno nel viscere). Bisogna tonificare la madre (es. organo) e disperdere il figlio (es. viscere).
- **GENERARE:** si applica a quadri di singolo deficit. Si tonificano gli altri 4 elementi¹.

MODELLO FITOTERAPICO

Il trattamento con le tecniche esterne secondo i modelli appena descritti si avvale, com'è noto, dell'utilizzo dei punti Shu antichi e delle varie tecniche di tonificazione e dispersione attraverso aghi, moxè e massaggio.

Volendo invece utilizzare la fitoterapia, si ha necessità innanzitutto di selezionare per ogni elemento una pianta (o una formula) tonificante, una disperdente e una armonizzante. Si tratta evidentemente di un'approssimazione, una prima indicazione generale, che andrebbe poi oculatamente aggiustata a seconda del caso specifico. Tuttavia, ecco un possibile schema, accompagnato da alcune brevi note riguardo le indicazioni di ogni pianta:

- **LEGNO:**
 - tonificare:** *Sylibum Marianum* (vuoto di yin e sangue del Fegato³);
 - disperdere:** *Hamamelis Virginiana* (eccesso di yang⁴, stasi di sangue con segni pelvici³ o parestesie⁵). Negli uomini è meglio utilizzare l'equivalente *Aesculus Hippocastanum*³);

-armonizzare: *Taraxacum Dens Leonis* (liberazione di vento per vuoto di sangue³) + *Rosmarinus Officinalis* (alterazioni dello Hun, stasi di Qi⁴) + *Lavandula Officinalis* (eccesso di yang⁴, disforia⁵).

- **FUOCO:**

-tonificare: *Rosa Canina* (vuoto di yang di Cuore con profonda chiusura: Fuoco spento⁵, vuoto di yin⁴);

-disperdere: *Melilotus Officinalis* (fuoco di Cuore con tristezza, ipocondria⁴) + *Salix Alba* (eccesso di yang con incubi e palpitazioni notturne³);

-armonizzare: *Passiflora Incarnata* (fuoco di Cuore che invade il Tai Yang, turbe dello Shen⁵ e del sonno³).

- **TERRA:**

-tonificare: *Mentha Piperita* (vuoto di Qi di Milza⁴) + *Anthemis Nobilis* (vuoto di sangue di milza⁴);

-disperdere: *Fumaria Officinalis* (umidità-calore³, Tan sottili⁵) + *Agrimonia Eupatoria* (Tan calore addominali e toracici, fuoco di Stomaco³);

-armonizzare: *Erythraea Centaureum* (vuoto di yang di Milza, turbe dello Yi, umidità-calore³).

- **METALLO:**

-tonificare: *Malva Officinalis* (vuoto di yin con secchezza⁴) + *Urtica Urens* (mancata diffusione di sangue per vuoto di Qi⁴);

-disperdere: *Tussilago Farfara* (freddo e Tan del Polmone, mancato abbassamento del Qi³) + *Eucalyptus Globosus* (umidità-calore nel Metallo⁴);

-armonizzare: *Althaea Officinalis* (vuoto di Qi⁴, calore e secchezza³) + *Borragio Officinalis* (vuoto di yin, vento-freddo⁴, vento-calore, tristezza³).

- **ACQUA:**

-tonificare: *Solidago Virga Aurea* (vuoto di yang di Rene, vuoto dello Zhi⁵) + *Equisetum Arvensis* (vuoto di jing e di yin⁴);

-disperdere: *Capsella Bursa Pastoris* (eccesso di yang⁴) + *Salix Alba* (eccesso di fuoco per vuoto di yin³);

-armonizzare: *Calluna Vulgaris* (mancata comunicazione tra yin e yang³).

È inoltre opportuno mettere in campo alcune considerazioni riguardo le diverse possibili formulazioni da impiegare. In linea generale:

- gli estratti fluidi (**EF**) impattano sul Legno;
- le tinture madri (**TM**) impattano sul Fuoco;
- gli estratti secchi, capsule, opercoli, polveri (**ES**) impattano sulla Terra;
- gli estratti acquosi, macerati, decotti e infusi (**EA**) impattano sul Metallo;
- i macerati glicerici (**MG**) impattano sull'Acqua⁵.

Inoltre gli ES hanno natura fredda e nuocciono all'Acqua; le TM sono calde, nuocciono al fuoco e drenano l'umidità; invece gli EA sono da evitare in caso di umidità o Tan, mentre sono indicati in presenza di fuoco; i MG sono freschi e nuocciono al metallo⁵.

ESEMPI CLINICI

Gettate le basi necessarie, ora passiamo all'illustrazione di qualche esempio per meglio comprendere come applicare questi schemi. Per ogni esempio verrà proposta una terapia in linea con il modello giapponese, una in linea con il modello coreano e una con il modello Ming.

CASO 1: deficit dell'Acqua

Stile giapponese

Essendo in presenza di un singolo deficit, sarà necessario tonificare la madre dell'elemento in deficit (in questo caso il Metallo, madre dell'Acqua). Dato che questo modello, in agopuntura, predilige trattare direttamente l'organo in deficit (tonificando il punto madre del meridiano coinvolto), useremo la formula di tonificazione del Rene (*Solidago Virga Aurea* + *Equisetum Arvensis*). Per indirizzare l'azione di tonificazione al metallo (tropismo sul punto Metallo del meridiano Rene) sceglieremo la formulazione in EA (che impatta sul Metallo).

EA *Solidago Virga Aurea* 50% + *Equisetum Arvensis* 50%.

Stile coreano

Questo modello, a differenza del giapponese, tende maggiormente, in agopuntura, a impostare un trattamento sugli organi limitrofi a quello interessato, il cui meridiano viene comunque punto. Dunque, in presenza di deficit dell'Acqua si dovrà tonificare il Metallo (madre dell'Acqua) e disperdere la Terra (nonno dell'Acqua). Per tonificare il Metallo si utilizzerà *Malva Officinalis* + *Urtica Urens*, cui aggiungeremo *Fumaria Officinalis* + *Agrimonia Eupatoria* per disperdere la Terra. Per indirizzare il tropismo della formula sull'acqua sceglieremo la formulazione in MG (l'impatto negativo del MG sul Metallo sarà neutralizzato dall'azione tonificante a tale livello della formula). Volendo semplificare e riassumere (forse troppo) potremmo cercare una pianta in grado sia di tonificare il Metallo che di disperdere la Terra. Questa è il *Thymus Vulgaris*, che disperde l'umidità e rinfresca il TR medio (disperde la Terra), tonifica il Metallo e oltretutto agisce in senso incretino a livello surrenalico³ (tropismo sull'Acqua).

MG *Thymus Vulgaris*.

Stile Ming

Secondo questo modello si applica il principio "generare": si dovrà tonificare tutti gli elementi eccetto l'Acqua. Dovremmo quindi utilizzare insieme le formule tonificanti di Legno, Fuoco, Terra e Metallo. Oppure sceglieremo una pianta capace da sola di tonificare questi 4 elementi. Si tratta dell'*Angelica Archangelica*, pianta attiva a vari livelli, contemporaneamente stimolante e antispasmodica, tonifica principalmente il sangue del Fegato, ma ha anche azione tonica su Fuoco, Terra e Metallo⁶. Per "informare" una pianta così polivalente del problema che la invieremo a trattare (deficit dell'Acqua) sarà probabilmente opportuno scegliere il MG.

MG *Angelica Archangelica*.

CASO 2: eccesso della Terra

Stile giapponese

In caso di singolo eccesso si dovrà disperdere il figlio, in questo caso il Metallo. Useremo la formula disperdente della Terra in EA che impatta sul Metallo, o in TM se ci fosse umidità, o in MG per accentuare la dispersione del Metallo.

EA/TM/MG *Fumaria Officinalis* 50% + *Agrimonia Eupatoria* 50%.

Stile coreano

Secondo questo modello dovremo tonificare il Legno (nonno) e disperdere il Metallo (figlio). Si sceglierà la formulazione in ES per indirizzare il tropismo sulla Terra (l'ideale sarebbero linfe e sciroppi che disperdono la Terra⁵).

ES *Sylibum Marianum* 50% + *Tussilago Farfara* 25% + *Eucalyptus Globosus* 25%.

Stile Ming

In caso di singolo eccesso si applicherà il principio **"controllare"**: si dovrà tonificare Legno (nonno) e Acqua (nipote), e disperdere Fuoco (madre) e Metallo (figlio). Una pianta che sa tonificare Legno e Acqua e nel contempo disperde il Fuoco³ si chiama *Achillea Millefolium*. A questa aggiungeremo la formula di dispersione del Metallo. Sceglieremo l'ES per indirizzare il tropismo sulla Terra.

ES *Achillea Millefolium* 70% + *Tussilago Farfara* 15% + *Eucalyptus Globosus* 15%.

CASO 3: deficit dell'Acqua ed eccesso del Legno

Stile giapponese

Sarà necessario tonificare il Metallo (madre dell'Acqua) e disperdere il Fuoco (figlio del Legno). Useremo Solidago ed Equiseto, cui aggiungeremo Amamelide. Sceglieremo l'EA per indirizzare il tropismo sul Metallo e per avere un'azione disperdente sul Fuoco.

EA *Solidago Virga Aurea* 25% + *Equisetum Arvensis* 25% + *Hamamelis Virginiana* 50%.

Stile coreano

Per trattare il deficit dell'Acqua teniamo buono come precedentemente detto il MG *Thymus Vulgaris*. Per l'eccesso del Legno si dovrà tonificare il Metallo (nonno) e disperdere il Fuoco (figlio). Per uscire nuovamente dagli schemi descritti e riassumere queste due azioni in una sola pianta, possiamo usare la *Pulmonaria Officinalis*, che tonifica il Qi del Polmone e il Po⁴ e disperde lo yang in eccesso a livello del Fuoco³. Sceglieremo l'EA che sostiene il Metallo e disperde il Fuoco.

MG *Thymus Vulgaris*; EA *Pulmonaria Officinalis*.

Stile Ming

Trattandosi della presenza di un eccesso e un deficit contemporanei, si utilizzerà il principio **"pacificare"**. Innanzitutto dobbiamo individuare il denominatore comune tra Acqua e Legno. In questo caso lo troviamo seguendo il ciclo di controllo (si deve fare riferimento a un solo ciclo per individuare il denominatore): si tratta della Terra, nonno dell'Acqua e nipote del Legno. Dovremo quindi armonizzare la Terra. Ora si devono cercare le controparti di Legno e Acqua seguendo il ciclo di generazione, visto che il denominatore comune è stato trovato sul ciclo di controllo. Dunque avremo che la controparte del Legno è il Fuoco, che andrà tonificato, mentre la controparte dell'Acqua è il Metallo, che andrà disperso. Per non ricorrere allo schema generale, troviamo una pianta capace di tonificare il Fuoco, disperdere il Metallo e armonizzare la Terra: la *Melissa Officinalis* possiede tutte queste caratteristiche³⁻⁴⁻⁵. Sceglieremo la formulazione in ES, che impatta sulla Terra, l'elemento da armonizzare, visto che il principio terapeutico che stiamo seguendo è "pacificare".

ES *Melissa Officinalis*.

CASO 4: eccesso di Legno e Fuoco

Stile giapponese

Bisognerà disperdere Fuoco (figlio del Legno) e Terra (figlio del Fuoco). Useremo la formulazione ES, visto che gli eccessi di Legno e Fuoco spesso portano a calore e gli ES sono di natura fredda e impattano sulla Terra⁵.

ES *Hamamelis Virginiana* 50% + *Salix Alba* 25% + *Melilotus Officinalis* 25%.

Stile coreano

Per trattare l'eccesso del Legno si tonificherà il Metallo (nonno) e si disperderà il Fuoco (figlio). Per l'eccesso del Fuoco si tonificherà l'Acqua (nonno) e si disperderà la Terra (figlio). Per l'eccesso del Legno utilizzeremo

dunque, come in precedenza, la Pulmonaria in EA; per l'eccesso del Fuoco si può impiegare invece *Hieracium Pilosella*, che tonifica l'Acqua e disperde la Terra (soprattutto calore allo Stomaco)³, e che useremo in ES (azione disperdente sul Fuoco).

EA Pulmonaria Officinalis; ES Hieracium Pilosella.

Stile Ming

In caso di due eccessi contemporanei si dovrà applicare il principio "**depurare**": tonificare Metallo e Acqua (nonni degli elementi in eccesso) e disperdere Fuoco e Terra (figli degli elementi in eccesso). Sono le stesse indicazioni del modello coreano, ma mentre chi pratica quel modello tende ad affrontare un eccesso alla volta (infatti abbiamo scelto due formule separate per i due eccessi), chi pratica lo stile Ming pensa prima a tonificare e poi a disperdere. Quindi tonificheremo Acqua e Metallo con le rispettive formule che impiegheremo in EA. Successivamente disperderemo Fuoco e Terra. Una pianta che assolve eccellentemente al compito è *Tilia Tomentosa* (eccesso di Yi³, fuoco di Cuore⁴). Scegliremo l'ES per disperdere il fuoco.

EA Solidago Virga Aurea 25% + Equisetum Arvensis 25% + Malva Officinalis 25% + Urtica Urens 25%; ES Tilia Tomentosa.

CASO 5: deficit ed eccesso (disequilibrio) del Legno

Stile giapponese

Secondo il modello giapponese si dovrà armonizzare il Legno. Scegliremo la formula armonizzante e la impiegheremo in EF che impatta sul Legno.

EF Taraxacum Dens Leonis 50% + Rosmarinus Officinalis 25% + Lavandula Officinalis 25%.

Stile coreano

Si procederà col trattare prima il vuoto, tonificando l'Acqua (madre) e disperdendo il Metallo (nonno); successivamente si disperderà l'eccesso, tonificando il Metallo e disperdendo il Fuoco (figlio). Anziché prima tonificare e poi disperdere il Metallo, possiamo semplicemente armonizzarlo. Una pianta capace di tonificare l'Acqua e disperdere il Fuoco al tempo stesso è la *Lactuca Virosa* (vuoto di yin o yang di Rene, agitazione dello Shen con disturbi del sonno⁵); essendo una pianta ricca di alcaloidi potenzialmente dannosi la si può sostituire, soprattutto per le giovani donne, con *Betula Alba*, che tonifica l'Acqua e disperde il Fuoco³. Formulazione in EF.

EF Betula Alba 50% + Althaea Officinalis 25% + Borrago Officinalis 25%.

Stile Ming

Sarà utile il principio "**sottomettere**": si tonificherà l'Acqua (madre) e si disperderà il Fuoco (figlio). Inoltre, se ad esempio il vuoto è nello yin e l'eccesso nello yang, si tonificherà la madre sul suo meridiano yin (Rene) e si disperderà il figlio sul suo meridiano yang (Piccolo Intestino o Triplice Riscaldatore)¹. La Lattuga Velenosa, oltre a tonificare la loggia Acqua nella sua globalità, stimola il sistema nervoso parasimpatico, che in medicina cinese corrisponde proprio al Triplice Riscaldatore⁵.

EF Lactuca Virosa.

CONCLUSIONI

In questo lavoro si è cercato di gettare le basi per un'impostazione fitoterapica alternativa al modello degli Zhang Fu, il più utilizzato (se non l'unico) in fitoterapia energetica. Questi schemi necessitano di verifiche cliniche per valutarne la reale efficacia. Invito per tanto chiunque voglia iniziare a mettere in pratica questo modello, anche parallelamente ad agopuntura o massaggio, a riferirmi dei risultati, positivi o negativi che siano. Grazie per la collaborazione.

Dott. Alfredo Capozucca

e-mail: zosogo@live.it

cell: 3403429966

Bibliografia

- Simongini E., Bultrini L., Il Nan Jing: studio n.1-Le lezioni di Jeffrey Yuen, policopie AMSA, Roma 2013.
- Corradin M., Di Stanislao C., Parini M., Medicina Tradizionale Cinese per lo Shiatsu e il Tuina, Milano 2001.
- Di Stanislao Carlo, Paoluzzi L., Phytos, Terni 1990.
- Di Stanislao C., Brotzu R., Simongini E., Fitoterapia energetica con rimedi occidentali, aromoterapia e floriterapia secondo i principi della medicina cinese, policopie, AMSA 2012.
- Di Stanislao C., Dispense del corso di "Fitoterapia energetica e costituzionale", policopie AMSA, Roma 2013.
- Paoluzzi L., Phytos e Jing, Terni 2013.

Meridiani curiosi e pianeti: un collegamento sulla base di simbologia e mito

di Francesca Modolo

Abstract

Mitologia e simbolismo sono le vie attraverso le quali si possono evidenziare alcuni collegamenti tra i singoli meridiani curiosi e i pianeti.

Parole chiave: meridiani curiosi, pianeti, mitologia.

Abstract

Mythology and symbolism are the ways through which we can highlight the link between extraordinary channels and planets.

Key words: extraordinary channels, planets, mythology.

Dopo aver riflettuto da un punto di vista numerologico sulla possibilità di collegare la medicina cinese classica e l'astrologia occidentale, consideriamo ora i singoli parallelismi tra i meridiani curiosi e pianeti.

Per analizzare queste associazioni, faremo riferimento prima di tutto all'aspetto mitologico, perché permette l'emergere di dettagli e sfumature che possono essere poi ricercate nelle descrizioni delle tipologie e delle caratteristiche dei diversi meridiani.

Inoltre non va dimenticato che, se ragioniamo sulla base di archetipi, il collegamento tra i pianeti e l'aspetto mitologico è pressoché diretto.

A questo proposito, Arroyo scrive:

"La religione e la mitologia comparate sono discipline che chiaramente guardano ad un'unità costante per tutta la vita [...] C.G Jung ha mostrato al di là di ogni dubbio che i principali agenti che stimolano la vita della psiche di un individuo e che tutti i generali schemi psicologici di intere culture sono manifestazioni di fattori 'archetipici' della psiche umana. Jung chiama questo substrato 'inconscio collettivo' e descrive gli archetipi come principi universali che caratterizzano tutta la vita psicologica, individuale e collettiva. Sia nell'astrologia che nella mitologia, questi principi universali costituiscono il principale campo di studio e si differenziano per il fatto che, mentre la mitologia mette in rilievo le *manifestazioni* culturali degli archetipi in vari modi, l'astrologia utilizza come suo linguaggio i *principi archetipici stessi* per comprendere le forze fondamentali che agiscono sia nella vita individuale che in quella collettiva."¹

Se quindi i pianeti possono essere considerati come veri e propri principi archetipici, questo li rende particolarmente difficili da interpretare in modo "diretto". Per questo, nell'analisi, cercheremo di riflettere partendo per lo più dalla loro "manifestazione" e quindi, dal mito affiancando a questo l'interpretazione simbolica.

A questo si aggiunge la riflessione che, se l'archetipo risiede in una dimensione oltre lo spazio-tempo e quindi si può accedere ad esso prescindendo dal luogo, dall'epoca e dalla cultura di appartenenza e se il suo significato profondo viene "travestito" sulla base del contesto culturale di riferimento, nulla ci vieta di ipotizzare che una delle sue modalità di "discesa" sia proprio legata alla definizione di un meridiano curioso. Non tanto o non solo nella definizione del suo percorso, quanto nel complesso insieme di significati e caratteristiche che esso porta con sé.

DU MAI-SOLE

Questa associazione è probabilmente una delle più intuitive, anche per coloro che non conoscono l'astrologia.

Apollo come Dio che durante il giorno (periodo *yang*) conduce il Sole, espressione estrema dello *yang*, lungo tutta la volta celeste e che la notte (periodo *yin*) si ferma a riposare, può essere facilmente associato al meridiano considerato la *summa* di tutto la *yang* del corpo, il *du mai*.

L'associazione con ciò che in medicina cinese viene associato allo *yang*, come l'espansione e il dinamismo viene sottolineata anche dal simbolo stesso del Sole.

Come scrive Sicuteri infatti, "il geroglifico del Sole è un cerchio con un punto centrale. Circonferenza e centro; cioè fonte ed espansione. Il grafico è analogo al cerchio zodiacale, quindi il concetto racchiuso è estremamente dinamico. Il concetto geometrico del cerchio racchiude anch'esso un principio energetico, dove i raggi emergenti dal centro si allontanano verso la circonferenza con identica energia."²

Platone descriveva questo Dio come l'astro che fa conoscere le leggi fondamentali della Repubblica e scrive che spetta a Helios-Apollo dettare le più giuste, le più importanti fra le leggi perché è l'interprete della tradizione e sa guidare il genere umano.

Significato non molto diverso ha l'ideogramma di *du*, che nel Dizionario Ricci viene interpretato come "sorvegliare, controllare, dirigere, rimproverare, correggere, generale, governatore, viceré"³. L'ideogramma è

¹ Arroyo S. *L'Astrologia e i quattro elementi*, Astrolabio., Roma 1988, pp 37-38.

² Sicuteri R., *Astrologia e mito*, Astrolabio, Roma 1978, p.126.

³ Di Stanislaw C et al., *Visceri e Meridiani Curiosi*, Casa Editrice Ambrosiana, Milano 2012, p.168.

composto di tre parti nelle quali sono racchiuse una nozione di sguardo (l'occhio) e la mano che governa (la destra), con l'occhio che controlla che tutto vada bene.

Questo meridiano inoltre è considerato ciò che nell'uomo simboleggia il governo, la regola, la responsabilità, la razionalità.

Il Sole rappresenta il centro dell'uomo, il nucleo vitale della personalità. Da sempre è stato considerato il principio maschile (ritorna il legame con lo *yang*), in coppia con la Luna, che rappresenta invece il principio femminile. Se la Luna è *imago matris*, il Sole è *imago Dei*, colui che sostiene, spinge l'uomo nel suo cammino durante il percorso della vita.

Nella stessa tradizione astrologica occidentale, questo pianeta viene associato alla spina dorsale e questa osservazione permette un collegamento ancora più chiaro e diretto tra questo pianeta e un meridiano, come il *du mai*, che si esprime attraverso una particolare postura che interessa la colonna vertebrale. I soggetti *du mai* infatti sono caratterizzati da un atteggiamento che conferisce l'idea di solidità e camminano in modo eretto e hanno, spesso, ipertrofia dei muscoli paravertebrali.

Sia per quanto riguarda il Sole che il *du mai* esiste inoltre un collegamento con la figura del padre.

Per concludere si può considerare un ulteriore aspetto interessante che collega questi due "sistemi", infatti da un punto di vista mitologico le dodici fatiche di Eracle sono state associate al percorso simbolico delle tappe che il Sole compie nei dodici segni, considerandole come "la strada che l'individuo deve compiere per raggiungere il Cielo"⁴. Questo non può che farci pensare ai 7 *po* e alle tappe che l'individuo deve compiere per risalire lungo la colonna e ricongiungersi, anche in questo caso, al Cielo.

REN MAI-LUNA

Anche l'associazione tra questo meridiano e la Luna può risultare abbastanza intuitiva.

Il *ren mai* è infatti il mare dello *yin*, dell'elemento "freddo" che si oppone al calore solare. Ritroviamo quindi, a livello simbolico, la separazione *yin-yang*, luna-sole, *ren mai-du mai*.

Possiamo comunque approfondire l'analisi degli aspetti mitologici per osservare se esistono ulteriori elementi di collegamento.

Nel mito la Luna è detta Selene o Artemide e forma la coppia divina con il Sole, Apollo, il quale, come abbiamo visto, rappresenta il principio maschile, solare, mentre essa simboleggia il femminile. Apollo e Artemide sono gemelli, figli di Zeus e Leto e questo si rivelerà importante nell'analisi di associazioni successive.

Artemide proteggeva le partorienti e le si offrivano in sacrificio animali selvatici al momento del parto e una leggenda narra che fu lei ad aiutare la madre a partorire il fratello.

Come sottolinea Sicuteri, pensando a questo pianeta in realtà si deve fare riferimento a moltissime deità lunari, anche se tutte si riconducono al concetto fondamentale della *Grande Madre*. Esempi sono *Ishtar*, in Babilonia, personificazione di energia naturale capace di dare e togliere la vita (conteneva in sé il doppio aspetto che per i greci risulta scisso, con la presenza di Ecate, come vedremo), Astarte, per i Fenici e gli Ebrei e Iside e Osiride per gli Egizi.

Iside era, ad esempio, chiamata *Madre dell'Universo* e da Lei dipendeva ogni forma di vita terrena. Regolava gravidanze, parti, stimolava i cicli vegetali e regolava le acque.

Il legame di queste divinità con il concetto di Madre e di fertilità si collega facilmente al *ren mai*, nella sua funzione di presa in carico di un nuovo essere vivente e del suo legame con gravidanza e fertilità. Ricordiamo che lo stesso ideogramma, composto di due parti presenta a sinistra la raffigurazione dell'uomo in senso generale (l'umanità) e destra ciò che significa "IX tronco celeste, adulare, essere incinta, concepire."⁵

Esiste però un'altra figura mitologica associata alla Luna: la terribile "luna nuova", rappresentata da Ecate-Lilith. È la luna nera associata agli spiriti e alle forze misteriose dell'aldilà e viene associata alla magia nera. Patrizia Tamiozzo Villa sottolinea come il suo sia un mito *negativo* perché questa deità lunare era malvagia.

⁴ Tamiozzo Villa P., *L'astrologia e i miti del mondo antico*, Newton & Compton editori 2001, p.14.

⁵ Di Stanislaw C. et al., *op. cit.*, p. 183

Lilith si presentava come una dea vendicatrice, apportatrice di angosce, presagi e turbamenti e anche di una sessualità sfrenata.

Esiòdo la dice figlia di Febe e Ceo; a differenza di Artemide era figlia unica e quindi assomigliava un pò a Persefone, figlia unica di Demetra e signora degli Inferi. Alcune storie raccontano che fosse stata immersa da Era, per aver provocato il suo sdegno, nell'Archeonte e per questo fosse diventata una divinità degli Inferi.

Analizzando questo mito, non risulta semplice trovare una associazione con la simbologia del *ren mai*. È vero che potrebbe essere associato alle caratteristiche di un *ren mai* alterato, che si manifesta con un soggetto ansioso, dipendente, pessimista, capace di provare contemporaneamente amore e odio, ma questa interpretazione risulta solo parzialmente soddisfacente.

Si potrebbe quindi ipotizzare che questo meridiano riproponga all'interno di se stesso la dualità intrinseca nel mondo "fisico" (*yin*), rappresentata a livello simbolico da luna piena-nera e interpretata a livello mitologico come figura benigna e figura malvagia. Sarebbe un pò come se lo sdoppiamento "macro" che troviamo tra *du* e *ren mai* venisse ulteriormente ribadito dalla presenza di queste due figure, anche se l'interpretazione dovrebbe mantenersi a un livello simbolico di dualità, senza coinvolgere la connotazione bene-male che, come sappiamo, è ben lontana dalla visione taoista.

Un aiuto per un'ulteriore interpretazione di questa doppia figura mitologica può esserci fornito dalla descrizione che Sicuteri fa del mito "negativo" di *Ishtar*, riferito al figlio Tammuz e al viaggio negli Inferi.

"La leggenda narra che *Ishtar* regnava tutto l'anno e la sua azione rendeva fertile la terra. Tammuz, suo figlio, personificava tutta la vegetazione terrestre. [...] Al momento della pubertà, Tammuz diventa il virile amante della madre lunare, che si abbandona al profondo amplesso notturno. Tuttavia proprio *Ishtar*, con il passare degli anni, condanna a morte Tammuz sino a quando, al volgere del solstizio estivo, Tammuz muore. Così la madre lunare prende il lutto per un mese, durante il quale si profonde in lamenti e digiuni, finché *Ishtar*, accompagnata dalle sue donne, intraprende il viaggio verso gli Inferi, nel regno del Non-Ritorno per liberare il figlio."⁶

È un pò come se questo mito ci ricordasse la dinamica di possesso che può riguardare la relazione tra una madre e il figlio, che può essere poi estesa al rapporto di dipendenza, in generale. Rapporto sottolineato dalla dinamica "vampiresca" del soggetto *ren mai*, che può portare alla "morte" del soggetto bersaglio. Ma ci ricorda, allo stesso tempo, come la madre possa "uccidere" una parte di sé, scendere nel luogo del Non-Ritorno, per permettere al figlio di tornare a vivere o semplicemente di vivere una vita autonoma.

Per quanto riguarda il simbolo, la mezzaluna esprime il fatto-limite della sua passività, il suo limitarsi a riflettere la luce del Sole. Nel geroglifico è quindi intrinsecamente presente un carattere di ricezione, di accoglimento femminile, di sottomissione, che è tipico del pianeta che esprime al massimo grado le caratteristiche di maternità, passività e ricettività. Non è difficile immaginare di associare queste caratteristiche allo *yin* del *ren mai*.

Se pensiamo all'immagine della mezza luna possiamo poi tra il resto anche visualizzare quella che è la postura tipica di un soggetto *ren mai*, piegato e rinchiuso su se stesso, ricurvo.

Un'ultima considerazione sui possibili collegamenti tra *ren mai* e Luna, deriva da un'analisi di Mircea Eliade, citato da Sicuteri, che così parla della Luna:

"Astro che cresce, decresce e scompare, dove la vita è sottomessa alla legge universale del divenire, della nascita e della morte.. la Luna conosce una storia patetica, simile a quella dell'uomo.. ma la sua 'morte' non è mai definitiva.. Questo eterno ritorno alle sue forme iniziali, questa periodicità senza fine definiscono la Luna l'astro dei ritmi vitali. Essa controlla tutti i piani cosmici retti dalla legge del divenire ciclico: acque, pioggia, vegetazione, fertilità."⁷

Se analizziamo le affermazioni di Eliade e pensiamo al *ren mai*, possiamo riflettere sul fatto che questo meridiano contenga il doppio aspetto qui descritto. È, infatti la massima espressione dello *yin*, quindi la massima espressione del vivere incarnato, della vita fisica e come tale dell'essere "mortale" che caratterizza l'uomo (quindi nasce, cresce, decresce, muore), ma allo stesso tempo è il meridiano che prende in carico una nuova vita. Lo fa, come è sua caratteristica, nel modo *yin*, sostenendo quindi lo sviluppo di un altro essere

⁶ Sicuteri R., *op.cit.* p.135.

⁷ *Ibidem*, p.133.

"fisico" e mortale. Ma questo non deve farci dimenticare che da un punto di vista simbolico questo rappresenta una continua e ciclica rinascita che non si interrompe con la morte del singolo individuo, così come non si interrompe il riapparire mensile della Luna.

CHONG MAI-GIOVE

Nell'analizzare le possibili relazioni tra questi due elementi, partiamo ancora una volta dal mito.

La nascita di Zeus, figlio di Cronos e Gea, è importante da un punto di vista simbolico. Suo padre, infatti, in seguito a un vaticinio che prevedeva sarebbe stato spodestato da uno dei suoi figli, li divorava appena nati. Zeus riuscì a sfuggire a questa crudele sorte grazie all'azione della madre, che lo aveva partorito di nascosto e aveva ingannato Cronos inserendo tra le fasce un sasso.

Divenuto adulto, Zeus costrinse suo padre a restituire tutti i figli che aveva ingoiato, facendogli bere per inganno una bevanda speciale. In seguito lo detronizzò e divise il potere con i fratelli: ad Ade assegnò gli Inferi e a Poseidone il mare, tenendo per sé il dominio del cielo e divenendo re degli dei e degli uomini.

Descrivendo la nascita di Zeus, Sicuteri sottolinea come con lui si interrompa il concetto di Padre divorante, che mangiava i propri figli (cosa che fino a quel momento avevano fatto sia su padre, Cronos, che suo nonno, Urano). Zeus invece blocca il rito del sacrificio e impone la vita. La prima valenza associata a questo pianeta è quindi l'affermazione del vitale e dell'ottimismo.

Zeus era sommo regolatore della giustizia, interprete di ogni destino e capo di tutti gli oracoli; puniva la malvagità umana e anche le ribellioni degli dei.

Nel mito è l'ordinatore del mondo, arbitro e contemporaneamente giudice degli uomini e degli dei; però è anche colui che possiede il fulmine: con esso quindi può folgorare chi vuole e punire l'empietà, l'ingiustizia e la ribellione degli altri dei anche se, come sottolinea Sicuteri, egli non è mai crudele o aggressivo e i suoi fulmini e tuoni esprimono sempre la giusta collera di un dio e l'applicazione di una legge che sia didascalica.

Un altro aspetto importante è dato dal fatto che questo Dio ebbe per mogli molte dee, ma anche ninfe e donne mortali e generò quindi molti figli. Analizzando questa sua caratteristica, Sicuteri sottolinea come la funzione simbolica di Giove sia quella di costellare non solo gli archetipi più profondi, ma anche i bisogni e le regole di esistenza dell'uomo. "Gli amori di Zeus simbolizzano tutte le possibili manifestazioni dell'energia animica ed eroica."⁸ Inoltre non dobbiamo dimenticare che, per congiungersi a queste donne, Giove assume sembianze sempre diverse. Si trasforma quindi in continuazione, per procreare e, di fatto "crescere". Questo aspetto, vedremo, è importante nel collegamento tra questo pianeta e il *chong mai*.

Prima di considerare le caratteristiche di questo meridiano e ipotizzare alcuni collegamenti con questo dio-pianeta, analizziamo il significato che viene attribuito al nome di questa figura mitologica.

Per i greci egli è Zeus, nome che contiene l'etimo DZEU, il cui significato è molto vicino all'espressione "vivere". Per i romani diventa JUPITER, con un significato molto vicino a "Padre della luce", mentre per gli ebrei esiste ancora un'altra definizione: è TSEDEK, "giusto".

Dal nome quindi emergono le alcune caratteristiche fondamentali di questo dio, considerato fonte della vita, sorgente di tutte le energie, ma anche il centro di irradiazione della luce e il principio di ogni equità.

Ora, se ragioniamo sul meridiano *chong mai*, possiamo partire dall'analisi dell'ideogramma *chong*. Secondo il Dizionario Ricci nel significato emerge una nozione di "movimento potente", di qualcosa che si precipita, che irrompe. In *chong mai* è la vita che irrompe e risulta quindi abbastanza semplice il collegamento con l'idea di sorgente di vita associata sia al nome, sia alla capacità di questo dio di interrompere i riti sacrificali e affermare la vita, così come ha sottolineato Sicuteri.

Nell'interpretazione dell'ideogramma di Erika Soldina emerge però un ulteriore dettaglio. La sinologa riconosce nella parte centrale, *zhong*, dell'ideogramma dei pesi rotondi impilati su una base e l'ipotesi più probabile è che questo carattere indichi i pesi di una bilancia. Questo aspetto non può che ricondurci all'idea di giustizia associata a questo pianeta.

Il meridiano viene poi descritto, da Di Stanislao *et al*, come colui che regge tutte le mutazioni e trasformazioni e pensando a questo emerge l'immagine di un Giove che vive e dà vita a tutte le manifestazioni dell'esistenza e si trasforma ripetutamente per vivere e generare.

⁸ *Ibidem*, p.167.

Questo collegamento è sostenuto anche dal fatto che l'*habitus* psicologico del soggetto con un *chong mai* alterato è rigido con un abnorme attaccamento alle proprie idee, anche se palesemente sbagliate. Questo tra il resto va in conflitto con la carica energetica di Giove, intesa potenzialmente come un *chong mai* allo stato "positivo", classicamente descritta come

un fattore di dilatazione, di ampiezza e di salute. Giove esprime, in genere, una bonarietà che semplifica le cose cercando la soluzione migliore e insieme la più pacifica.

Oltre all'incapacità di trasformarsi e quindi di crescere, tra le turbe del *chong mai*, vengono inoltre descritte la depressione, l'immobilità con rinuncia a intraprendere progetti, il disinteresse per la propria crescita spirituale e spesso indifferenza per il sesso. Se per un attimo pensiamo alla descrizione di Giove ci rendiamo conto come questa ne sia pressoché l'esatta negazione.

Per quanto riguarda l'aspetto fisico, i soggetti *chong mai* vengono descritti come un pò pesanti, con tendenza a ingrassare e aumentare di peso: un pò tarchiati, tondi, amanti del cibo. Anche in questo caso, la descrizione non ci stupisce, soprattutto se la confrontiamo con una delle analisi che Sicuteri fa delle caratteristiche di questo pianeta: "un Giove in ottima posizione oroscopica dona euforia, tendenza a un piacevole edonismo, ricerca degli agi, dell'equilibrio, del confort e delle soddisfazioni materiali"⁹ e tra queste, ovviamente, non possiamo che includere il cibo.

Rimane un ultimo aspetto che Stanislaw *et al* ritengono molto importante nella descrizione di questo meridiano: esso viene definito come il grosso canale che veicola la *yuan qi* verso i visceri e gli organi.

Per collegare questo aspetto a Giove dobbiamo fare riferimento al simbolo del pianeta, utilizzando ancora una volta l'analisi di Sicuteri:

"Molto complesso appare il significato del geroglifico di Giove: in esso compare la Croce-Spazio-Tempo-Materia, sormontata a sinistra dalla curva iperbolica che troveremo anche in Saturno, ma in Giove l'iperbole è disposta sul braccio sinistro della Croce, stabilendo un'immagine di tensione affettiva verso l'illimitato.

Consideriamo il senso che scaturisce dall'etimo greco di iperbole: *uper* significa *oltre*, *ballo* significa *lanciare*; questo è il valore energetico di Giove. Si vuole vedere nella curva umana il simbolo di una tensione umana oltre il mondo sensoriale e terrestre, verso la trascendenza."¹⁰

Oltre all'interpretazione che l'autore fornisce di questo simbolo e, quindi, la tendenza alla trascendenza, noi possiamo, facendo riferimento al significato del *chong mai*, pensare che questo meccanismo possa essere letto anche al contrario.

Attraverso questa iperbole quindi, potrebbe esserci una "discesa" dalla trascendenza alla materia e questo ci aiuterebbe a creare un ulteriore collegamento. Questo meridiano infatti è il primo a manifestarsi nella creazione dell'individuo e, quindi, può combaciare l'immagine di un Cielo anteriore, che, scendendo attraverso l'iperbole, entra nel posteriore, la materia, il 4.

Allo stesso tempo, se consideriamo che tutta la vita ha una doppia dimensione di macro e micro-cosmo, possiamo pensare che ciò che viene rappresentato dalla discesa di questa energia nella formazione del primo meridiano, si riproponga continuamente nella canalizzazione della *yuan qi* nella materia e quindi, nella sua distribuzione a organi e visceri.

DAI MAI-MARTE

Nell'analisi del legame tra il *dai mai* e Marte, partiamo ancora una volta dal mito e dalla simbologia del geroglifico, cercando di individuare aspetti che ci permettano di compiere alcune analogie.

Dal mito di Marte o Ares, emergono sostanzialmente due aspetti. Il primo è legato alla sua forte sessualità e il secondo all'amore per la guerra, all'aggressività all'istintività, alla forza e all'auto-affermazione.

In origine Ares era un dio fanciullo, un *puer divinus*, danzatore perfetto, un virile amante di femmine divine. Più tardi venne educato alle virtù guerriere e in tutti i miti e nei poemi omerici si trova in Marte una natura aggressiva, audace e impulsiva, dove l'istinto precede ogni riflessione.

È il pianeta simbolo dell'energia vitale e del contatto aggressivo con il mondo esterno e

⁹ *Ibidem*, p.169.

¹⁰ *Ibidem*, p.163.

come simbolo dell'erotismo è espressione dell'impulsività sessuale e della vitalità tracotante, dionisiaca e aggressivamente provocatoria.

Queste sono le caratteristiche che percorrono la maggior parte dell'interpretazione mitologica di questo pianeta, anche se le più recenti ricerche offrono un'origine nordica di Marte, quale dio chiamato TYR, che si offre in sacrificio per la resurrezione.

Teniamo a mente questo concetto per le successive analisi, affiancandolo alla riflessione di Sicuteri riguardante la sessualità marziana.

Egli sottolinea:

"Marte tuttavia, non ha valori esclusivamente ferini e cruenti. Anzi, seguendo una chiave analitica, si può dire che l'astro, inteso come pura energia libidica non può essere chiuso entro rigidi schemi interpretativi. Ci sembra importante ricordare che Marte esprime cognizioni più vaste e profonde dell'energia vitale: ci suggerisce l'analogia con la *Kundalini*"¹¹ e noi

"Sappiamo che *Kundalini* è una forza-serpente arrotolata nella zona anatomica del perineo, alla base della colonna vertebrale. Svegliarla per emettere il seme significa impiegarla a fini prevalentemente genetici di riproduzione e tale impiego è legittimo. Svegliarla invece, senza eiaculare il seme, significa produrre una trasformazione dell'energia, qualora tale energia *kundalini*, salendo per il doppio canale simbolico del *sushumna* si diffonda lentamente per tutto il corpo attraverso i centri o plessi detti *chakra*, ne apra i petali situati sulla sommità della testa, determini un'amplificazione di tutto l'Essere, simile al processo di integrazione del Sé."¹²

Il concetto di rinascita collegato al mito nordico e la risalita della *kundalini*, con tutto ciò che questa implica nella trasformazione dell'individuo possono essere uniti in un'interpretazione di Marte che ci sarà utile in seguito.

A sostegno di questa "visione" di Marte, può essere considerata anche l'interpretazione del suo geroglifico: un cerchio sormontato da una freccia che parte, inclinata, verso destra di chi guarda il simbolo. L'interpretazione più corrente è quella dell'energia aggressiva, che si distacca dal mondo soggettivo umano e parte verso un bersaglio lontano.

"In un certo senso", scrive Sicuteri "è la rappresentazione cinematica di un moto centrifugo, dove la freccia vettore indica lo spostamento tangenziale dell'energia che si distacca dal movimento rotatorio obbligato per scegliere un altro percorso."¹³

Ed egli aggiunge anche un'interpretazione esoterica del concetto geometrico "il cerchio è la terra, la gravitazione immanente in senso esistenziale; la freccia è il salto qualitativo, la via trascendente, l'allontanamento dalla fisicità."¹⁴

Entrambe le descrizioni possono tranquillamente essere associate all'immagine di un'energia che, arrotolata nella pelvi, si distacca dal cerchio e comincia a risalire.

Ma, se noi ora cominciamo a ragionare anche sul significato del *dai mai*, ci rendiamo conto che questo simbolo può essere interpretato anche in modo leggermente diverso.

Ancora una volta, facciamo riferimento all'ideogramma, che ha significato di "cintura, benda, legaccio sutura, nastro, portare in vita, portare in se stessi, portare con se stessi" e soprattutto quello di "condurre, dirigere."¹⁵

Il *dai mai* è un meridiano che segue il percorso della cintura: parte da dietro, dai Reni, e "corre" verso l'avanti. L'essenziale funzione di questo meridiano è assicurare che, tutto intorno alla cintura, le energie interiori siano correttamente orientate.

Come sottolineano Di Stanislao *et al*, "la funzione del dai mai non si limita a "unire", ha anche al capacità di "dare la forza". È in questo senso che cinge i Reni: in qualche modo ricorda i guerrieri prima di una battaglia, i cultori delle arti marziali, i sollevatori di pesi o coloro che si accingevano a un lungo viaggio. In queste condizioni c'era lo "stringere la cintura", con una gestualità simbolica che ha il senso di "cingere la zona

¹¹ *Ibidem*, p. 150.

¹² Krishna G.: *Kundalini, l'energia evolutiva dell'uomo*, Ubaldini, Roma 1971, p.37.

¹³ Sicuteri R., *op.cit.*, p.144.

¹⁴ *Ivi*

¹⁵ Di Stanislao C. et al., *op.cit.*, p. 191.

renale", i "Reni" ossia la zona che nelle culture popolari e tradizionali è la sede della "forza e determinazione". E non solo dona la "forza", ma anche al vettorializza, determinando un preciso orientamento."¹⁶

L'immagine di una forza, che da un cerchio parte e si dirige in maniera chiara e definita verso un punto sembra combaciare perfettamente con ciò che è appena stato descritto.

Inoltre, se leggiamo bene, vediamo che vengono citati i cultori delle arti *marziali*, la lotta, la forza e la direzione verso l'esterno sono caratteristiche comuni al pianeta e al meridiano. Va considerato, tra il resto, che l'aggettivo continuamente utilizzato per la descrizione di Marte, cioè "aggressivo" ha, da un punto di vista etimologico, lo stesso significato poiché deriva da aggredire, cioè *ad* "verso" e *gradi* "avanzare".

Questo aspetto comune che riguarda la forza e la "direzionalità" dell'azione viene sottolineata anche dalle caratteristiche di un *dai mai* perturbato, in cui esiste una mancanza del senso di coerenza e la personalità è dispersa. L'estremo di questa condizione è il terrore e quindi, da un punto di vista energetico, la dispersione anarchica dell'energia. Immagine, questa, diametralmente opposta a quella di un dio che va avanti diretto per la sua strada, in modo lineare senza pensare (e quindi senza rischiare di "perdersi!"). Dobbiamo ricordare anche che questo pianeta è stato da subito associato all'ariete, segno che potrebbe essere rapidamente descritto con un "chi mi ama mi segua", cioè "io vado per di qui, senza dubbi, se volete venire bene, altrimenti io vado da solo."

Se questo meccanismo è inibito, il soggetto si sente bloccato e frustrato e questo implica due cose: prova rancore e/o riversa l'aggressività in se stesso attraverso la frustrazione.

Di Stanislo *et al* descrivono un *dai mai* perturbato con queste parole "tendono a conservare tutto, compresi i rancori e i pensieri ossessivi, anche per anni. Si sottopongono a un'introspezione drammatica, esasperante per lunghissimi periodi.

Questo loro "covare in profondità" li porta molto spesso a essere malinconici, depressi e tristi. Si sentono come tagliati in due, con alto e basso che non comunicano"¹⁷, mentre Sicuteri, riflettendo sulla simbologia di Marte scrive "il pianeta, in senso astrologico e psicodinamico, è il principio dell'ostilità come attacco aggressivo e della repulsione come difesa, cioè auto-aggressione. A seconda delle tonalità oroscopiche, Marte fa vedere se una persona è un collerico aggressivo oppure un collerico passivo in senso inibitorio frustrante e indica la capacità di inserimento combattivo nella lotta per la vita."¹⁸

Associando le due interpretazioni, potremmo considerare un *dai mai* "positivo" come colui che riversa all'esterno la propria aggressività, non necessariamente intesa in senso negativo, ma come un andare, muoversi verso una direzione e un *dai mai* negativo come colui che non riesce a fare questo e quindi si blocca, diventa frustrato e mette il rancore in latenza.

A questo punto va considerato il concetto di latenza e va ripresa l'idea di una sessualità marziana intesa in senso *kundalino* e quindi evolutivo. Attraverso l'analisi di questi due aspetti si può riflettere su una possibile associazione.

Per fare questo dobbiamo tenere a mente alcuni concetti.

Primo, come detto, il fatto che la sessualità marziana possa essere interpretata come energia *kundalini* che, dal perineo risale verso il Cielo, la testa.

Secondo, il fatto che, quando il *dai mai* è in difficoltà o semplicemente non fa ciò che dovrebbe fare e quindi "andare verso l'esterno", sia nel senso di aggressività "positiva", sia nel senso di sessualità, viene pervaso di umidità. Questa oltre a essere l'espressione di stasi, crea a sua volta stagnazione, bloccando evoluzione (e risalita).

Terzo, il *dai mai* è strettamente collegato a due strutture, il *bao mai* e il muscolo degli antenati.

Il *bao mai* è un vaso molto importante che origina dal muscolo degli antenati e si attiva alla pubertà (momento, ricordiamolo, dello sviluppo dei caratteri sessuali secondari).

Riporto la descrizione che Di Stanislo *et al* fanno di questo vaso perché servirà in seguito:

"Il *bao mai* è l'estensione del *dai mai*, che cerca di effettuare un pellegrinaggio verso il Cuore. La "pillola di fango" della vita è ingerita al momento della nascita e, attraverso l'abbassarsi delle scapole, viene spinta verso il basso, dove raggiunge l'ombelico e il *dan tien* inferiore e si incontra con il *jing* di rene. L'incontro di

¹⁶ *Ibidem*, p. 192.

¹⁷ *Ibidem*, p.193.

¹⁸ Sicuteri R., *op.cit.*, p.148.

questa energia che scende e quella che sale dai reni crea un vortice che è il triplice riscaldatore. Tale energia dinamizzata si muove (il Triplice Riscaldatore è la via di diffusione della *yuan qi*), portandosi al VG-4 *ming men*. Il collegamento fra VG-4 *ming men* e l'ombelico è espresso al *dai mai*.

L'Acqua, il *jing* di Rene, deve riunirsi al Fuoco del Cuore per consentirci la conquista della nostra individualità, per permetterci di portare a compimento il nostro destino (*ming men*, "porta del destino"). Questo collegamento del *jing* (Rene) con lo *shen* (Cuore) è detto "pellegrinaggio dell'Acqua al Cuore". Esso può avvenire attraverso i punti mu o, più direttamente attraverso il *bao mai*. L'azione essenziale del *bao mai* è di diffondere il movimento di apertura e comunicazione del *dai mai*. Va qui detto che la via da Utero a Cuore, a differenza di quella da Rene a Cuore, non giunge direttamente al Cervello (consapevolezza), ma lo fa attraverso il *luo* del *du mai* (VG-16 *feng fu*).¹⁹

Per quanto riguarda il muscolo degli antenati, lo *zong jin*, facciamo invece riferimento alla descrizione che ne fa la SIdA secondo cui, le cose a cui rimaniamo attaccati e che non riusciamo a eliminare, vengono messe in latenza dal *dai mai* in questo muscolo, che corrisponde a 5 muscoli, sede di latenza:

- 1 collo con il muscolo sternocleidomastoideo
- 2 area tra i riscaldatori medio e superiore che corrisponde al diaframma
- 3 area da regione lombare all'inguine, muscolo ileopsoas
- 4 muscoli paravertebrali
- 5 retti addominali

Se ora mettiamo insieme tutte queste informazioni possiamo immaginare un'energia marziano-*kundalinica* che risiede nel perineo e che, per risalire ha bisogno di apertura.

Apertura significa avere un collegamento tra l'alto e il basso (*dai mai*) e non avere latenze che comprimano, quindi non avere stasi e umidità e, quindi, indecisione ed energia dispersa.

Se osserviamo le localizzazioni dei muscoli attribuiti al "muscolo degli antenati", questi si ritrovano lungo un possibile percorso di risalita dal perineo-testa. Si trovano sia sulla parte posteriore, che anteriore. Un blocco completo, che può potenzialmente impedire una risalita anche lungo il *bao mai*.

Questo meridiano viene descritto come collegamento tra Rene-Cuore, come realizzazione del mandato e questo può essere se non altro considerato un primo passo verso la risalita dell'energia *kundalinica*. Inoltre, questo meridiano si ricollega alla colonna, attraverso il *luo* del *du mai*, riprendendo, in qualche modo dopo aver "deviato" (*luo*), il classico percorso di risalita lungo la colonna.

Queste considerazioni potrebbero in qualche modo aiutarci ad associare un pianeta che appare "semplice", istintivo, lineare con un meridiano molto complesso, che contiene al suo interno diverse funzioni e "diramazioni".

MERIDIANI WEI- VENERE E SATURNO

Prima di analizzare le singole associazioni dei meridiani *wei* è necessario ricordare il loro significato all'interno del sistema dei meridiani curiosi.

Se i quattro meridiani curiosi di prima generazione, analizzati finora, rappresentano una sorta di potenzialità della *yuan qi* e del *ming*, i meridiani curiosi di seconda generazione controllano e regolano come questa potenzialità si dispiega nel tempo e nello spazio. I meridiani *wei* reggono questa estrinsecazione nel tempo, cioè fanno emergere, esprimere quello che c'è nella costituzione. Regolano l'evoluzione di *yuan jing* (oltre a *yuan qi* e *shen*) in funzione del trascorrere del tempo.

Se poi facciamo, come sempre, riferimento all'ideogramma, vediamo che questo ha il significato di "fibra, legamento, legame, annodare, riunire" e ha anche quello di "regola, principio fondamentale."

Come sottolineano Di Stanislao *et al.*, ci sono molti termini cinesi che hanno il significato di "regola", in *wei* c'è il senso di regola come una rete, è la corda principale che assicura la coesione della rete, di tutti i filamenti secondari; se viene tolta la corda principale, tutto si sfilaccia e manca l'organizzazione della rete.

È la regola che contiene e che permette di "riunire e di riallacciare".

¹⁹ Di Stanislao *et al.*, *op.cit.*, p.55.

Se pensiamo alla vita, in senso generale, ci rendiamo conto che esistono, come sempre, due polarità: l'interno e l'esterno. Per mantenere "riunito e legato" l'interno (lo *yin*) abbiamo bisogno di amore verso noi stessi (Venere), mentre per mantenere "regolato e riunito" l'esterno abbiamo bisogno di essere solidi al nostro interno e di conoscere bene i limiti delle nostre azioni (Saturno).

Inoltre sappiamo che i *wei* rappresentano l'immagine fotografica delle varie fasi evolutive della vita: infanzia, adolescenza, età adulta, senescenza, in relazione ai cambiamenti della struttura fisica e psichica che queste fasi provocano. Questi cambiamenti conducono a una limitazione delle proprie attività, dovuta all'invecchiamento stesso.

Se consideriamo l'invecchiamento fisico (*yin wei mai*), possiamo pensare che una riduzione della bellezza in senso puramente estetico (facilmente collegabile a Venere), possa ridurre la quantità delle nostre relazioni, soprattutto intese in senso "amoroso" (ancora Venere).

Se invece pensiamo all'invecchiamento mentale (*yang wei mai*), ci rendiamo conto che questo conduce a una rigidità tipicamente associata a Saturno. La rigidità conduce a chiusura e autoreferenzialità dell'Ego associate a un'incapacità di cambiare. Queste caratteristiche vengono sottolineate dal Maestro Jeffrey Yuen nel parlare dello *yang wei mai*, definito come la "perdita dell'innocenza".

Se poi facciamo riferimento a un'ulteriore caratteristica dei meridiani *wei*, cioè il fatto che possano essere utilizzati in patologie che ricorrono nella famiglia e cioè in presenza di una alterazione che interessi la *yuan qi*, trasmessa da un avo della famiglia che ha avuto un trauma, passato poi nell' "energia originale", il legame tra questi due pianeti e i meridiani *wei* diventa ancora più chiaro.

Da un punto di vista mitologico, infatti, Venere o Afrodite emerge dalla schiuma dell'oceano, dopo che questa era stata fecondata dai genitali recisi di Urano. L'evirazione di Urano avviene ad opera del figlio Cronos, Saturno, che cerca in questo modo di interrompere la violenza del padre verso i suoi figli.

Utilizzeremo poi l'aspetto mitologico per analizzare ulteriori analogie, ma qui è interessante osservare come entrambi siano legati a un trauma e, verosimilmente, lo portino al loro interno. Trauma tra l'altro che li accumuna.

Vediamo ora i due meridiani separatamente.

YIN WEI MAI-ENERE

Nell'analizzare questa relazione, partiamo ancora una volta dal mito e facciamo riferimento al collegamento che nella medicina cinese esiste tra *ren mai* e *yin wei mai*.

Precedentemente abbiamo associato il *ren mai* alla luna e, da un punto di vista mitologico osserviamo che questi due pianeti sono strettamente associati e sono stati per molto tempo confusi. In Grecia, la dea venusiana assunse nomi molto diversi e tutti si avvicinavano alla qualità lunare, ma questa vicinanza era presente già per gli Assiri. Sicuteri sottolinea infatti che gli Assiri la chiamarono *Ishtar* nella sua qualità lunare e per molto tempo regnò grande confusione nelle attribuzioni tra Luna e Venere.

Venere nasce, come abbiamo visto, dalla schiuma dell'oceano e tutta la mitologia è un inno alla sua bellezza, grazie e femminilità. La bellezza di cui si parla, considerando questo pianeta, è una bellezza data dall'amore e dalla capacità di relazione con gli altri (aspetto che la caratterizza), ma è anche una bellezza puramente estetica. Questo, come abbiamo visto, ci permette di collegarla all'idea di invecchiamento fisico associata allo *yin wei mai*. Se però analizziamo questo aspetto in modo un po' più approfondito, possiamo dedurre altre osservazioni.

Venere possiede intrinsecamente la capacità superare l'ostacolo dell'invecchiamento perché muta continuamente se stessa nelle relazioni. I miti greci sono pieni delle storie d'amore di Venere e lei spesso si maschera e modifica se stessa per sedurre: muta, adeguandosi all'altro. In questo modo ci mostra un lato dell'amore, ma allo stesso tempo ci indica come le relazioni possano essere modificate, andando oltre il limite dell'invecchiamento estetico.

Questa potenzialità di continuo rinnovamento si può ritrovare anche nel legame che i meridiani *wei* hanno con i cicli della vita, intesi come macrocicli (pubertà, età adulta e menopausa), ma anche come microcicli (il flusso mestruale e la gravidanza). In ogni ciclo vi è un periodo di inizio, una nuova fase della vita e questo momento di inizio è rappresentato dallo *yin wei mai*, particolarmente nel tratto *shao yin* (Klg). Lo *shao yin* è

l'acqua che simbolicamente indica ogni inizio e simbolicamente anche l'inizio di un nuovo progetto di vita, *ming*.

Da tutto ciò deriva che il meridiano *yin wei mai* ha la funzione di permettere il passaggio o la "presa in carico" dei diversi macro e micro-cicli della vita, ma ci fa riflettere anche sull'equilibrio intrinseco che la fisiologia cinese cerca sempre di ricreare. In un meridiano strettamente collegato all'invecchiamento fisico, ritroviamo l'acqua, la potenzialità di rinascita e di creazione di un ciclo nuovo. Troviamo la capacità di Venere di mutare se stessa, di rinascere ogni volta con sembianze diverse, per continuare ad amare e quindi a relazionarsi e vivere. Sicuteri, tra il resto, sottolinea come questo pianeta si riferisca "allo sbocciare di ogni bellezza e alla nascita di canoni culturali nuovi."²⁰

È un pò come se, vicino al problema (l'invecchiamento fisico), ci venisse fornita anche la soluzione per superarlo o, perlomeno, per non esserne travolti.

Se poi riflettiamo sulla funzione di regolazione dello *yin wei mai* vediamo che questo meridiano mette in relazione e tre *yin* e il sangue. Il sangue per noi è *shen*, consapevolezza e sentimento cosciente e questo non è difficile da collegare all'amore tipicamente associato a questo pianeta. A questo si aggiunga che, le sofferenze d'amore vengono spesso definite come qualcosa che ha distrutto il cuore, immagina che può "scendere nella realtà fisica" con un dolore precordiale (sintomo tipico dello *yin wei mai*).

Per quanto riguarda gli altri sintomi tipici dello *yin wei mai*, come l'ipersensibilità o l'ipocondria, vediamo che anche questi possono essere collegati al pianeta. L'ipersensibilità ha una relazione abbastanza intuitiva, ma anche l'ipocondria può ricondurci ad esso. Infatti, una persona con questo problema è eccessivamente concentrata su se stessa, tanto da percepire ogni cosa all'interno di sé. Questo le impedisce le relazioni ma è probabilmente anche dovuto al fatto che non riesce a viverle in un modo corretto, canalizzando questa attenzione sull'altro, piuttosto che su se stessa. Emerge quindi il concetto di relazione e amore strettamente legato a Venere, considerando anche che l'esempio di amore più elevato si ha nel momento in cui una persona dimentica se stessa per amare l'altro: più o meno l'esatto contrario di ciò che avviene in una persona ipocondriaca.

Un'altra riflessione riguardo alla connessione tra Venere e lo *yin wei mai* può esserci fornita dall'analisi del suo punto di apertura, il 6MC. Questo punto si utilizza quando esiste un "blocco dell'espressione del cuore." È un punto *Luo* e appartiene al "terzo livello" di questi meridiani, il "consolidamento della personalità". Questo consolidamento passa per l'apertura del cuore, per la relazione, per l'amore. L'attaccamento, la dipendenza lo stretto legame del *ren mai*, entra nella vita con lo *yin wei*: con la relazione, l'amore (Venere). Il Maestro Jeffrey Yuen, parlando di questo punto, ci ricorda come il MC in realtà non possa aprire direttamente il cuore, cosa che può avvenire solo attraverso l'amore incondizionato, l'empatia e la compassione.

È interessante vedere che Sicuteri riflette sostenendo che "in un certo senso, Venere corrisponde all'*agape* e alla dimensione dello *Hieros gamos*", stimolando anch'egli la possibilità di un collegamento.

Possiamo immaginare che l'amore terreno, simbolizzato da Venere e l'amore incondizionato, l'*agape*, non siano poi così separati. È infatti solo iniziando ad amare nel mondo fisico e in modo "condizionato", aprendoci lentamente all'altro e "scoprendo il coperchio" di cui parla Jeffrey Yuen che possiamo immaginare, nel tempo, di arrivare a un sentimento assoluto.

Interessante da questo punto di vista è osservare il simbolo di Venere che, collegando il Cielo (cerchio) e la materia (croce) è come se si ponesse quale possibile ponte per una via di trascendenza tra qualcosa di terreno e qualcosa di divino (e l'amore, lo sappiamo, fornisce questa possibilità).

YANG WEI MAI- SATURNO

Per analizzare la relazione tra Saturno e *yang wei mai* è utile tener presente la relazione che questo meridiano ha con il *du mai*. Ricordiamo che i *wei* sono l'estrinsecazione nella "vita quotidiana" dello *yin* e dello *yang* contenuti nel *ren* e nel *du mai*. Come sostiene Navarra "Consolidare significa sostenere il postnatale con il prenatale, cioè viene usata l' 'origine' (*yuan qi/jing qi*) per sostenere il *qi* e il sangue. Nell'ottica dei meridiani

²⁰ Sicuteri R., *op. cit.*, p.155.

curiosi, sono lo *yin* e lo *yang*, veicolati da *ren* e *du mai*, che sostengono il sangue e il *qi* contenuti, espressi, nei meridiani *wei*.²¹

Questo collegamento, vedremo, potrà aiutarci anche a definire il possibile legame con Saturno.

Questo pianeta viene definito come il legame tra il Principio mortale, la sostanza-materia e il Principio immortale, cioè lo Spirito e questi due principi sono fusi nel geroglifico di Saturno: vi è la croce (tempo e materia) che condiziona tutte le manifestazioni e l'iperbole, simbolo di tensione verso la ricettività illimitata. In Giove l'iperbole è rovesciata verso l'alto, in Saturno lo è verso il basso. Questo "cambio di polarità dell'iperbole" potrebbe farci pensare che, se Giove (*chong mai*) ha un contatto diretto con il pre-natale (iperbole verso l'alto), Saturno ne è solo la manifestazione, "filtrata" dal *du mai*. Quindi se pure è uno *yang*, connesso con il Cielo e necessario per la sua manifestazione, il collegamento è solo "indiretto" e proviene, quindi, dal basso.

Prendiamo ora in considerazione il mito.

Cronos, come abbiamo visto, recide i genitali del padre, per bloccare il figlicidio e si comporta, in questo, in modo diverso da quello che farà Zeus trovandosi nella sua stessa situazione. Con Zeus-Giove non c'è morte né ferimento. Con Saturno c'è la ferita e la morte, la perdita e la separazione, c'è l'espressione di un trauma.

A questo proposito sono interessanti due riflessioni di Sicuteri:

"Ricordiamo che Crono divora i suoi figli e questa vicenda mitica è l'espressione di un periodo cupo di lotta e dimostra l'incapacità di Crono-Saturno di adattarsi all'evoluzione della vita e della società umana. Proprio lui, che ha già lottato con il padre Urano e ha sofferto la penosa esperienza di una ribellione cruenta, si trova identificato al padre che ha internalizzato e regressivamente ne ripete il tragico comportamento."²² Qui emerge il concetto di trauma e di ripetitività-del trauma tipico dei *wei*, ma allo stesso tempo viene sottolineato un altro aspetto: il legame di Saturno con la necessità di adattarsi all'evoluzione della vita.

A questo proposito è interessante anche la seconda considerazione di Sicuteri. Egli scrive:

"Crono –Saturno vorrebbe arrestare il destino e il ritmo della vita, arrestare il tempo per non perdere i propri privilegi di potere ed è per tale motivo che divora i figli e minaccia chiunque voglia assediare il suo potere."²³

Se questo aspetto ci riporta alla rigidità psichica e incapacità di cambiare tipica dello *yang wei mai* e che abbiamo analizzato prima (oltre al legame con il tempo), ci fa riflettere anche su un altro aspetto.

Abbiamo sottolineato l'importanza del legame tra *yang wei mai* e *du mai* e non possiamo dimenticare l'importanza che quest'ultimo meridiano ha nel processo di evoluzione e di crescita. Dalle descrizioni qui riproposte, Saturno sembra essere strettamente legato all'idea della necessità di affrontare delle tappe, anche traumatiche che permettano di "salire lungo la scala" del *du mai* e questo processo può avvenire anche attraverso le "porte" che si trovano lungo il tragitto dello *yang wei mai*.

Questa relazione inoltre viene sottolineata dal punto di apertura dello *yang wei mai*. Anche il 5TR è un *luo* collegato al terzo livello, all'affermazione della personalità che qui passa attraverso l'emancipazione dalla famiglia e dal sistema sociale. È legato alla capacità di staccarsi dall'immagine che abbiamo creato in relazione a noi stessi e agli altri, la capacità di divenire, cambiare, modificarci e quindi non essere rigidi (Saturno).

Se poi pensiamo a qual era il punto chiave antico dello *yang wei mai*, ci accorgiamo che era il 7TR, tra le cui funzioni troviamo il trattamento dei disturbi psichici che si ripetono a livello famigliare (Cronos divora i suoi figli allo stesso modo di suo padre) e tratta i problemi di sviluppo della personalità nel passaggio dalla famiglia al rapporto sociale. Anche quest'ultimo aspetto può essere collegato a una figura, come quella di Saturno, costretta a uccidere suo padre per "uscire dalla famiglia". A questo proposito Sicuteri osserva, in contrasto con l'analisi "edipica" di Saturno, come l'azione di Cronos sia "una chiara, legittima autodifesa: il figlio che non vuole essere eliminato dal padre e quindi colpisce per primo".

²¹ Di Stanislao C. et al., *op. cit.*, p.211.

²² Sicuteri R., *op.cit.*, p. 172.

²³ *Ivi*

QIAO-MERCURIO

Prima di tutto, nell'analizzare le analogie tra questo pianeta e i due meridiani *qiao*, cerchiamo di vedere se è possibile giustificare, anche da un punto di vista simbolico, la "fusione" che abbiamo fatto, per ricondurre gli 8 meridiani curiosi ai 7 pianeti.

Mercurio è un giovane dio molto attivo, furbo e curioso e la prima cosa che fa, dopo essere nato è costruire una lira utilizzando un guscio di tartaruga. Oltre a questo, ruba i bovi di Apollo e questi sono aspetti su cui torneremo, ma quello che qui ci interessa è che, per rimediare il furto al fratello gli regala la lira e riceve in cambio il Caduceo.

Questo è un simbolo molto importante del pianeta ed è costituito da un bastone lungo il quale risalgono due serpenti.

Sicuteri così descrive questo simbolo:

"Il Caduceo mercuriale è l'emblema tra istinto e ragione, fra forze benefiche e malefiche, sia a livello cosmico che umano. Rappresenta l'equilibrio tra acqua e fuoco, ma soprattutto è il simbolo archetipico del caos primordiale finalmente polarizzato dalle due forze opposte che si attraggono attorno all'asse del mondo, simbolo del Tao o della sorte divina e pertanto è il simbolo di pace, di intesa fra le grandi e fondamentali energie. Questo corrisponde all'Ermes-Mercurio che realizza, come tramite, la dialettica fra gli olimpici dei e gli uomini. Nel Caduceo di Ermes-Mercurio è implicito il grande simbolo dell'armonia umana, l'incontro del maschile e femminile, dell'uomo con la donna, nella saldatura archetipica dell'ermafrodito androgino."²⁴

Ricordiamo che i *qiao* sono considerati come lo "sposalizio dello *yin* e dello *yang*" e permettono l'armonizzazione l'uno dell'altro. Pensare che Mercurio, il cui simbolo li contiene entrambi, possa rappresentare l'insieme dei due non risulta quindi così strano.

Questo simbolo però racchiude anche altri significati importanti.

Sicuteri parla di mercurio come colui che realizza la "dialettica tra dei olimpici e uomini", sottolineando il suo ruolo come messaggero degli dei, che approfondiremo tra poco.

Prima consideriamo brevemente che il Caduceo era il mezzo attraverso cui Mercurio poteva addormentare e risvegliare gli uomini e possiamo associare questa immagine ai meridiani *qiao*, sotto due diversi punti di vista. Da un lato, questi meridiani sono una delle vie attraverso cui la *wei qi* discende, di notte (*yin qiao*), all'interno del corpo, per poi risalire al risveglio e tornare nello *yang qiao*, con un certo ritmo, concetto anche questo strettamente legato ai *qiao*. Questo passaggio avviene attraverso il punto 1 della vescica, che è un punto importante anche per un'altra ragione. È da qui che si innesca, infatti, la meditazione, nel momento in cui avviene la chiusura degli occhi. Quindi, in questo senso, il "risveglio" dato da mercurio potrebbe essere inteso sia come un "ritornare alla vita attiva" (ritorno della *wei qi* nello *yang qiao mai*), sia come un inizio che è un risveglio più "elevato" e che avviene attraverso la meditazione.

Per quanto riguarda l'aspetto di "legame con la divinità", nella mitologia e nel simbolismo emergono molti esempi. Già la sola definizione di mercurio come "messaggero degli dei" basterebbe a dare una chiara indicazione. Pensiamo comunque che, la prima cosa che fa questo dio dopo aver rubato i buoi al fratello è dividerli in 12 pezzi e offrirli agli dei olimpici, creando un chiaro collegamento tra ciò che c'è di più terreno, il cibo, e la divinità.

Anche il simbolo di Mercurio fornisce una chiara indicazione della sua funzione di messaggero. Esso infatti è costituito da un cerchio, sormontato da una mezzaluna posata orizzontalmente sulla parte superiore, mentre la parte inferiore è attaccata a una croce capovolta. È chiara qui l'immagine dello Spirito, che si unisce alla Terra, alla materia, con Mercurio da tramite.

Questa funzione di messaggero non sembra difficile da collegare a un gruppo di meridiani, il cui soggetto tipico viene descritto come un individuo "sospeso tra Cielo e Terra", che trova nell'idea di radice una necessità importante, come ricercare una connessione più forte con il mondo materiale di cui è circondato.

Questa necessità di radici e quest'immagine di un soggetto "distaccato", facilmente si associa all'immagine di un dio sempre in movimento, con le ali ai piedi (proprio nel punto V-62, apertura dello *yang qiao*) e sull'elmo.

²⁴ *Ibidem.*, p.160.

Intuitive sono anche le associazioni tra la curiosità e l'intelligenza dei soggetti *qiao* e le caratteristiche del giovane dio. Ricordiamo inoltre che il significato complessivo dell'ideogramma *qiao* è "alzarsi sulle punte dei piedi per vedere meglio". È la vitalità che si raddrizza nell'uomo per permettergli di vedere e intuire meglio.

Possiamo inoltre utilizzare una delle descrizioni Sicuteri fa di Mercurio, per approfondire altri aspetti:

"Mercurio-Ermes non è soltanto un grazioso messaggero con i calzari alati e il corpo perfetto di Narciso, come ce lo tramanda l'arte, e non è – sotto il profilo astrologico – soltanto l'espressione dell'intelligenza nel senso dell'acquisizione intellettuale e della differenziazione superiore; è piuttosto il simbolo della funzione globale di cui è formata l'istanza coordinatrice e di guida che chiamiamo Io, cioè il conscio.

È l'espressione dell'irrazionalità che si trasforma non per opera di acculturazione e di intellettualizzazione, ma piuttosto per un'armonica coordinazione e assimilazione di ciò che viene sperimentato attraverso le funzioni primarie e secondarie dell'essere."²⁵

Quest'idea di sperimentazione e di crescita attraverso l'assimilazione ritorna in quella che è una delle funzioni dei meridiani *qiao*. Essi rappresentano infatti una delle due vie (insieme ai meridiani tendino-muscolari) attraverso cui, le esperienze istintive raccolte dalle quattro estremità attraverso la *wei qi*, arrivano al Cervello. Questi sono i meridiani per cui l'invecchiamento viene descritto come il frutto delle esperienze che il soggetto compie nell'arco della vita e che vengono riportate nella costituzione.

A questo proposito riportiamo anche la descrizione che di questi meridiani fa il dott. Navarra, confrontandoli con i *wei*: "al contrario, i meridiani curiosi *qiao mai* sostengono il prenatale con il postnatale, riportando il surplus di *qi* e sangue presente, rispettivamente nello *yang* e nello *yin qiao mai*, nella costituzione."²⁶

Questi aspetti non sono molto diversi dal tipo di apprendimento e interiorizzazione che Sicuteri osserva e associa a Mercurio.

Prima di concludere ricordiamo un'ulteriore parallelismo tra questo pianeta e i meridiani *qiao*.

Questi meridiani hanno uno stretto legame con la sessualità e possono anche essere associati a omosessualità. Va ricordato che, oltre al fatto che Mercurio stesso viveva in modo libero quella che Sicuteri definisce una "fresca libido non frustrata", egli in seguito alla sua relazione con Afrodite, dà vita sia a Eros che a Ermafrodito, permettendoci di fatto di ricondurlo alle due caratteristiche associate ai meridiani *qiao*. Se, ovviamente, l'ermafroditismo non va confuso con l'omosessualità, la presenza in questo dio dei caratteri sessuali di entrambi i sessi, può simbolicamente farci riflettere sul fatto che la dinamica sessuale uomo-donna venga in qualche modo alterata.

Un'ultima curiosità può essere data dal fatto che Mercurio era molto legato a suo fratello Apollo e infatti da un punto di vista astronomico, questo è il pianeta più vicino al Sole. Allo stesso tempo quando vogliamo accoppiare un meridiano allo *yang qiao mai* (Mercurio) andiamo a scegliere il *du mai* e, quindi, suo fratello Apollo.

²⁵ *Ibidem*, p.158.

²⁶ Di Stanislao C. et al., *op. cit.*, p.211.

Una particolare lombalgia trattata con il Tuina

di Alfredo Capozzucca¹ e Valeria Sansone²

Abstract

Viene presentato e commentato un caso clinico di lombalgia in un ragazzo di 13 anni trattato con Tuina, con particolare riferimento al punto 15CV.

Parole chiave: lombalgia, Tuina, 15CV.

Abstract

It is presented and commented a low back pain case of a 13 year old boy treated with Tuina, with particular reference to point 15CV.

Key words: low back pain, Tuina, 15CV.

¹ zosogo@live.it

² valeriasandone@yahoo.it

La lombalgia è senza dubbio una delle sintomatologie a più frequente riscontro in qualsiasi struttura sanitaria, ed è altresì la prima causa di astensione temporanea dal lavoro. La sua eziologia è estremamente varia, e si calcola che più dell'80% della popolazione ne soffra almeno una volta nel corso della propria vita¹.

Di seguito si descrive un caso di lombalgia in un ragazzo di 13 anni, trattato con successo attraverso il Tuina.

Il paziente, maschio di 13 anni, in data 13/11/13 si presenta accompagnato dalla madre per una lombalgia fastidiosa e persistente che non gli permette più di giocare a basket né di svolgere qualsiasi attività fisica da ormai due mesi. Nessun trauma riferibile, RX e RM nella norma. Il dolore è localizzato centralmente nella zona compresa tra L2 e L4, è assente a riposo in qualsiasi posizione e si manifesta con il movimento; la pressione e il calore locale danno sollievo. In anamnesi una tallonite risoltasi spontaneamente un anno prima. Il ragazzo è serio e taciturno, quasi apatico, non timido, di costituzione Terra/Acqua. Dall'interrogatorio emergono stanchezza soprattutto verso sera, gonfiori e fastidi addominali con alvo alterno e freddolosità. Il polso è profondo e molle, la lingua larga e pallida, con poco induito biancastro.

Tutto ciò ci fa orientare verso un vuoto dello yang, in particolare dello yang di Milza probabilmente non sostenuto sufficientemente dal Rene.

Trattamento: *an rou fa* e *guen fa* sulla zona lombare con applicazione di olio di iperico (molto riscaldante, attiva lo yang²) e successivamente scatola di moxa per 15 minuti; tonificazione dei meridiani *zu shao yin* e *zu tai yin* con *tui fa* e *an fa*, sempre utilizzando olio di iperico; infine moxa (per stimolare lo yang) su 2KI, 8SP e 6CV: dal secondo punto del meridiano del Rene parte un ramo interno che raggiunge 8SP e simboleggia la yang del Rene che sostiene quello della Milza; 6CV invece giova al Rene e ne distribuisce lo yang³.

Nei due giorni successivi al trattamento il dolore è migliorato per poi tornare alla stessa intensità di prima. Ripetiamo lo stesso trattamento per altre tre sedute settimanali, sempre con risultati parziali e assolutamente non definitivi. Un giorno mi chiama la madre dicendo di aver portato il figlio in ospedale per dei forti dolori addominali: al pronto soccorso gli hanno diagnosticato una subocclusione intestinale risoltasi poi brevemente con l'aiuto di farmaci stimolanti la peristalsi. Gli scarsi risultati ottenuti finora e questo episodio ci convincono a rivedere la diagnosi, anche perché polsi e lingua indicano un miglioramento dello yang, infatti astenia e gonfiori addominali sono spariti: quindi se, nonostante lo yang di Rene e Milza sia ora in salute, la lombalgia persiste, probabilmente il vuoto di yang non ne era la causa principale. In effetti in età così giovane è molto difficile avere un vuoto primitivo di yang!

I polsi ora sono diventati tesi soprattutto a livello intermedio (livello ying), e questo fa pensare a stasi di sangue. La particolare chiusura e apatia del ragazzo indicano la possibilità del coinvolgimento di fattori emotivi (sangue), in particolare di repressione emotiva (il trattenere le feci fino al blocco intestinale ne è un segno evidente). Approfondendo con la madre in separata sede emerge un rapporto difficile con il padre, separato dalla madre e abbastanza assente.

Ponendo l'ipotesi di un coinvolgimento dei meridiani luo, non sapendo su quale indirizzarci abbiamo deciso di trattare 15CV (luo dei luo, centro dell'espressione dell'uomo) con *gua shà*, per cercare di fare emergere eventuali conflitti latenti da qualche parte a livello del sangue.

La settimana dopo il paziente riferisce di aver sofferto di vertigini e bruciore e prurito agli occhi da dopo il trattamento su 15CV: ecco che qualcosa è emerso! I sintomi evocati parlano di Fegato, e probabilmente di molta rabbia trattenuta (rabbia nei confronti del padre). Risulta logico che questo conflitto emotivo si ripercuota sui lombi, zona legata al nutrimento affettivo⁴: per un bambino l'affetto dei genitori. E' qui (nei lombi, nel *Ming Men*, nell'affetto dei genitori) che si radica lo *zhi*, la forza individuale che si esprime nella yang qi che è il nostro modo di espanderci nel mondo⁴. Per questo forse il ragazzo presentava quello strano vuoto (apparente) di yang.

Ricostruito il tutto, si sceglie questo trattamento: *an rou fa* e *guen fa* sulla zona lombare, dispersione del livello *jue yin* con *tui fa* e *na rou fa*, dispersione dei punti 14LR e 6PC con *yi zhi chen fa*. Il principio è spezzare la compressione del qi di Fegato per muovere il sangue e liberare la rabbia.

La settimana successiva il ragazzo mi annuncia sorridente (mai l'avevo visto sorridere) che il dolore è praticamente scomparso! La madre mi confida di aver notato anche un grande cambiamento emotivo: vede suo figlio più aperto, solare e rilassato. Dopo altre 3 sedute con lo stesso schema di trattamento chiudiamo la pratica, poiché il dolore non è più tornato.

La chiave di volta di questo caso è stata il punto 15CV, che permette l'espressione del Cuore, è legato alla nutrizione (anche quella affettiva⁵).

La particolarità è che in questo caso 15CV è stato usato quasi come strumento diagnostico: in un ragazzino apatico e poco comunicativo trattando questo punto si è riusciti a farlo esprimere, per lo meno attraverso il corpo (vertigini, bruciore agli occhi), per ottenere qualche indizio per l'orientamento della diagnosi.

Bibliografia:

1. Morlacchi C., Mancini A., Clinica Ortopedica, manuale-atlante, Padova, 1977.
2. Di Stanislao C., Brotzu R., Simongini E., Fitoterapia energetica con rimedi occidentali, aromoterapia e floriterapia secondo i principi della medicina cinese, policopie, AMSA 2012.
3. Corradin M., Di Stanislao C., Parini M., Medicina Tradizionale Cinese per lo Shiatsu e il Tuina, Milano 2001.
4. Di Stanislao C., Dispense del corso di "Fitoterapia energetica e costituzionale", policopie AMSA, Roma 2013.
5. Kespi J.M., Acupuncture, Maisonneuve, Paris 1982.

Scuola Discipline Orientali



"Tian Chong"

天 冲



Associazione Culturale - Via Albalonga, 10 - Metro A "Re di Roma" - 00183 Roma

Presidente: Roberto Capponi - info@scuolatianchong.com - 339/5817017 (via sms)

www.scuolatianchong.com

Alchimia Taoista e Qi Gong. Il modello Ma Danyang

Maestro della Scuola della Completa Realtà (Quan Zhen Pai)

Corrente del Nord, fondata dal suo Maestro Wang Chongyang

di Roberto Capponi¹

Abstract

In questo articolo si tracciano le linee guida dell'Alchimia Taoista, nel suo aspetto filosofico, rituale e pratico, contestualizzandolo nell'ambito della Medicina Cinese Classica, del Qi Gong e della Meditazione. Verranno presi in considerazione diversi modelli concettuali, basandosi poi in particolar modo su quello della Scuola della Completa Realtà (Quan Zhen Pai) del Maestro Ma Danyang, allievo del fondatore della corrente del nord, Wang Chongyang.

Abstract

In this article we will talk about the Daoist Alchemy tradition, explaining the theory of various ancient schools and the application in Chinese Medicine, Qi Gong and Meditation. Then we will analyze the Ma Danyang's model of Daoist Alchemy, first student of Master Wang Chongyang, the founder of the Complete Reality School, northern branch.

¹ xrobwt@aliceposta.it

Introduzione al Modello Alchemico Taoista

L'alchimia Taoista rappresenta quel lavoro di trasformazione delle risorse "grezze" di cui si dispone, allo scopo di raffinare sempre più la propria energia e portarla ad uno stadio più elevato e raffinato, sviluppando così oltre ogni aspettativa le proprie potenzialità spirituali, energetiche e fisiche.

L'Alchimia Taoista affonda le proprie origini nella notte dei tempi, fondendosi con aspetti propri del più puro esoterismo. Non è raro imbattersi in Scuole Taoiste che vedano e praticino l'Alchimia in maniera davvero molto differente, con metodi diversi, con scopi molteplici seppure tutto parta dai medesimi principi.

Bisogna innanzitutto prendere in considerazione l'Alchimia secondo le due macrocategorie in cui si è sviluppata: Wai Dan e Nei Dan.

Wai Dan rappresenta le pratiche Alchemiche Esterne, cioè quelle votate all'uso di erbe, infusi, minerali, cibi che potessero provocare la trasmutazione delle energie verso uno stato raffinato e sottile, tale da portare all'Immortalità.

Nei Dan è invece quel sistema che mira alla coltivazione dell'Energia Interna personale, così da creare il Fuoco Alchemico all'interno del praticante grazie alla pratica (individuale o di coppia), lasciando così al soggetto il compito di alimentarlo per promuovere tutti i processi di evoluzione energetica.

In entrambi i casi, si tratta dell'umana ricerca della scintilla divina che in ognuno risiede e che ogni processo attiva e che può essere scoperta, coltivata ed alimentata grazie ad un profondo e strutturale lavoro su di sé.

In ogni tradizione culturale l'Alchimia ha svolto un ruolo importante, da quella Europea in cui c'è stata la ricerca della possibilità di trasmutare il Piombo in Oro, fino a quella Taoista Cinese in cui l'obiettivo è trasformare il Dan (Cinabro, cioè Solfuro di Mercurio) nell'Elisir d'Oro dell'Immortalità.

Nel concetto Taoista, l'Immortalità non simboleggia soltanto quella serie di processi energetici che fortificano il corpo a tal punto di provocare una longevità fuori del comune, unitamente ad una salute invidiabile, ma anche quel processo interiore di abbandono del sé, dell'ego e dell'attaccamento al mondo ed alla vita che possa portare la persona a fondersi con il cosmo intero, risultando dunque una pura emanazione dell'energia universale, cosmica, divina che tutto permea e tutto anima.

Qi Gong Taoista, Arti Marziali Interne, Meditazione, Medicina Cinese Classica sono i metodi e gli strumenti con cui percorrere questa Via: sembrano apparentemente sistemi troppo distanti tra di loro, ma è solo un'apparenza. In realtà, il corpus filosofico Taoista ha dato vita a numerose Scuole, influenzato Arti e Discipline, donando ad ognuna di esse la coerenza con i principi che animano il tutto.

Ciò significa che ogni metodo tra questi è in grado di condurre il praticante sincero negli intenti e nello spirito di abnegazione costante ad una trasformazione del sé di profondissimo livello, fino a perdere la sensazione di appartenenza al Sé (Ego) per riscoprirsi fuso nell'intero Cosmo, Mondo, Universo.

Questa è la pratica dell'Alchimia Taoista: superare ego, corpo, brame e paure e ritrovarsi in ogni cosa, in ogni luogo, in ogni essere, fusi nel tutto ma distinti dal tutto, in grado di percepire, vivere ed interagire senza più barriere tra interno ed esterno.

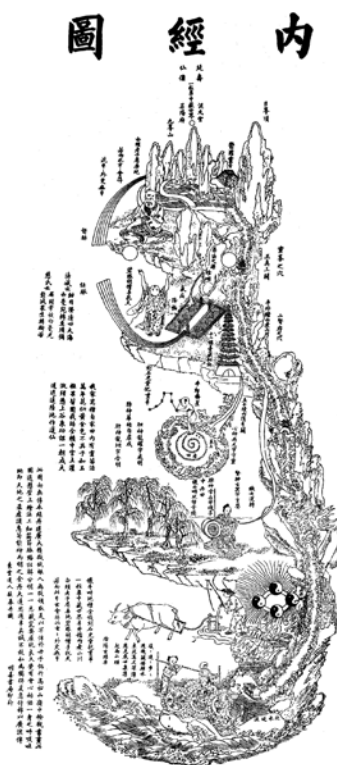
La pratica Alchemica Taoista si basa su 4 passi, così strutturati da Wei Boyang, grande Alchimista vissuto tra il 100 ed il 200 d.C. nella Dinastia degli Han Orientali, autore del Classico sull'Alchimia Zhou Yi Cantong Qi (il Sigillo dell'Unità dei Tre):

- 1) Accumulare il Jing – Iniziazione e Purificazione
- 2) Trasformare Jing in Qi – Liang Jing Hua Qi
- 3) Raffinare il Qi in Shen – Liang Qi Hua Shen
- 4) Lasciare che lo Shen torni al Vuoto – Liang Shen Hua Xu

La prima fase (1° e 2° punto) è relativa alla conquista, al consolidamento ed alla coltivazione della salute. Si tratta di rinforzare il Jing, essenza materiale, densa, corporea, associabile anche al concetto di DNA, dalla cui quantità ed azione dipende il funzionamento dell'intero organismo. Ecco che, dunque, non si può non iniziare dall'accumulare il Jing, affinché esso generi il Qi, cioè l'energia funzionale.

Il secondo step è relativo alla capacità di interagire, di muovere l'energia, dentro di sé ed all'esterno di sé, allo scopo di utilizzare la propria energia per raffinare la propria percezione del mondo. Il Qi, energia residente nel petto e rappresentante il proprio modus operandi e, quindi, l'attitudine personale si muove verso l'alto, verso la testa per irrorare gli "organi di senso" allo scopo di percepire la realtà sottile del mondo e degli eventi.

L'ultimo scalino è relativo alla conquista dello stato di Vuoto, riguarda lo stato del Non Essere, lo stadio in cui si abbandona la materialità e la dimensione spazio – temporale non risulta più in grado di contenere lo spirito personale e la sua stessa energia. In questo caso, micro e macrocosmo non hanno più confini che li possano separare.



Sono molti i Maestri "classici" e le Scuole Alchemiche di riferimento da cui partire per analizzare e studiarne i processi. I più famosi Maestri sono Wei Boyang (autore del classico Cantong Qi), Wang Chongyang (fondatore della Scuola della Completa Realtà del Nord, autore di tre classici sull'alchimia e sul suo insegnamento), Ma Danyang (successore di Wang Chongyang, autore di numerosi testi medici ed alchemici), Zhang Boduan (autore del Classico Wu Zhen Pian, Comprendere la Realtà, patriarca della corrente del Sud della Scuola della Completa realtà), Ge Hong e Sun Si Miao che sono tra i più illustri nomi della Medicina

Cinese Classica e che non hanno bisogno di presentazione. Ci occuperemo, in questo momento, in particolare di Ge Hong, Sun Simiao e di Ma Danyang più avanti, nel capitolo ad esso dedicato.

Ge Hong

Questo Maestro (283 – 343 d.C.) parte dal concetto secondo il quale con la Meditazione, la riduzione dell'assunzione del cibo, l'aumento del nutrimento energetico tramite il Qi Gong si possono ridurre gli "appetiti", i desideri, le brame e le dipendenze interiori dalla materialità. In questa maniera, propone questo metodo, si ottiene un progressivo abbandono della sfera individualistica e materialistica per lasciar spazio allo sbocciare del fiore "interiore" che ognuno ha dentro di sé (apertura del Cuore). Ge Hong propone l'uso di 9 Punti nel trattamento detti i 9 Fiori, che servono per liberare il Cuore dai 9 dolori che inquinano il vivere e che, quando non risolti, costringono alla reincarnazione al fine di superarli. Il fatto che questi punti vengano definiti "Fiori" suggerisce diverse spiegazioni:

- 1) Sono tutti dislocati su addome e torace e, se collegati da linee, disegnano i petali di un fiore
- 2) Suggerisce l'idea che si debba trasformare in fiore qualcosa di meno "bello" e prezioso, vale a dire che si deve liberare dal fango (desideri e pulsioni materiali a discapito dell'interiorità) il Fiore Interiore
- 3) Il Fiore che sboccia indica la coltivazione che si deve a se stessi: concimarsi, innaffiarsi, esporsi al Sole e ritirarsi di notte... si tratta del rispetto dei cicli naturali e di aprirsi all'energia Solare (scintilla divina) che faccia sbocciare nel praticante il Cuore

A livello della pratica delle Discipline Interne, oltre all'uso (in primis!) dell'Intenzione votata al compimento di questo risultato, si deve scegliere un sistema di pratica che mobilizzi Busto ed Addome, zone in cui risiedono i punti: nel Qi Gong e nelle Arti Interne il corpo viene considerato un Mudra, cioè viene posizionato in certi modi per ottenere una reazione energetica specifica. Alimentazione, Sessualità Taoista e Meditazione completano il quadro.

Sun Simiao

Questo mitico Medico (581 – 682 d. C.) ha sviluppato un sistema secondo il quale si devono mescolare Yin e Yang nel Dantian inferiore, vale a dire quella zona e quel serbatoio del basso addome in cui si conserva il Jing, l'essenza materiale, corporea nonché Energia Prenatale ereditata su cui si costruisce l'intera esistenza fisica, organica e materiale.

Nel momento in cui si ottiene la mescolanza di Yin e Yang nel trattamento, grazie a specifiche tecniche di stimolazione (Moxa – Yang sul Sale – Yin sopra l'Ombelico), allora si ravviva la funzione e l'azione del Jing (struttura portante del sé corporeo e della coscienza del sé) tale che possa dare nuovo impulso alla vita.

Ravvivare il Jing (fusione delle essenze paterne e materne all'atto del concepimento) porta speranza di un futuro luminoso nello spirito della persona consentendogli di scegliere di incamminarsi su quella Via che porta al compimento del proprio Destino.

Per Sun Si Miao la chiave è affermare se stessi, rinforzarsi e radicarsi in sé, per poi purificarsi dagli ostacoli (brame, ego, paure...) sulla base di una nuova coscienza.

A livello del Qi Gong, nelle pratiche Alchemiche si usano metodi come "mischiare respiro – Yang e saliva – Yin e condurli insieme nel Dantian" o pratiche di visualizzazione per illuminare i processi interni.

Qi Gong – Arti Interne ed Alchimia Taoista

Il principio su cui si basano le pratiche interne Taoiste, in relazione all'Alchimia, è che la prima fase del lavoro è quella di sviluppare un respiro addominale, che vada a stimolare la mobilitazione del Qi nel Dantian

Inferiore (dove prende il nome di Jing che, come abbiamo detto, indica l'essenza corporea). Successivamente, si mirerà ad accumulare nel Dantian più energia possibile per poi raffinarla e farla scendere secondo natura verso il petto, dove il Jing si trasforma in Qi.

Il compimento del Destino e l'elevazione spirituale passano per il rapporto tra Reni e Cuore – Pericardio. I Reni, nella prospettiva in cui si analizza in corpo con la logica degli Organi, rappresentano la sede del Jing (come il Dantian Inferiore nella prospettiva Alchemica), mentre il Cuore – Pericardio rappresentano la sede sorgente dello Shen Individuale, cioè il proprio *modus vivendi et operandi* in virtù di un destino da compiere.

È agli "ordini" del Cuore (definito Imperatore) che il Rene rilascia il Jing e fa sì che si trasformi in Qi, cioè che generi attività Organica che permetta alla persona di esprimere se stessa nel mondo e nelle relazioni con il prossimo. Il Pericardio rappresenta il Ministro del Cuore e, per conto dell'Imperatore, comunica al Rene i "voleri" dello Shen, affinché il Rene metta a disposizione il Jing e lo lasci salire in alto verso il Cuore per trasformarsi in Qi.

Questa simbologia della Medicina Cinese indica come la trasformazione, la crescita e l'evoluzione corporea passino per una presa di coscienza, per una trasformazione interiore che ci illumini il cammino e ci consenta di incamminarci verso quella direzione di vita che la scintilla "divina" residente in ognuno di noi ci indica.

Per far sì che la scintilla divina possa esprimersi, è necessario in primis avere coscienza del sé e risorse per esprimere il sé (Jing), poi si deve avere il coraggio e la propulsione interiore ad incamminarsi (Qi), infine ci si eleva con le significative esperienze che si traggono dal Cammino lungo la Via che porta al compimento del Destino (Shen). Questo consentirà al praticante di fondersi con il tutto, con il cosmo intero, poiché chi persegue il proprio Destino è una persona che si "arrende alla vita", cioè che non lotta contro l'esistenza per ottenere quel che vuole, ma rinuncia al Sé, al desiderio, alla materia ed all'ego, abbracciando invece la natura intrinseca di se stesso e della vita che gli si offre così com'è e senza forzature derivanti dalla volontà razionale: solo così si potrà compiere il cammino, solo così ci si potrà riempire della Vita e della Via ed entrare a far parte della schiera degli Illuminati, cioè coloro che usano la propria luce interiore per far luce sul cammino da compiere.

Soltanto chi accetta di rinunciare a trattenere, ad attaccarsi ed a desiderare smodatamente può sentirsi all'interno e scoprirsi pieno di quelle risorse interiori fisiche e spirituali più che sufficienti per trascendere questo mondo.

Non è casuale che tutti i grandi Illuminati della storia del mondo, assurti giustamente al livello di Divinità, come Gesù, il Buddha, Laozi, ma anche tutti i grandi Santi delle varie tradizioni siano passati per il digiuno, per l'astinenza, per il silenzio, per il ritiro, per la solitudine...per poi tuffarsi nuovamente nel mondo, pronti ad interagire con esso sulla base di una nuova e ritrovata luce vigorosa con cui far esprimere la propria coscienza della vita.

Arrivati a questo punto nella pratica, si comprendono le leggi che governano il mondo intero, le cause che muovono gli eventi, le leggi ed i principi naturali a monte di qualsiasi fenomeno. Chi giunge a queste vette bypassa il fenomeno (manifestazione) poiché vede e comprende direttamente il noumeno (essenza), sia a livello fisico che emotivo o cosmico. Si tratta di persone che sono in grado di dominare completamente la materia, sfidando e superando le apparentemente universali leggi della fisica, così come noi la conosciamo, anche se con i moderni studi della Fisica Quantistica, la comunità scientifica si sta sempre più avvicinando alle concezioni Taoiste che regolano l'intero cosmo, micro e macro.

Uno dei cardini della pratica Alchemica è Zhou Tian Gong, cioè il lavoro sulla Circolazione Celeste, divisa in Xiao Zhou Tian (Orbita Microcosmica o Piccola Rivoluzione Celeste) e Da Zhou Tian (Orbita Macrocosmica o Grande Rivoluzione Celeste).

Con questi metodi, praticabili da fermi o in movimento o con le pratiche Marziali Interne, si mettono in comunicazioni 10 Punti, detti Porte (Qiao) che ricapitolano l'intero processo di trasformazione Alchemica. Facendo passare con specifici metodi meccanici, respiratori e di Intenzione il Qi da un Punto all'altro, si promuove il movimento energetico, che genera a sua volta il movimento della persona nell'Orbita Cosmica del mondo in cui vive: tutto quel che avviene nel Corpo, microcosmo, si riflette in quel che avviene fuori, macrocosmo. Indurre dei processi di movimento, raffinazione e trasformazione nell'interno, permette e promuove il cambiamento di direzione, di scelta e di comportamento del protagonista nella sua vita.

Si diventa, dunque, asse gravitazionale e di rotazione del proprio "Pianeta - Vita" e non si passerà più l'esistenza a rincorrere gli eventi ed i fatti della vita inseguendoli sulla linea dell'equatore tentando di correre velocemente quanto loro, ma si diventerà i generatori del movimento del pianeta, determinando come e quali tipologie di eventi si manifesteranno. Quel che avviene "fuori" è un riflesso delle vibrazioni che noi stessi emaniamo: più ordinate, armoniche, sottili, spirituali ed elevate sono, più otterremo, in risposta, una risonanza complementare e foriera di crescita.

Dunque la pratica a fini Alchemici delle Discipline Interne Taoiste mira a trasformare profondamente la persona, mettendola in condizione di percepire e nutrire sempre più intensamente il sé, per poi partire dall'ascolto profondo del proprio Cuore al fine di incamminarsi verso la Meta che ognuno di noi vede per la propria vita.

1° Stadio dell'Alchimia – Liang Jing Hua Qi

Trasformare il Jing accumulato in Qi. Questo è lo scopo conclamato del 1° stadio dell'Alchimia Taoista. Si tratta di riuscire a strutturare un corpo sano, in salute, eliminare le malattie croniche, consolidare l'autostima e la coscienza del sé, fare in modo di avere speranza nelle proprie chances e nel futuro, far sì che ci si senta a proprio agio con se stessi, fisicamente, emotivamente e spiritualmente.

La fase di Iniziazione prevede proprio lo sviluppo della Self Confidence, vale a dire di quello stato interiore di benessere psico – fisico che dia alla persona la sensazione di essere contento di come si è, di quel che si ha e della potenzialità di come si può diventare e migliorare in virtù delle proprie risorse.

La fase della Coscienza prevede il cambiamento ed il potenziamento della Mente e della Volontà, allo scopo di raffinare la Coscienza: il Jing, cioè l'essenza del sé, lavora e si distribuisce in funzione della propria coscienza, in virtù dell'ambiente sociale che ci influenza, in funzione anche di quel che si è imparato nella vita....cambiare la capacità percettiva della vita e credere che il cambiamento, la trasformazione, la guarigione e l'elevazione siano possibili è necessario allo scopo di far sì che il Jing si trasformi in Qi, cioè da potenzialità del sé (Jing) ad espressione del sé (Qi). Finché non si crederà nella trasformazione e non ci si concentrerà, nonostante tutte le possibili avversità presenti, sulla lucida volontà e sensazione di miglioramento in costante divenire, nulla cambierà davvero.

Quando si otterrà la vivida percezione che si esce dall'empasse di vita in cui si ristagna, allora ci si libera da tutto ciò che imprigiona petto ed addome, ci si detossifica fisicamente ed emotivamente di tutti i ristagni, il petto si apre e riceve il Jing che si trasforma in Qi. L'Alchimia è la redenzione dell'aspetto spirituale dalle pastoie materiali patologiche. Chi non si sente libero di esprimere (Qi) se stesso (Jing), ristagna nella vita e non procede lungo la Via, non supera le prove e le difficoltà, rassegnandosi a far passare il tempo senza produrre una reale crescita personale interiore: è in funzione di come ci si sente dentro e di come si evolve che la vita cambia intorno al soggetto e tutto ciò gli consente di vedere sempre più chiaramente al futuro. Questa è la fase della Trasformazione.

2° Stadio dell'Alchimia – Liang Qi Hua Shen

Trasformare il Qi in Shen. E' lo stadio, forse, più complesso da completare e raggiungere. Si tratta di aprire il Cuore, sviluppare l'onestà ed arrendersi alla vita. Ciò indica la capacità di superare la dimensione "Ego", in cui ci si sente al centro della vita per raggiungere una dimensione in cui ci si fonde con la vita stessa. Quando si abbandona, con il 1° stadio, la paura di non farcela e tutte le brame da compensazione che ne derivano, si accede a questo 2° livello in cui lo scopo è imparare a sentire che la vita di per sé ci offre già tutto quello di cui abbiamo bisogno per compiere il nostro Destino in maniera completa ed efficace. Arrendendosi alla vita e sviluppando l'onestà nei confronti di se stessi, ammettendo pregi e difetti con serenità, si può interagire senza configgere, senza pretendere che il prossimo ci compiacca o senza aspettarci che gli altri siano come noi li desideriamo, ma imparando ad accettarne l'intima essenza, per stabilire legami veri e profondamente costruttivi.

Ciò permetterà altresì di superare l'attaccamento al prossimo, poiché si entra in una forma mentis in cui, se un rapporto senza conflitto si esaurisce da sé, è soltanto perché ha esaurito il suo ruolo in quel momento contingente della vita e ci lascia liberi di proseguire il cammino senza rimorsi o rimpianti. Ciò non significa diventare freddi o insensibili, ma onesti e profondamente sinceri con se stessi e con gli altri che ci consentono ogni giorno di elevarci sempre più. La crescita è perdere quotidianamente qualcosa, non acquisire: perdere ego, brame, attaccamenti...Questo processo permette al cuore (Imperatore) di aprirsi, vale a dire di liberarsi dai pesi che lo "costringevano" ad essere in contatto in via esclusiva con istinti materiali (salute, sopravvivenza, sesso, relazioni carnali, cibo...tutte questioni superate nel 1° stadio) per consentirgli di agire ed esprimersi unicamente in virtù della propria attitudine personale votata al compimento di quel Destino che la Scintilla Celeste depositata in ognuno di noi ci indica.

Chi, onestamente, guarda a sé ed alla vita non potrà che procedere con la serena consapevolezza di quali sono le Vie adatte a sé o non adatte, così da poter sempre scegliere, in piena coscienza, che direzione prendere senza mai arrivare allo scontro o al conflitto col mondo e con il prossimo, proprio perché l'Ego è il risultato dell'ignoranza: ignoranza del sé, ignoranza del proprio obiettivo, ignoranza dei propri limiti e potenzialità.

3° Stadio – Liang Shen Hua Xu

Si tratta di lasciar andare lo Shen (Spirito) Individuale dal Petto alla Testa, sede del Grande Shen (Shen Ancestrale che ci anima, espressione pura del Cielo) e lasciare che torni al Petto. E' un processo legato al Fegato (concludere qualcosa che volge al termine) ed alla Colecisti (ricominciare ex novo), che determinano il perenne rinnovamento, lo sbocciare di una primavera a posteriori di un rigido inverno.

Si giunge lentamente allo stato dell'Indifferenza, vale a dire allo stadio della consapevolezza che tutto è momentaneo, tutto è impermanente poiché in continuo Mutamento ed Evoluzione, che tutto ha un valore relativo e mai assoluto. Ci si decontamina dalle influenze mentali e dalla mania di categorizzare le cose: così nulla può più avere potere sulla persona e sulla sua vita, poiché vede e vive tutto in funzione del sentire interiore che lo spinge a lasciar andare quel che vive senza attaccamento, per aprirsi sempre più e senza desideri o pregiudizi a quel che avviene nella vita, cioè all'influenza Celeste che tutto muove, anche all'interno dell'animo umano.

Lo scopo non è cambiare il percorso di vita, ma la percezione che si ha del percorso: cambiandone la percezione ed il punto di vista, cambierà radicalmente il Destino, poiché cambierà il modo dello Shen di approcciarsi alla Vita e, quindi, il modo di vivere (Qi) e la percezione del sé (Jing) nella vita.

Modello Alchemico della Scuola della Completa Realtà (Quan Zhen Pai)

Corrente del Nord – Modello del Maestro Ma Danyang

Ma Danyang (1123 – 1183 d.C.) ha sviluppato la tecnica delle 11 Stelle Celesti, cioè ha catalogato l'uso per i trattamenti di 11 punti del Massaggio Energetico Cinese (Tuina) e dei relativi Meridiani allo scopo di purificare lo spirito della persona: secondo questo approccio, l'essere è a priori contaminato da brame e desideri, cosa che accende il Fuoco nello Yang Ming: questa espressione tecnica della Medicina Cinese significa come la fame (Yang Ming è un livello energetico che trova la sua manifestazione massima nello Stomaco) metta le persone alla ricerca della sazietà, sia essa fisica, sensoriale o emotiva ed esperienziale. Cercando di utilizzare questo Fuoco "patologico" per accendere il Fuoco Alchemico nel Dantian Inferiore, Ma Danyang fa in modo che questa Energia (Fuoco) venga usata per iniziare a trasformare l'Acqua, cioè il Jing, ossia l'essenza stessa della persona, la sua struttura portante, il suo telaio fisico e spirituale. In conseguenza di ciò, la persona può, a questo punto, iniziare una nuova vita sulla base di una nuova coscienza del sé. In sintesi, Ma Danyang propone di purificarsi dalle brame e dagli attaccamenti per poi partire a strutturare una nuova esistenza.

La stimolazione dei Meridiani e dei punti può essere effettuata in diversi modi: Massaggio, Agopuntura, Qi Gong, applicazione locale di specifici Oli Essenziali, Alimentazione, Meditazione o combinazione di questi metodi. Come sempre nel modello Taoista ed in quello Alchemico, non ci si fissa mai sulla "tecnica in sé", ma sui principi che il Maestro ha espresso, lasciando poi che il cardine concettuale ed operativo svelato prenda forma senza limiti in diversi metodi.

Massaggio

Le 11 Stelle Celesti ed i relativi Meridiani si massaggiano con il paziente posizionato in 6 posizioni diverse, poiché il Corpo nelle pratiche Energetiche (terapeutiche, alchemiche, meditative) va considerato un Mudra al fine di generare reazioni energetiche atte allo scopo.

- 1) **Yang Ming** (ginocchia piegate, piedi appoggiati, mani giunte al petto, supini) – An Fa
 - a. Mer. St + St 36 + St 44 + Mer. LI + LI 11 + LI 4
 - b. Ottenere riduzione velocità del Polso
 - c. Si può usare O.E. Petitgrain (Citrus Aurantium)
 - d. Riporta Yang all'interno per trasformare Jing, portare Luce e ridurre brame
- 2) **Tai Yang** (ginocchia flesse, pancia in giù, piante dei piedi al cielo) – Tui Fa/Na Fa
 - a. Mer. BL + BL 40 + BL 57 + alla fine BL 60 con ginocchia distese + Mer. SI
 - b. Aggiungere stimolazione di Lr 3 dice il Medico Gao Wu (Jue Yin → Tai Yang)
 - c. Superficializzare Polso (deve diventare Galleggiante, cioè Superficiale)
 - d. Si può usare O. E. Basilico
 - e. Fuoco incontra Acqua e inizia trasformazione ed evaporazione, espansione del Sé
- 3) **Shao Yang** (sul fianco, posizione fetale, ginocchia davanti a CV 8) – An Fa che perdura
 - a. Mer. Gb + Gb 30 + Gb 34 + Mer. TE
 - b. Polso deve diventare meno ampio e più pieno, compatto, si riempie di Yin, scivoloso
 - c. Si può usare O.E. Cedrus Atlantica
 - d. Gb e viscere extra, quindi si attivano viscere extra che cambiano dall'interno la persona, si dà il Lā per cominciare una nuova Vita con una nuova struttura
- 4) **Petto** (disteso, pancia in su) – Tui Fa livello Ying per il Pc e livello Wei per Ht/Lu
 - a. Mer. Pc + Ht + Lu + Ht 5 + Lu 7

- b. Il Polso deve diventare più Forte
- c. Si può usare O.E. Alloro
- d. Il nuovo Yin che arriva da Shao Yang attiva Shen Ht che si accorda a Yuan Shen

L'obiettivo è quello di portare la persona a compiere un viaggio nell'essenza di Sè in 4 fasi:

- 1) portare luce e vigore all'interno per accendere il Fuoco Alchemico e ripartire
- 2) dare l'avvio alla nuova Vita grazie all'incontro tra Acqua e Fuoco
- 3) iniziare il nuovo percorso, sentendosi liberi di essere e scegliere, così da attivare la distribuzione del Jing (Yuan Qi) in relazione alla libertà interiore
- 4) aprire il Petto, aprire il Cuore e permettere allo Shen individuale di accordarsi alla Yuan Shen del Cervello per compiere Tian Ming, il Mandato Celeste che ci caratterizza.

Il trattamento è standard per tutti: si insiste su ogni fase finché il Polso non raggiunge le qualità descritte. Si verifica il Polso e si esegue la fase 1) del trattamento. Si controlla nuovamente il Polso: se esso si è modificato in favore delle aspettative, si passa alla fase 2), altrimenti si effettua di nuovo la fase 1) e così via per le fasi successive.

È un trattamento profondissimo, trasformativo, in grado di mettere il ricevente in contatto con la parte profonda di sé. Può dar vita a profondissime prese di coscienza, a sblocchi emotivi importanti, a potenti cambiamenti interiori, dettati dal "ri-allineamento" tra Jing e Shen e dalla conseguente evoluzione secondo il modello Alchemico Taoista.

Utilissimo in particolare per tutte quelle persone che versano in un'impasse dalla quale faticano ad uscire e per tutti coloro giunti ad una stagnazione di vita importante che abbia portato a Malattia. Non ha controindicazioni ed aiuta ognuno a riprendere la retta strada Maestra del Cuore.

Molto utile e potente per i pazienti affetti da malattie degenerative o croniche, in quanto questi quadri sottolineano una situazione di grave e reiterato non cambiamento e resistenza al flusso della propria vita e del proprio Destino.

Gli O.E. si utilizzano diluiti² e poi si massaggiano i Punti. Utilizzare guanti in lattice per massaggiare i Punti. Attenzione all'utilizzo degli O.E.: assolutamente vietato l'utilizzo su persone allergiche, con intolleranze, ecc.!

² Dall'1% al 4% → 1% obbligatorio per anziani, deboli, convalescenti, emotivi, pelli delicate. 3% e 4% solo per persone forti, determinate, stabili emotivamente, bisognose o desiderose di un forte sblocco. Mai usarli in estate o quando ci si esporrà al sole, poiché sono foto sensibilizzanti. Olio Oliva è il migliore per proteggere pelle poiché elimina Vento/Calore, Fuoco Tossico e previene liberazione di Vento Interno, in quanto tonifica Yin e Xue.

- 5 gocce di O.E. in 1 cucchiaino di Olio Oliva --> 1%
- 10 gocce di O.E. in 1 cucchiaino di Olio Oliva --> 2%
- 15 gocce di O.E. in 1 cucchiaino di Olio Oliva --> 3%
- 20 gocce di O.E. in 1 cucchiaino di Olio Oliva --> 4%

Qi Gong secondo l'insegnamento di Ma Danyang – Stadio Terra

Le posture "universali" sono Zhan Zhuang larghezza spalle, o seduti, o sdraiati. Sviluppata una fase con 9 respiri (o multipli), verificare Polso: se c'è stata trasformazione, passare alla successiva (abbandonando il lavoro sulla precedente!) o eseguire nuovamente 9 respiri.

1) Yang Ming Ottenere riduzione velocità del Polso (percepirlo alla pressione media)

- a. Si tratta di far rientrare lo Yang (Wei Qi) all'interno del corpo
 - i. Creare la sensazione che l'energia dalla superficie della parte frontale del corpo venga riassorbita all'interno, dal viso verso collo e clavicole, così come per le gambe l'energia deve essere riassorbita dalla faccia frontale verso Femore e Tibia, e per le braccia la pelle della zona radiale deve cedere energia verso il Radio stesso. Una volta rientrata, deve defluire tutta nel Dantian Inferiore con sensazione forte di quiete, di aplomb, di "indifferenza" per ciò che avviene all'esterno.
 - ii. A livello posturale, si deve creare una struttura immobile (Yang Ming gestisce l'arresto del movimento), eretta ed estesa a dovere, in cui si rispettino gli allineamenti delle 3 cavità ossee:
 1. Testa eretta, mento scende verso il pube
 2. Pelvi "cadente", osso pubico sale verso punta del mento
 3. Cassa toracica con le costole che "scendono" verso creste iliache
 - iii. Ciò garantirà una forte sensazione di voler flettere le ginocchia con aumento dello scarico della forza peso nel terreno; si metteranno le radici, con netta percezione della propria energia che contatta la profondità del terreno (ciò aumenta l'afflusso di Qi Terrestre nel Dantian). L'uomo vivrà sensazione di stimolazione dei testicoli, la donna delle grandi labbra, entrambi del perineo (CV 1).

2) Tai Yang Superficializzare Polso, deve diventare Galleggiante, cioè Superficiale

- a. Si tratta di far superficializzare la Wei Qi e lo Yang sulla superficie posteriore
 - i. Creare la sensazione che tutto il Qi accumulato nel Dantian diventa così abbondante e riempitivo da strabordare fuori da esso per andare ad irrorare tutto il retro del corpo, nuca, schiena e gambe, fino a sensibilizzarne la pelle, creare tepore o calore, a volte anche lieve sudorazione o sensazione di eliminazione di Vento (come se ci fosse una sorgente d'aria nelle vicinanze). In questa fase si deve percepire netta differenza tra la sensibilità della pelle frontalmente (minore poiché Yang Ming ha fatto rientrare Wei Qi) e posteriormente (molto maggiore per la superficializzazione di Tai Yang).
 - ii. A livello posturale, si deve percepire la sensazione che la schiena e la colonna si aprono e si estendono, con conseguente sensazione di voler allungare le ginocchia e sollevare la testa, estendendola verso dietro.
 1. Così come per lo Yang Ming il mento e la cassa toracica frontalmente "scendono" e l'osso pubico "sale" verso il mento, in questa fase avremo:
 - a. Se il mento scende, la Nuca ascende verso il Cielo
 - b. Se l'osso pubico sale, il coccige si abbassa verso Terra
 - c. Se le costole scendono, la schiena si estende

3) Shao Yang Polso deve diventare meno ampio e più pieno, compatto, si riempie di Yin

- a. Si tratta di far sì che lo Yin generi lo Yang e che esso muova lo Yin (rapporto tra Jing e Yuan Qi di cui Shao Yang è motore).
 - i. Si deve creare la sensazione di riempimento del torace (controllato proprio da Shao Yang) e nei fianchi: si deve nettamente percepire che il Qi fatto rientrare da Yang Ming e superficializzato posteriormente da Tai Yang, sia sempre più abbondante, tanto che dall'interno riempie appunto torace (lateralmente) e fianchi, tempie e porzioni laterali di braccia, collo e spalle (qui si aprono le finestre del Cielo!), zone controllate proprio dai Meridiani Shao Yang. Ci si può aspettare necessità di sospirare, mutamenti dell'umore, sapore amaro in bocca, liberazioni di Vento Interno, tendenza ad oscillare o ruotare spontaneamente o manifestazione di movimenti spontanei (Vento).
 - ii. A livello posturale ciò deve riempire lateralmente la cassa toracica (che, comunque, deve mantenere l'assetto stabilito da Yang Ming e Tai Yang) che, a sua volta, farà defluire questa gradevole "pressione" energetica all'interno delle braccia che tenderanno a staccarsi dal corpo ed in testa. In questo modo si sentirà netta la necessità di aprire le spalle all'indietro per allargare il petto e far defluire verso le braccia e la testa.

4) **Petto** Il Polso deve diventare più Forte

- a. Qui si devono armonizzare lo Shen Individuale residente nel Cuore (attitudine spirituale con cui si compie il Cammino) con lo Shen originario (Yuan Shen che rappresenta lo Spirito innato della persona, la sua esperienza, la sua memoria, la sua spinta realizzativa) residente nel Cervello, tramite la capacità del Polmone di aprirsi ai voleri del Cielo (Tian Qi), di lasciar andare i pesi del Cuore e tramite la capacità del Pericardio di filtrare la vita e la realtà per garantire adeguata protezione e serenità, ma senza mai modificare o limitare il significato delle esperienze vissute.
- b. In breve, qui si stimolano i tre livelli energetici Yin, avendo finora attivato gli Yang: Jue Yin (Pericardio) che garantisce l'abbandono della vecchia vita per la nuova, lo Shao Yin (Cuore) che struttura ex novo l'esistenza accordando Jing (io sono) con Shen (io mi realizzo) e Tai Yin (Polmone) che ha il ruolo di permettere alla persona di lasciar manifestare il proprio potenziale, il proprio sé senza nascondere agli occhi del mondo, così da poter lasciare traccia di sé.
- c. Si deve lasciar nascere (non creare, ma lasciare che sia!) la sensazione che tutta l'energia toracica defluisce dentro il collo e testa (Shao Yang) promuova la connessione Cuore (Dantian Medio) e Testa (Dantian Superiore), per poi far sì che l'energia superi la Testa (GV 20) e ci connetta al Cielo. Ciò darà sensazione forte di connessione con il Cielo, creando un riverbero interiore di riverenza, armonia, serenità ed abbandono (fede) alla Vita ed al Cielo stesso.

Si applicherà la Respirazione Prenatale risucchiando perineo ed addome, la produzione e deglutizione della Saliva (pioggia) e del Respiro (Vento) nel Dantian durante l'apnea post inspirazione e si espirerà di naso rilasciando addome e perineo.

Ciò stimola CV 1 (riunione dello Yin), frontalmente il Dantian Inferiore (CV 4/5/6 – punti di accumulo della Yuan Qi) e posteriormente GV 4 (Ming Men, sorgente della Yuan Qi e dell'energia totipotente dell'embrione energetico).

A livello addominale CV 12 (sorgente della Ying Qi e di ogni forma di Liquidi), a livello toracico CV 17 (sorgente della Wei Qi e Dantian Medio) e posteriormente GV 9 (Estremo Yang è il suo nome, governa l'esprimersi del potere del Legno e del Fuoco).

A livello della gola CV 22 (riunione delle Finestre del Cielo) e GV 14 (Yuan Qi genera Wei Qi, riunione di tutti i Meridiani Yang, punto gestore del movimento e della sensorialità).

A livello della Testa GV 16 (punto che elimina il Vento e lo mette in rotta permettendo l'azione corretta in relazione al Destino da compiere), GV 20 (punto di apertura ai voleri del Cielo per l'Illuminazione), Yin Tang (il Dantian Superiore, espressione dello Shen, stimola i sensi "sottili"), GV 26/27/28 che fanno comunicare lo Yang di Du Mai (GV) con lo Yin di Ren Mai (CV 22).

La lingua rimarrà appoggiata dietro la radice dei denti superiori, premendo verso la base del naso durante l'inspirazione, rilassandosi (ma senza abbandonare il contatto) durante la espirazione. Ciò provocherà sensazione di stimolazione di GV 20, Yin Tang, GV 26/27/28 e CV 22 (vedi sopra le funzioni). Permette la comunicazione Cielo – Terra attraverso i Meridiani Du Mai (GV) e Ren Mai (CV). Inoltre apre fisicamente la comunicazione con il Cielo (GV 20), la stimolazione dei Sensi "sottili" (Yin Tang), l'apertura delle Finestre del Cielo (CV 22 ne è il punto di riunione).

I 4 stadi di lavoro di Ma Danyang sono gli stessi 4 steps descritti da Wei Boyang, seppure in ordine diverso: Ma Danyang inizia dal Jing (Terra – Yang Ming), poi attiva lo Shen (Cielo – Tai Yang), infine il Qi (Uomo – Shao Yang), per poi connettere l'Umanità al Cielo (Pc/Lu/Ht Petto).

- **Yang Ming per il Jing (equivale a Accumulare il Jing)**
 - o che porta Luce ed Energia Yang nell'interno per nutrire il Jing (St 25), per riaccendere il Fuoco Alchemico del Ming Men
- **Tai Yang per lo Shen (equivale a Qi → Shen)**
 - o L'Acqua (Jing) incontra il Fuoco (Shen), si attiva il Crogiuolo (Yijing 50) trasformativo
- **Shao Yang per il Qi (equivale a Jing → Qi)**
 - o Il nuovo inizio: Gb è ponte tra Cielo Ant. e Post. e modificando Visceri Extra si modifica Vita e Consapevolezza
- **Petto per tornare all'1 (equivale a Shen → Xu)**
 - o che permette a Lu di captare Tian Qi ed a Shen di connettersi al Cielo

Tutto questo lavoro è subordinato al rispetto delle regole di base del Qi Gong Taoista:

- Triplice Armonizzazione
 - o Armonizzare Corpo (corretta postura e movimento)
 - o Armonizzare Energia (sensazioni guidate con lo Yi ed adeguata Respirazione)
 - o Armonizzare lo Spirito (attitudine con cui ci si approccia alla pratica, esserci)
- Il corpo "fisico" esterno pesa e penetra il Terreno
 - o Simbolo dell'Albero che con il legno e le radici pesa nella Terra e vi affonda
 - o Simbolo del Cielo che "scende" con la Pioggia (densa e pesante) nella Terra
- Il corpo "energetico" interno si alleggerisce e risale verso il Cielo
 - o Simbolo della Linfa che risale dalla Terra verso il Cielo dentro l'Albero
 - o Simbolo dei vapori acquei che evaporano e risalgono al Cielo dalla Terra
- Mente che si sintonizza con il Cielo che va alla Terra ☰ sotto forma di peso del corpo esterno che affonda nella Terra.
- Mente che contemporaneamente si sintonizza con la Terra che risale al Cielo ☷ sotto forma di energia leggera ed ascensionale che riempie ed anima il corpo interno.

Uso degli Incensi

In caso di pratica al chiuso, può essere utile avvalersi di Incensi specifici, in virtù dell'aspetto dell'evoluzione Alchemica che si vuole stimolare più intensamente:

- Resine per impatto sul Jing, per risolvere l'irrisolto, per sanare traumi interiori condizionanti, per favorire l'accensione della Luce e la conseguente emersione del sommerso per risolverlo e trasformarlo, per avere udienza presso la scintilla divina che alberga nel Cuore di ognuno e lasciarsi da essa illuminare per procedere nella Via.
 - o Franchincenso (Incenso), Benzoino, Palosanto, Ambra, Mirra
- Legno per riprendere il Cammino ove interrotto (Jing → Qi), per prendere una direzione che vada dalla Terra al Cielo, offrendosi contemporaneamente una protezione dalle avversità; utili, inoltre, per risolvere e drenare l'umidità (indecisioni, rimuginazione, angoscia).
 - o Sandalo, Cedro, Legno di Rosa
- Fiori per aprire il Cuore (Qi → Shen), favorire la libertà di espressione emozionale e far sì che l'azione sia sintonizzata con il moto emozionale e sentimentale che anima la persona; utili per risolvere compressioni emotive, malattie da stasi ad eziologia emotiva, per rilassare gli eccessi difensivi del Pericardio.
 - o Lavanda, Ylang Ylang, Rosa
- Foglie e Frutti per lasciare che il moto di raffinamento interiore si manifesti all'esterno lasciando traccia di sé, lasciando i frutti del proprio essere (Shen → Xu). Importante per chi deve superare la concezione di separazione di sé dagli altri, di sé dal mondo, di sé da Cielo e Terra per poi imparare (in accordo con il 3° capitolo del Daodejing) a donarsi senza svuotarsi poiché fa parte del suo Cammino, a fare senza agire: in breve, promuove il lasciarsi andare secondo natura a lasciar traccia di sé rendendosi conto di non essere autarchici protagonisti di una Vita che ci appartiene, ma semplicemente protagonisti di una missione, un Destino da compiere in qualità di esseri viventi nati dalla copula di Cielo e Terra a cui è stato affidato Tian Ming, il mandato del Cielo da realizzare.
 - o Aghi Pino, Eucalipto, Lemongrass, Menta, Salvia

Alimentazione

Per stimolare Yang Ming (far rientrare Wei Qi) cibi freschi, cotture al vapore, bollite, in umido, zuppe, cibi di mare, carni bianche, germogli, ciò che genera vita (semi, legumi, uova), ciò che viene da sotto terra (tuberi, radici), cereali, condire olio/limone. Evitare Piccanti/spezie. Per potenziare Tai Yang (superficializzare Wei Qi) utilizzare spezie nei condimenti, inserire cotture alla fiamma, alla piastra, in padella. Frutta e verdura in quantità. Per lo Shao Yang (libertà di flusso, drenare stasi ed umidità) verdure abbondanti, olio/limone, spezie, colori verdi, ciò che cresce verso l'alto (cereali, rosmarino, basilico...), tè verde. Aprire il Petto è solo questione di Coltivazione personale.

In tutte le fasi acqua, verdure e frutta, cibi di mare e prodotti della Terra, infusi, tè e tisane, semi, frutta secca; limitare cibi "tossici" (dolciumi, latte/latticini, farine bianche, superalcolici).

Attitudine in virtù delle fasi

La fase Yang Ming richiede la volontà di rientrare nel proprio interno, abbandonando la percezione del mondo circostante e votandosi all'esplorazione del mondo interiore. Accettare di "sproteggersi", accettare l'idea che non c'è nulla da cui fuggire o proteggersi all'esterno, così da essere liberi di portare la Wei Qi (energia percettiva, ma anche reattiva e, dunque, difensiva) nella profondità del Sé, per un viaggio speleologico alla scoperta di Xuan, il Mistero residente nel Jing da svelare (origine che si tramuta in propulsore per realizzarsi).

La fase Tai Yang richiede la certezza di essere in grado di aprire gli occhi al mondo, alla vita, far conto sulle proprie forze, rinnovati da una nuova consapevolezza del sé e del proprio *modus operandi* (Yang Ming sostiene Tai Yang), per alzarsi in piedi dopo il raccoglimento della precedente fase ed incedere con vigore e determinazione verso la propria meta agli ordini dell'intuizione celeste.

La fase Shao Yang richiede la libertà di autodeterminarsi nelle scelte di fronte a cui la vita ed il cammino ci pongono, facendo sì che si sia sempre forti, liberi, determinati e fluidi nello scegliere ciò che è consono al proprio Cammino in relazione alla propria potenzialità innata, poiché Shao Yang lega in sinergia Cielo Anteriore (potenza – mondo delle cause) e Posteriore (atto – mondo delle manifestazioni).

La fase dell'Apertura del Petto riguarda la capacità di superare la sensazione di essere dei soggetti unici, separati dal macrocosmo a cui apparteniamo, in favore della nascita di una sensazione di grande riverenza nei confronti dell'immensità cosmica e del mondo, oltre che della vita; nasce la sensazione di profondo relax, abbandono e serenità nella certezza che la vita è perfetta così com'è anche nelle avversità, poiché il Cielo che ci guida ci mette soltanto in condizione di vivere le esperienze che sono per noi formative, funzionali al superamento dei vari livelli di consapevolezza (le 9 Prove della Vita, dette 9 Palazzi, in relazione ai 9 Punti del Meridiano del Cuore e del Pericardio). Quindi ci si sente rasserenati, sostenuti, guidati, ricchi di fiducia e tranquillità nel sapersi non soli ma parte integrante di un macrosistema (Cielo – Terra, vedi cap. 1 Daodejing) che lega in un insieme interconnesso ogni evento, persona, animale, vegetale, creatura di questo regno terrestre, facendo sì che ogni incontro, evenienza ed accadimento sia di stimolo allo sviluppo, alla crescita ed all'avvicinamento verso il risveglio.

Lecture Consigliate per questa fase dell'Apprendistato

Classici Taoismo

- "Testi Taoisti" → edizione UTET (traduzione Tomassini)
 - o Testi completi + commentari di Daodejing (Laozi), Zhuangzi, Liezi
- "Tao I Racconti della Via" – edizione Boroli (a cura di Sabbadini)
 - o Selezione di capitoli dei 3 grandi classici del Taoismo (Laozi, Zhuangzi, Liezi)

Storia e Tradizione del Taoismo

- "Storia del Taoismo" → edizione Ubaldini (di Isabelle Robinet)
- "Meditazione Taoista" → edizione Ubaldini (di Isabelle Robinet)
- "Il Taoismo" → edizione Ubaldini (di Russel Kirkland)
- "Tao: la Via dell'Acqua che scorre" → edizione Ubaldini (di Alan Watts)

Alchimia Taoista e Qi Gong Taoista

- "L'Alchimia del Soffio" → edizione Ubaldini (di Monica Esposito)
- "Il Corpo Taoista" → edizione Ubaldini (di Kristofer Schipper)
- "Taoismo e Corpo Umano" → edizione Riza (di Catherine Despeux)
- "Metodo Pratico di Autoelevazione con il Qi Gong Cinese" → ediz. Erga (di Li Xiao Ming)

Insegnamenti della Scuola della Completa Realtà inerenti questa Pratica

"Stabilisci prima una salda presa nelle attività quotidiane all'interno della società. Allora soltanto potrai coltivare la realtà e comprendere l'essenza... La Mente celeste è come una casa, la Luce è il padrone di casa. Quindi, quando volgi la Luce all'interno si risvegliano le energie di tutto il corpo. Limitati a volgere la Luce all'interno, questa è la sublime ed insuperata verità... Ciò che è più stupefacente è il cristallizzarsi della Luce in un Corpo Spirituale che gradualmente diventa operante a livello conscio ed è sul punto di entrare in azione. Questo è il segreto che non è stato trasmesso per mille anni".

Lu Dongbin

"Il metodo degli antichi Maestri per trascendere il mondo, per purificare completamente le scorie dell'oscurità e ripristinare la Luce pura, consiste semplicemente nel dissolvere l'Anima Inferiore (corporea – Po) e rendere integra l'Anima Superiore (eterea – Hun)... L'Anima Superiore ama la vita, l'Inferiore aspetta la morte. La brama che influenza il carattere è opera dell'Anima Inferiore. Ecco cos'è la coscienza. Dopo la morte si nutre di sangue, in vita si soffre terribilmente. E' l'oscurità che torna all'oscurità per una sorta di ricongiunzione. Se i discepoli purificheranno l'oscurità, essa diventerà pura Luce".

Lu Dongbin

"Se la Mente è calma, ferma e tranquilla, silente, se non cerca nulla, se è indefinibile, se non è dentro né fuori, senza una traccia di pensiero, allora è la Mente perfetta che non deve essere dominata. Se invece è eccitata dagli oggetti, se è alla ricerca di potere e proseliti è la Mente disturbata che deve essere rapidamente dominata. Non essere indulgente verso di essa, non lasciarla andare per conto suo, perché provocherà danni spirituali e causerà perdite vitali importanti. Qualsiasi cosa tu stia facendo, domina sempre le tue percezioni, cognizioni, sentimenti e non subirai afflizioni".

Wang Chongyang

"Le cinque energie (Elementi) si accumulano nella camera centrale, le tre basi (Tesori) si raccolgono sul picco, il Drago blu (Legno – Hun) sputa fumo Rosso (Fuoco – Shen), la Tigre Bianca (Metallo – Po) soffia un fumo Nero (Acqua – Jing). I mille spiriti si mettono in fila, i cento canali fluiscono lentamente, la sabbia di cinabro brilla, il piombo ed il mercurio si solidificano. Il corpo si trova ancora nel regno umano, ma lo Spirito vaga già nel Cielo".

Wang Chongyang

"Il Regno del Desiderio, della Forma, della Non Forma: ecco i tre Regni. Quando la Mente dimentica i pensieri, trascendi il Regno del Desiderio; quando dimentica gli oggetti, trascendi il Regno della Forma; quando non ti attacchi all'idea di vacuità, trascendi il Regno della Non Forma. Quando ti distacchi da questi Tre Regni, il tuo Spirito vive nella terra dei saggi Immortali e la tua essenza è nel Regno della Purezza di Giada".

Wang Chongyang

"Apprendere la Via è solo una questione di autoilluminazione. Se fallite nel realizzare ciò è dovuto all'ignoranza. Se volete superare l'ignoranza, prima schiarite la Mente. Si tratta di tranquillizzarla e purificare fino a quando diventi perfettamente limpida. Quando ci riuscite, giungete alla realizzazione. Non è necessario chiedere istruzioni a qualcun altro".

Ma Danyang

"L'Energia nel Corpo non deve essere dispersa, lo Spirito nella Mente non deve essere offuscato. Come evitare la dispersione dell'Energia? Non agendo sotto coercizione. Come evitare che lo Spirito si offuschi? Non trattenendo le cose nella propria Mente".

Ma Danyang

"Coloro che studiano la Via dovrebbero occuparsi della Via ogni momento, qualsiasi cosa stiano facendo. Quando camminano, mettono i piedi sul sentiero della serenità. Quando stanno fermi, congelano i loro sentimenti nello spazio cosmico. Quando sono seduti, armonizzano il respiro nel naso. Quando si piegano, abbracciano il gioiello sotto l'ombelico. Alla fine l'armonia del respiro è continua e siete tutto il giorno come uno stolto (sereno/indifferente). Questa è la pratica corretta e non ha nulla a che fare con regole programmate".

Ma Danyang

"Spontaneità significa non pensare e non rimuginare. Anche se può capitarvi di agire sotto lo stimolo dell'amore, del desiderio, della rabbia, dell'accumulo, del guadagno o della perdita, siate sempre totalmente spontanei. Anche quando siete coinvolti nelle cose, siate sempre indifferenti. Inoltre, se vi concentrate totalmente, se purificate la vostra Mente e la vostra Volontà, se nutrite la vostra Energia e rendete completo il vostro Spirito, sarete trasportati nel paese della Libertà ed entrerete nel villaggio dell'Assolutamente Niente".

Ma Danyang

"Nutrendo l'Energia, dimentica le parole e custodiscila. Conquista la Mente, agisci con la non azione. Nell'attività e nella quiete distingui la fonte progenitrice. Non esiste nulla, cos'altro cerchi? La vera fermezza soccorre gli uomini; per soccorrerli è necessario non essere confuso. Quando non c'è confusione, la Natura è spontaneamente stabile, l'Energia ritorna naturalmente. Quando ciò avviene, l'Elisir d'Oro si cristallizza (Luce) spontaneamente nel Vaso in cui si accoppiano Acqua e Fuoco. Lo Yin e lo Yang sorgono alternandosi di continuo, diffondendo ovunque il rombo del Tuono. Bianche Nuvole si assempiano sulla sommità, la dolce rugiada bagna la Montagna Polare. Bevuto il vino della Longevità, vaghi liberamente: chi può conoscerti? Ti siediti, ascolti il suono senza corde e comprendi il meccanismo della Creazione. Questi venti versi sono la scala che porta al Cielo".

Lu Dongbin

"Questo metodo è il sublime, il reale del reale. Dipende completamente solo da se stessi, non dagli altri. Un individuo conosce l'inversione per proprio conto, partendo dal Fuoco e dall'Acqua. Chi distingue il galleggiamento e l'affondamento, chi determina ospite ed invitato? Nel crogiuolo d'oro, se vuoi mantenere il Mercurio nel Cinabro, immergi l'Argento nell'Acqua dello stagno di Giada. L'opera Spirituale che controlla il Fuoco non impiega un giorno per far emergere l'orbita del Sole nella pozza profonda".

Zhang Boduan

"Prima di tutto, prendi il Cielo e la Terra per il crogiuolo, dopodiché prendi le medicine del Corvo e del Coniglio (vera conoscenza – Ht e conoscenza consapevole – Sp) e cuocile. Una volta ricacciate le due cose nel percorso giallo (Terra che comunica con Fuoco – Corte Gialla), come può non prodursi l'Elisir Aureo? ... Smetti di sprecare tempo al forno alchemico (sforzo, trasformazione del Qi acquisito); per raffinare l'Elisir devi trovare la fornace della Luna Crescente (Yuan Jing – Ming Men – trigramma Tuono, lo Yang nascente in contesto Yin). Possiede già per natura il vero Fuoco naturale. Non avrai bisogno di carbone purpureo o di mantici".

Zhang Boduan

Appendice 1 – Caratteristiche intrinseche ai 6 Livelli Energetici

Tai Yang

- Movimento del Qi: Apertura al Cielo, Yang
- Psicologia: Regole Paterne, Strutturazione, Differenziazione
- Atteggiamento: Progettuale e Realizzatore, seguire il Destino, Postura Eretta
- Patologia: Arrogante, Testa e Parte Alta molto sviluppate, subisce il Vento, Lingua con Patina Sottile e Chiara, Soggetto facilmente Contrariato, va di Fretta

Shao Yang

- Movimento del Qi: Circolazione, Yang, Regolazione
- Psicologia: Irrequieto, Dinamico, Continuo Cambiamento di Attività
- Atteggiamento: Indeciso, Instabile, Difficoltà ad Iniziare, Postura Mobile
- Patologia: Pretenzioso, muove molto le Braccia Camminando, Parte Inferiore del Corpo sviluppata, subisce l'Umidità Calore, Lingua con Patina Gialla e Grassa
- Soggetto che si sente spesso "Incatenato" e non libero di Essere se stesso

Yang Ming

- Movimento del Qi: Chiusura, Yang, Protezione
- Psicologia: Raccoglimento e Riflessione
- Atteggiamento: Intollerante, Eccessiva Protezione, Impermeabile alle Emozioni, Postura Chiusa in Avanti
- Patologia: Disconnessione tra Io e Mondo, si sradica facilmente perdendo il Centro, Addome Sviluppato, subisce il Calore, e Autodistruttivo, Lingua Rossa con probabili Afte, Ulcerazioni, si Danneggia ed Implode per Difendersi dalla Vita

Tai Yin

- Movimento del Qi: Apertura allo Yang, Yin, Madre
- Psicologia: Disponibilità, Ricettività, Sessualità
- Atteggiamento: Capacità Espressiva, Introverso, Passività, Postura Controllata
- Patologia: Sottomesso, Cupo, Educato, Cute Spesse, Muscoli Flaccidi, Tan, Lingua con Patina Spessa e Collosa in Fondo, Secca al Centro e nel Jiao Sup.
- Soggetto che non si Apre, appare Algido e Freddo, Frequenti Tensioni Muscolari

Shao Yin

- Movimento del Qi: Circolazione Profonda, Yin, Perno
- Psicologia: Asse Vitale, Amore per la Vita
- Atteggiamento: Femminile, Seducente, Generoso, Ricco Interiore, Armonioso
- Patologia: Invidioso, Testa Bassa, Gode del male altrui, teme Freddo, Lingua Secca, Fessura Centrale, Turbe Visceri Extra, Deficit Yin/Calore o Freddo Int.
- Soggetto che si Rattrista, si Arrende oppure diventa preda delle sue Emozioni

Jue Yin

- Chiusura, Yin, Termine di un Ciclo affinché se ne apra uno nuovo
- Psicologia: Mediatore, Servitore, Arrendevole
- Atteggiamento: Creatività, Fantasia, Postura in Difesa
- Patologia: Vive Soffrendo, non persegue il Destino, non chiude con i suoi Periodi Importanti, teme Freddo e Calore, non Concretizza, Lingua Tremante
- Soggetto con Cefalee, Dolori Petto e Costato, Fitte, turbe dei Ritmi Ciclici del corpo (mestruazione, sonno – veglia, respiro, ritmo cuore), Deficit/Stasi Xue

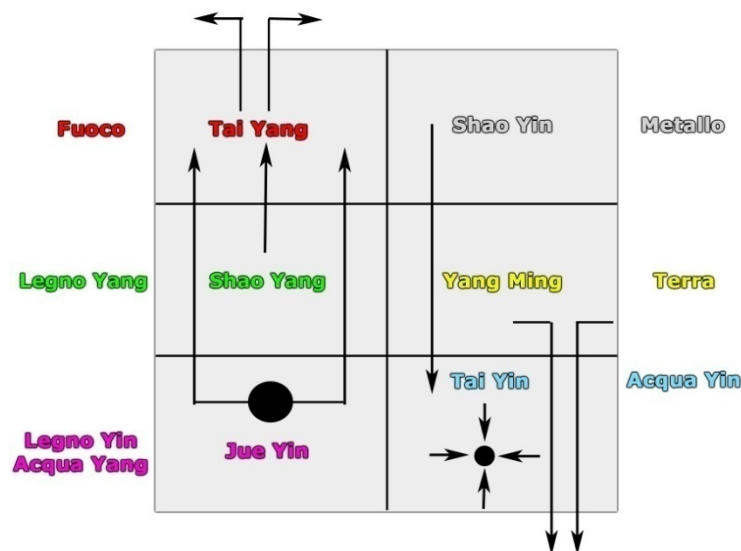
I 6 Livelli Energetici consentono alla persona di esprimersi e di sviluppare una struttura tipologica caratteriale, attitudinale, comunque in continuo mutamento, così come è in continuo movimento e trasformazione la relazione Yin – Yang che il modello dei 6 Livelli permette di "catalogare" e sfruttare con obiettivi terapeutici, armonizzanti, preventivi, ecc. Analizziamo le funzioni dei 6 Livelli.

- Tai Yang (legato dialetticamente a Shao Yin)
 - o Incedere prontamente verso il proprio Destino, agli ordini delle proprie istanze fisiche (Acqua) e spirituali (Fuoco), egocentrismo, antropocentrismo, forza decisionale, estroversione
 - o Controlla stazione eretta e deambulazione, movimenti di estensione, allungamento, sollevamento, regola la pressione massima, protegge dal Freddo e dalle patologie Virali (Freddo in Medicina Cinese), regola colonna e postura.
- Shao Yang (legato dialetticamente a Jue Yin)
 - o Sbloccarsi e superare l'empasse in cui si versa, liberarsi dalle catene che imprigionano lo spirito impedendogli di manifestarsi, libertà, erranza del Viandante alla pari del Vento, reattività
 - o Regola tutti i movimenti di torsione con gomiti e ginocchia tesi oltre che del tronco e del collo, la contrattilità muscolare, protegge dall'Umidità (anche Funghi), regola la secrezione biliare ed il transito digestivo, determina la pervietà dei vasi sanguigni e protegge dalle placche e dalle ostruzioni (es. coronarie)
- Yang Ming (legato dialetticamente a Tai Yin)
 - o Proteggersi dal mondo esterno, capacità di digerire le esperienze (ove possibile) e di eliminare gli scarti, corazzarsi contro l'esterno, diatesi autodistruttiva, capacità di rientrare o meno in sé, illuminarsi dentro e trovare un Centro al proprio interno
 - o Controlla l'assorbimento digestivo, la formazione del Sangue, i movimenti di arresto e la posizione statica, lo sblocco di un movimento troppo a lungo inibito, protegge dal Calore (comprende anche i batteri) e dalle Infiammazioni
- Tai Yin (legato dialetticamente a Yang Ming)
 - o Aprirsi al mondo esterno a partire dal proprio interno, da se stessi, capacità di esprimersi dal profondo per quel che si è, senza mettere barriere o filtri tra la propria intimità ed interiorità ed il proprio "interlocutore" (come fa invece il soggetto Yang Ming)
 - o Garantisce la messa in riserva delle sostanze nutritive acquisite con la digestione e la respirazione, permette i movimenti di flessione e piegamento, protegge dalla secchezza e previene le perdite fuori del corpo (perdite di ogni genere come di feci, urine, sangue mestruale, sperma, saliva, sudore...)
- Shao Yin (legato dialetticamente a Tai Yang)
 - o Telaio strutturale del sé, capacità di rispondere alle proprie esigenze fisiche e spirituali, mettendo in atto un modus vivendi degno del proprio essere interiore, strutturando un percorso evolutivo profondo (da Jing – Origine – Ki a Shen – Destino – Ht)
 - o Relativo ai movimenti torsionali con gomiti e ginocchia flessi, protegge dal Freddo Interno, cioè quello stato di insufficienza energetica che genera stanchezza, ipotensione, astenia, abulia, freddolosità o, al contrario, quel Calore Interno che genera irrequietezza, insonnia, agitazione, ipertensione, attacchi d'ansia e panico...Stabilizza ritmo e frequenza del Cuore (pacemaker naturale).
- Jue Yin (legato dialetticamente a Shao Yang)
 - o Ciclicità dei periodi, capacità di rinascere con l'avvento dei nuovi periodi, chiudere col passato per aprirsi fiduciosamente al nuovo, liberarsi della paura che impedisce di rialzarsi e

ricominciare, gestione delle emozioni non consapevoli, permettendo loro di "entrare" nel Cuore (Xin), così che esso possa prenderne atto ma, contemporaneamente, proteggerlo da quelle che non si è in grado di elaborare fecondamente.

- o Regola tutto il sistema venoso, il ritorno del Sangue al Cuore, la fluidità del Sangue, la qualità del ciclo mestruale e del ritmo sonno – veglia, determina i cicli ormonali, il colesterolo ed i movimenti di riavvio dopo lunga pausa.

Il modello dei 6 Livelli permette di studiare adeguatamente la gestione dei movimenti energetici globali dell'Organismo, sia in merito alle funzioni fisiche, sia in merito alle emozioni: ogni stato d'animo, ogni emozione, ogni sentimento imprime al Qi una specifica direzione, alla pari di come ognuno dei 6 Livelli muove il Qi tra un Riscaldatore e l'altro con la medesima direzione. Con il seguente schema, siamo in grado di capire come il movimento del Qi segua regola ben precise, sia per quello che riguarda la fisiologia organica (3 Riscaldatori), sia in rapporto agli stati emozionali:



Nell'ambito dei Movimenti del Qi nei Tre Riscaldatori, riconosciamo anche la dinamica caratteriale, spirituale ed attitudinale dell'individuo, sia a livello dell'assetto tipologico e costituzionale, sia in merito alla sua condizione del momento; così avremo che:

- Tai Yang Gioia, Irrequietezza, Agitazione
- Shao Yang Collera, Frustrazione, Risentimento
- Yang Ming Preoccupazione, Ansia, Angoscia, Rimuginazione
- Tai Yin Paura, Incertezza, Timore
- Shao Yin Tristezza, Disperazione, Introversione, Paura
- Jue Yin Riavviare, Rinascere, Rialzarsi, Ricominciare

Ogni Livello Energetico gestisce questa direzionalità del Qi e, a seconda che sia ben funzionante o meno, fa in modo che essa si manifesti più o meno armoniosamente, vigorosamente, prontamente, ecc. Ciò determinerà un Trattamento Tonificante o Disperdente.

Appendice 2 – il Ruolo del Collo e delle Finestre del Cielo

Il Collo è un'importante zona di convergenza di Energie: all'interno di esso comunicano Cervello e Midollo, Naso e Polmoni, Bocca e Stomaco. Inoltre, nel Collo fluisce molto Sangue e i gruppi muscolari ivi presenti determinano la mobilità della testa e, di conseguenza, la capacità percettiva e comunicativa degli Organi di Senso. Analizzandone il valore simbolico, notiamo come il collo determini importanti caratteristiche in virtù della propria struttura e morfologia: ad esempio, nella dialettica maschio – femmina, una delle differenze più evidenti a questo livello è l'emanazione vocale (che rappresenta l'esprimersi dello Shen, lo Spirito e l'attitudine alla vita della persona). Alla stessa maniera, in alcune popolazioni e tradizioni, gli ornamenti intorno al collo non avevano solamente valore estetico, bensì anche la capacità di diminuire o aumentare il flusso del Sangue verso la Testa, cosa che consentiva quasi uno stato di trance per comunicare con entità ultraterrene. Non va poi dimenticato come l'insieme Testa – Collo – Spalle sia utilizzato nella gestualità per esprimere il proprio stato d'animo: si pensi all'inchino, alla postura marziale con testa alta, spalle aperte e petto in fuori. Come abbiamo potuto, dunque, notare, il Collo è realmente un importante crocevia per le nostre Energie: all'interno di esso viaggiano i Meridiani Distinti, strutture energetiche deputate a collegare l'interno (organi e visceri) con l'esterno (arti, testa, articolazioni), oltre a numerose altre funzioni, sia di natura immunitaria che di mantenimento degli equilibri Yin – Yang dell'organismo. I Meridiani Distinti passano attraverso alcuni punti, detti Finestra del Cielo, che hanno il compito di far salire lo Yin (nello specifico i Liquidi Jin verso la Testa e gli Organi di Senso) dal Tronco alla Testa e di permettere l'interscambio Yin – Yang tra Testa e Torace. Il Collo, quindi, è una "cerniera energetica": questo lo mette sotto il controllo dei Livelli Energetici Jue Yin e Shao Yang, rappresentanti il rapporto tra Legno e Fuoco, la circolazione del Sangue e le tensioni Muscolari ed Emotive: ecco che molte sindromi d'Ansia hanno forte impatto su questa zona ed il trattamento di questi due Assi Energetici determina un'importante sensazione di stabilità psico – fisica. Inoltre il Meridiano Luo Longitudinale del Pericardio (appartenente al Livello Jue Yin) controlla il Collo in qualità di passaggio tra il Cuore ed il Cervello, sedi dello Shen Individuale (attitudine alla vita) e Shen Ancestrale (scintilla spirituale originaria deputata a comunicare con il Cielo per condurci verso il nostro Destino).

Non va poi trascurato l'aspetto Alchemico: il Collo è la Zona dove il Qi (Torace) si raffina in Shen (Testa), dove dal Materiale si va verso lo spirituale, dove la coltivazione corporea (accumulare Jing) lascia il passo allo sviluppo del sé (Jing che si trasforma in Qi) che si esprime nel mondo (Qi si raffina in Shen) per poi fondersi in esso (Shen torna al Vuoto). Citando il Dott. Carlo Di Stanislao in un suo Seminario: "...la Pelvi rappresenta l'Io, il Torace il Noi, la Testa il Mondo, il Voi...". Ciò indica che, man mano che l'aspetto corporeo ha preso forma e sostanza (il Jing si è accumulato e, quindi, si è strutturato l'Io), bisogna esprimersi per come ci si sente (Jing si trasforma in Qi, cioè l'Io si manifesta con i comportamenti determinati dalle emozioni che risiedono nel Torace) per poter interagire con il Mondo (ecco il Noi, il Qi esprimendosi ci mette in relazione con l'altro da Sé), per poi acquisirne significative esperienze (Qi si raffina in Shen, cioè si perde il senso del Sé come qualcosa di disgiunto dal resto, ma lo si percepisce come un elemento componente del tutto). Infine lo Shen tornerà al Vuoto, cioè non ci sarà più la percezione della differenza tra essere ed essere, entità ed entità, ma ci si confronterà con il Tutto, con la sensazione che tutto sia senza differenziazione, che l'Essere sia tornato ad uno stato di non essere.

Conclusa questa introduzione sul simbolismo del Collo, passiamo ad analizzare i Meridiani Distinti, i Livelli Jue Yin e Shao Yang, i punti Finestra del Cielo.

Meridiani Distinti

Introduzione

Mettono in relazione vicendevole Yuan Qi e Wei Qi. Rappresentano un'importante parte del sistema immunitario, garantendo di espellere (con la Wei Qi) i patogeni che cercano di attaccare la costituzione o di mettere in latenza (con Yuan Qi) i patogeni troppo potenti per essere eliminati.

Inoltre garantiscono la capacità dell'essere umano di comportarsi e manifestarsi per come realmente si sente. Trattano tutte le turbe a base di Deficit del Jing degli Organi e possono regolare i quantitativi e le funzioni di tutte le sostanze corporee deficitarie.

Regolano i meccanismi alla base delle malattie autoimmuni, degenerative, allergiche, croniche, intermittenti, che non rispondono alla regola della manifestazione secondo gli orari degli Organi, ecc. mettono in latenza le patologie nelle articolazioni.

Permettono all'essere umano di entrare in contatto con il proprio Cielo (ispirazione per condurre la vita) grazie ai Punti Finestra del Cielo.

Analisi delle funzioni

I Meridiani Distinti sono tra le strutture energetiche maggiormente discusse in letteratura e, forse, le meno profondamente conosciute. Il Ling Shu, al cap. 11, recita che quando la Malattia è grave, si deve far ricorso ai Meridiani Distinti. Essi appartengono, energeticamente, al complesso del Metallo. Ciò è possibile poiché i Meridiani Distinti mettono in comunicazione Wei Qi e Yuan Qi. Questa è una chiara funzione del Metallo e del Polmone in particolare: non bisogna dimenticare come sia il Polmone ad avere il ruolo di diffondere il Qi (essendone il Maestro), Wei Qi compresa. La Wei Qi, ben sappiamo, è un'energia relativa al Cielo Posteriore. Il Polmone, inoltre, si occupa di abbassare il Qi ai Reni, serbatoi dell'Energia Ancestrale, la Yuan Qi. Altresì, la Wei Qi rappresenta il modo con cui ci si manifesta spontaneamente nel mondo, la Yuan Qi come si è a livello costituzionale. Il Polmone è, non a caso, l'Organo in grado di mettere in relazione l'essere umano con il mondo, grazie al controllo sulla Pelle (mezzo di contatto con l'esterno) e sulla respirazione: Jeffrey Yuen spiegava chiaramente come l'ispirazione, in cui si veicola il Qi respiratorio nel Dantian Inferiore, significhi accettare la vita, mentre espirare significhi, nell'ottica della Meditazione Alchemica Taoista, lasciarla andare serenamente. Ecco che, inspirando, si lascia che la propria Energia Ancestrale (Yuan Qi) venga corroborata da quella Postnatale (Tian Qi), mentre espirando si rilascia una parte di sé nel mondo.

I Meridiani Distinti si occupano, infatti, di collegare la Superficie e la Profondità: la prima risponde alla Wei Qi, la seconda alla Yuan Qi. Vedremo più avanti, a tal proposito, che i Meridiani Distinti utilizzano la Yuan Qi a supporto della Wei Qi per espellere ed Eliminare il Patogeno dal Corpo, mentre mettono la Wei Qi al servizio della Yuan Qi per mettere in Latenza, nella profondità, il Patogeno troppo radicato per poter essere eliminato. Spesso mettono in Latenza nelle Articolazioni. Ulteriormente, i Distinti si occupano di collegare Cielo e Terra attraverso l'essere umano: traggono infatti diretto rapporto con i "Punti He Mare" (in prossimità di Gomiti e Ginocchia), con il Punto GV 20 (all'apice del Cranio, punto che si chiama "Cento Riunioni"), con i Punti "Porte della Terra" (tra Gambe e Pelvi) e con i Punti "Finestra del Cielo" (tra spalle e collo): il ruolo di queste categorie di Punti è quello di collegare, unire, far passare da una zona all'altra. Così i Meridiani Distinti si occupano di collegare l'umano in diversi modi: Cielo (Shen) e Terra (Jing), Superficie (Wei Qi) e Profondità (Yuan Qi), come si è e come ci si sente (Yuan Qi) e come ci si manifesta (Wei Qi), tra Interno (Inspirazione – Lu ed assorbimento dei Liquidi – LI) ed Esterno (Espirazione – Lu e Defecazione – LI). Infine, ma non per importanza, i Distinti legano l'origine (Po, Anima Incarnata, che feconda il Jing dato dai Genitori all'atto del concepimento, simbolo dell'inizio), l'acquisito (Respirazione, simbolo del qui ed ora) e le sostanze che compongono il corpo (ogni Distinto controlla i meccanismi funzionali di una specifica sostanza, simbolo dello scorrere della vita). In breve ed in sintesi: i Distinti legano e collegano quel che è di questo mondo e ciò da cui proveniamo. Ecco che, dunque, si stabilisce una chiara relazione tra Metallo e Meridiani Distinti.

Entrando maggiormente nel dettaglio, i Distinti, che sono organizzati in 6 coppie (Ki/BL, Lr/Gb...) hanno diretto controllo sul Sistema Linfatico e sui Linfonodi: ciò avviene sia per il loro decorso, i cui punti si trovano proprio sui Gangli, sia per il controllo che hanno su Yuan Qi: il TE, veicolo di Yuan Qi e dei Liquidi, controlla la circolazione Linfatica; inoltre la Linfa (Jin Torbidi), si muove grazie alla Wei Qi (che segue il ciclo dei Meridiani Yin e Yang Qiao Mai, anch'essi legati intimamente alla Yuan Qi, in quanto Meridiani Straordinari). Ecco che si stabilisce la relazione tra Wei Qi – Yuan Qi – Linfa e, quindi Distinti. Quindi si capisce il ruolo immunitario che svolgono nei confronti delle malattie esogene (radiazioni, avvelenamenti, intossicazioni...). A tal proposito, vale la pena ricordare come nel Ling Shu si dica che i Distinti passano per la zona del Cuore; Yuen specifica che i

Distinti hanno diretta relazione con il Dotto Toracico, relativo senza dubbio al Metallo (il Metallo regola i Liquidi in alto). I Meridiani Distinti si caratterizzano per il controllo sulle Malattie Autoimmuni (Wei Qi che sovrasta Yuan Qi), sulle forme di Ansia e Turbe Psiciche che nascono da una mancata presa di coscienza con somatizzazione sugli Organi o sulle strutture dipendenti da essi e regolano nel complesso l'assetto Psico – Neuro – Immuno – Endocrino. Inoltre curano efficacemente le malattie relative contemporaneamente ad Organi e Tessuti correlati, proprio poiché hanno la proprietà di distribuire il Jing dell'Organo (es. Morbo di Wegener, cioè necrosi dei vasi dell'apparato respiratorio). Non va dimenticato come siano implicati nel trattamento degli Orifizi, nelle Malattie croniche, che saltuariamente ricompaiono, che danno dolori intermittenti, a banda, larghi, sia in superficie che in profondità e, spesso, non si individua la causa della Malattia stessa, se non in problemi emotivi che implodono.

A tal proposito, la Scuola Francese li indica come efficaci nelle Conversioni d'Ansia e nei Disturbi Psico – Somatici da disfunzioni dell'uomo in se stesso (es. mi sento depresso ed arrabbiato poiché tutti mi prendono in giro a causa della mia remissività – Distinto Lr/Gb), mentre i Luo sono indicati per le patologie derivanti da un fallace rapporto con gli eventi esterni (es. "se mi tagliano la strada mi metto a piangere poiché mi sento vessato" – Luo Lu). I Disturbi da Conversione (Nevrosi Isterica) sono caratterizzati da uno o più sintomi neurologici (paralisi, parestesie, vertigini...) che non trovano origine in nessuna malattia riscontrabile con esami od analisi. Inoltre sono presenti alterazioni sensoriali come anestesi, sordità, visuale a tunnel, ecc. Frequenti disturbi motori (andatura vacillante, sbandamenti, movimenti non coordinati...sintomi di Vento Interno) ed Ipocondria completano il quadro. In Medicina Cinese si dividono in Quadri da Deficit e da Eccesso: quelli da Deficit si caratterizzano per sintomi sordi, cronici, antichi, ci sono disturbi sensoriali e motori, possibili "svenimenti emotivi" (Deficit Qi e Xue). I Quadri da Eccesso si manifestano con sintomi da Stasi di Qi Lr che evolve in Risalita Yang e Vento.

Tutti i Distinti, abbiamo accennato poco fa, controllano il meccanismo funzionale di una sostanza, cosa che li mette in relazione con i Meridiani Straordinari: questi ultimi garantiscono che la sostanza sia prodotta e gestita a livello costituzionale (Cielo Anteriore), mentre i Meridiani Distinti si preoccupano della sua manifestazione, di come cioè essa svolge i suoi compiti. Ciò rende chiaro come il trattamento degli Straordinari sia da riservarsi a condizioni gravi, quando la vita e la salute siano in pericolo, quando ci sia grave compromissione delle funzioni di produzione delle sostanze, mentre i Distinti in caso di meccanismo "inceppato" di quella sostanza, in cui produzione o distribuzione siano alterati, con sintomi intermittenti, ondulanti, con manifestazioni della carenza della sostanza anche sui tessuti annessi agli Organi (es. Deficit Xue – unghie secche, capelli fragili, oligomenorrea – Distinto di Lr/Gb).

Distinti	Sostanza	Meridiano Straordinario
Ki / BL	Jing / Yin	Dai Mai / Ren Mai
Lr / Gb	Xue	Chong Mai
Sp / St	Jin	Yin Wei Mai
Ht / SI	Ye	Yin Wei Mai
Pc / TE	Qi	Yang Wei Mai
Lu / LI	Yang	Du Mai

Infine, ma non per ultimo, le coppie di Distinti verranno anche impiegate per le patologie a base di Patogeni Climatici, visto che veicolano Wei Qi in profondità secondo questo schema:

Distinti	Energie Patogene
Ki / BL	Freddo
Lr / Gb	Vento
Sp / St	Umidità
Ht / SI	Calore
Pc / TE	Umidità Calore
Lu / LI	Secchezza

Questo schema verrà applicato quando l'Energia Patogena avrà superato le barriere dei Tendino Muscolari e dei Luo, arrivando dunque ai Distinti: sintomi intermittenti, profondi e superficiali a intermittenza su territori larghi, a banda, non seguono regole di orario o di stagione o di clima. Saranno, ovviamente, più interessati gli Zang Fu a livello materiale che non meramente a livello funzionale (es. Freddo → dopo il raffreddore e l'astenia, man mano porta a debolezza costante, freddolosità, lombalgia, poliuria, calo della libido...Distinti Ki/BL).

Livelli Energetici Shao Yang e Jue Yin

Ricollegandoci a quanto descritto nell'Appendice 1 sui sei Livelli Energetici, scendiamo ancor più in profondità su questi due Livelli in particolare, legati da un rapporto dialettico.

- Shao Yang
 - o 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 rimettersi in movimento e liberarsi dei dubbi. Permette di mettersi in cammino sulla strada designata dal Tai Yang.
 - o 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 meteoropatia. 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.

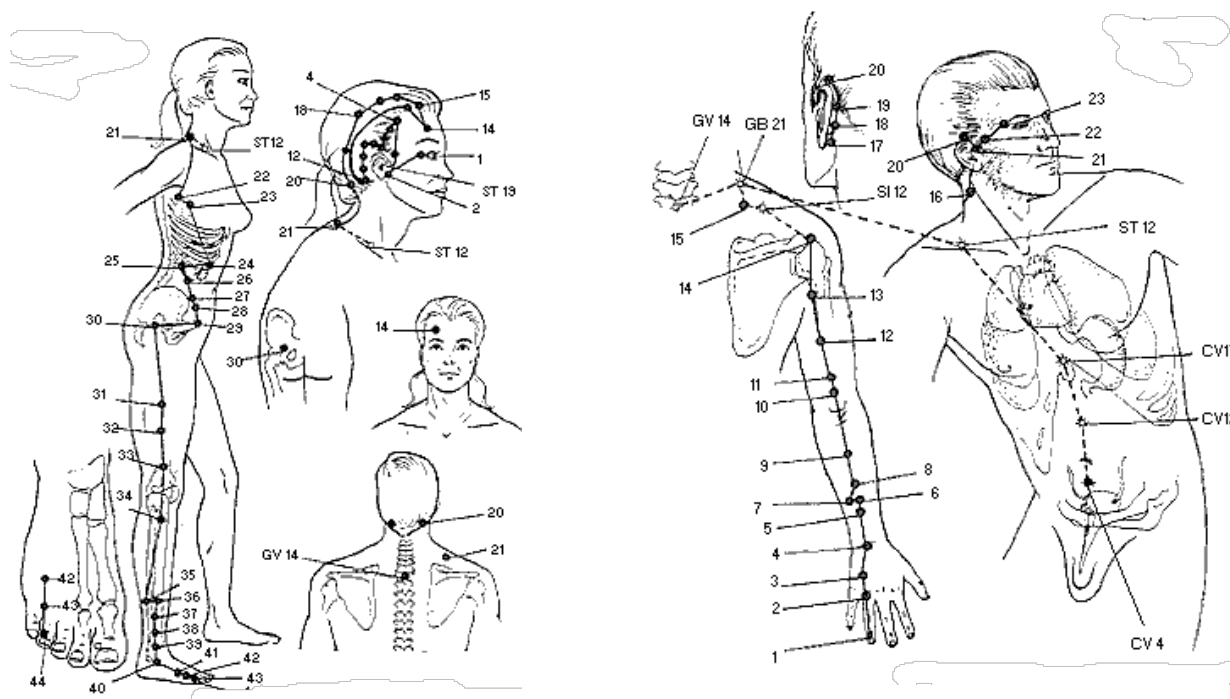
- Jue Yin

o Fisiologia

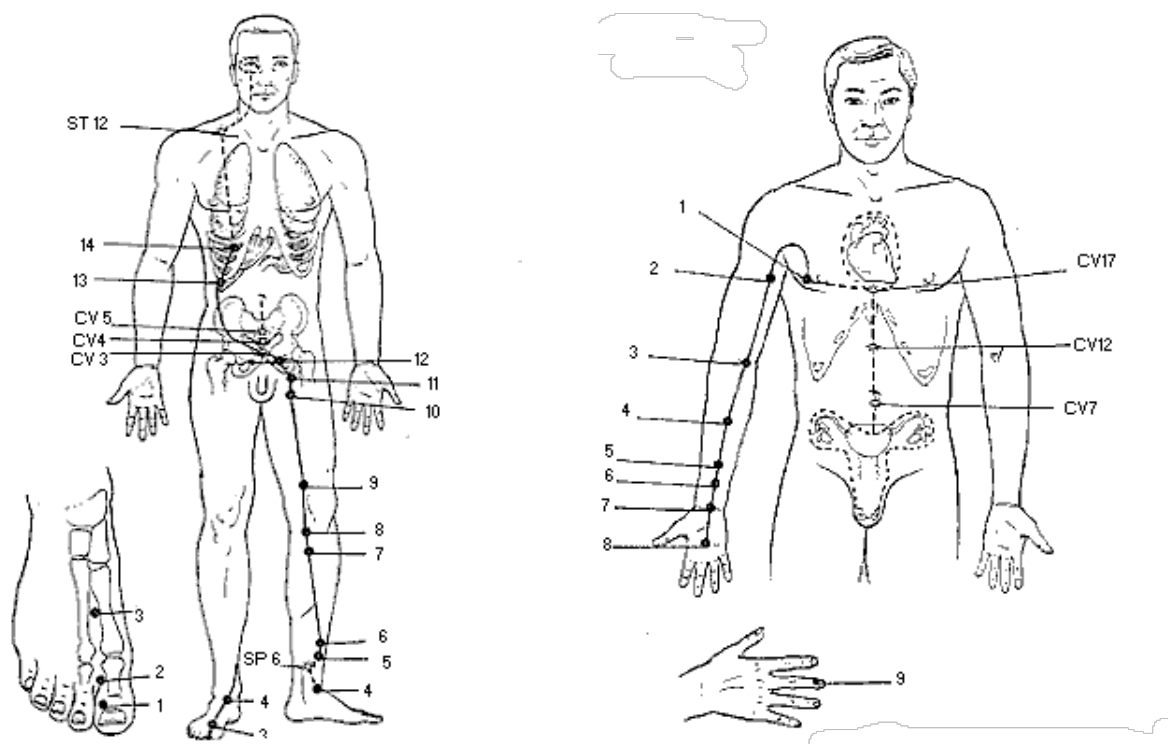
- Rappresenta la circolazione dello Yin in profondità. Rappresenta la fine dei cicli (fisici e spirituali), momento in cui qualcosa si compie per dare l'avvio ad un nuovo ciclo. Rappresenta il concetto del processo creativo, in cui se qualcosa ha luogo, allora qualcos'altro ne verrà generato. Rappresenta anche il "servitore", cioè la capacità di far da tramite tra un periodo e l'altro: si lega alla creatività, fantasia, sogni...è lo Yin (struttura) che si proietta nel futuro per dar vita ad un processo Yang di esteriorizzazione di questo nuovo progetto in fieri. Il Fuoco del Jue Yin (Pc) garantisce l'indole creativa, artistica, sensibile, il Legno (Lr) permette l'espansione, l'estroversione, il dinamismo e la progettualità. Regola le grandi fasi di passaggio (menopausa, pubertà) e tutto ciò che è ciclico (endocrinologia, mestruazioni, gravidanza, sessualità...)

o Patologia

- Se la turba riguarda il Pc avremo compressione emotiva, collera, irritabilità, fughe dalla realtà (anche con sincopi, collassi, svenimenti, Tla...). Se, invece, riguarda il Lr ci sarà personalità succube, servile e strisciante (il classico "leccapiedi"); si tenderà a non perorare le proprie cause, non si riuscirà a fiorire ed esteriorizzare il proprio essere, ci sarà arrendevolezza e si tenderà ad allearsi con coloro che si reputano più "forti", pur non approvandone politica, idee o modus operandi. Regola anche il rapporto tra Vasi e Xue, armonizzando la Pressione.



Meridiano di Colecisti e Meridiano di Triplice Riscaldatore: l'Asse Shao Yang

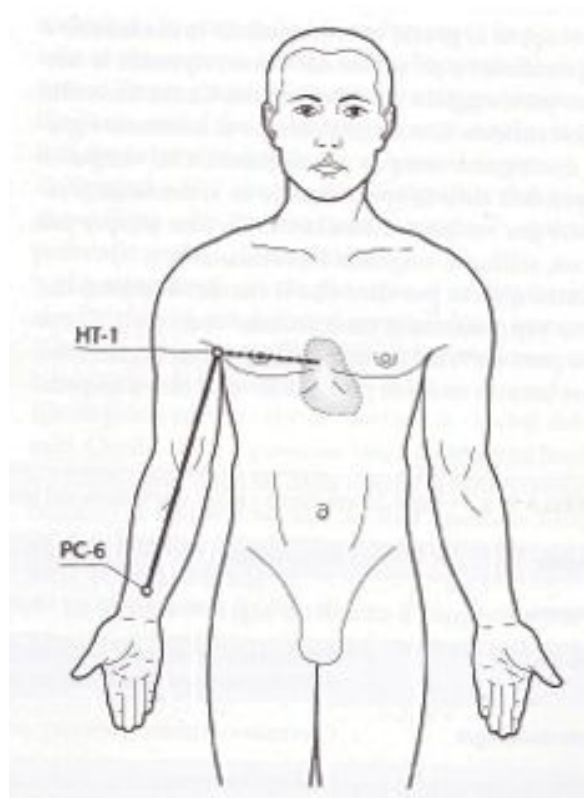


Meridiano di Fegato e Meridiano di Pericardio: l'Asse Jue Yin

Meridiano Luo Longitudinale di Pericardio

Spesso, per agire profondamente sul Cuore, si deve lavorare innanzitutto sul Pericardio. Siamo nel 3° Livello, dove si consolida la personalità. Dal punto Pc 6 "Barriera Interna", segue il Meridiano del Pc e giunge al Cuore. In questo modo, il Pc cerca di rendere compatibili i processi mentali ed il sociale in cui è inserito: è il Luo che regola i rapporti tra animo, mente e convenienza sociale. Quattro sono i processi che consentono al Pericardio di agire così:

- 1) Razionalizzazione
 - a. Dare un significato a qualcosa che non lo ha
- 2) Polarizzazione
 - a. Dare un giudizio inadeguato o negativo a qualcosa che non si può raggiungere
 - b. Ciò riguarda anche l'atteggiamento pessimista sulla vita
- 3) Proiezione
 - a. Cambiare il bersaglio del proprio sfogo emotivo
- 4) Sublimazione
 - a. Mettere in latenza nel subconscio qualcosa che non sappiamo affrontare e risolvere



In questo modo il Pc protegge il Cuore dalle angosce della vita, parcheggiando altrove i problemi che, si spera, verranno man mano affrontati ed elaborati grazie all'amore ed alla comprensione senza pregiudizio del Cuore, facendo sì che questi "pesi" vengano pian piano scaricati via. Ciò libererà il Cuore ed il suo "amore incondizionato universale" consentirà di risolvere i problemi della vita. Se, però, non si giunge alla soluzione della questione, questi pesi rimarranno ad intasare il Cuore, rendendo la vita angosciata e sofferta, sfortunata ed iniqua. Ciò bloccherà l'esprimersi del Cuore e causerà turbe dell'anima e del Cuore Organo.

Pc 6 serve per portare verso l'esterno i pesi depositati sul Cuore, vale a dire tutti i fardelli di cui ci si è fatti carico senza, però, avere la forza o l'intenzione di occuparsene.

Sintomi

Oppressione al Petto, al Torace, sbuffi e sospiri, vivere le situazioni valutando sempre le colpe altrui come causa della propria infelicità (eccesso), dolore del Petto, attacchi di Cuore, non liberarsi dai pesi interni, rigidità di collo e testa (deficit).

I sogni parlano del guidare l'automobile: indipendentemente da chi sia l'autista, si tratta di sognare di essere in macchina, soli o in compagnia, spesso percorrendo strade anguste e dissestate, spesso anche strade interrotte.

Le turbe fisiche riguardano la Colonna Cervicale ed il Jiao Superiore.

Punti Finestre del Cielo

Questa serie di punti, dislocati tra Collo e Spalle, rappresentano quei portali che permettono di captare il Qi del Cielo tramite gli Organi di Senso e fanno in modo di far arrivare questo Qi al Petto ed al Diaframma, influenzando non soltanto il funzionamento Organico (Cuore, Polmoni, Diaframma...), ma anche gli Arti, da cui partono i Meridiani Yang che portano il Qi alla Testa.

Non a caso, nel Huangdi Neijing Lingshu, cap. 3, si dice che trattare le patologie degli Arti senza anche trattare il Collo, darà vita a Trattamenti di scarsa efficacia.

I Punti Finestre del Cielo hanno all'interno del loro nome il carattere "Tian" che significa, appunto, Cielo. Alla stessa maniera, Tian (Cielo) è il carattere dell'Energia Respiratoria inalata dal Polmone. Ecco che c'è una stretta relazione tra i Polmoni, il Respiro ed i dettami Celesti: inspirare non significa (come se fosse poco!) semplicemente introdurre aria ossigenata ed eliminare quella impura, ma rappresenta il sistema con cui siamo in grado di captare le istanze del Cielo (la cui scintilla animica risiede nel nostro Cervello sotto forma di Yuan Shen) relative al modo per farci compiere il nostro Destino. Questa Tian Qi (Energia del Cielo) afferrata dal Polmone andrà a confluire nel Sangue (ossigenazione) che veicola lo Shen del Cuore, cioè lo Spirito Individuale, l'attitudine con cui si affronta la vita. Ecco che, in questo modo, il Cielo influenza il modo di essere, di vivere, di percepire gli eventi e noi stessi. Questo è il motivo per cui la Meditazione, le Arti Interne Taoiste (Marziali, Mediche o Alchemiche che siano) sono estremamente attente al metodo respiratorio ed alla presenza sensoriale completa nel momento presente, qui ed ora.

I Punti Finestra del Cielo, quindi, permettono la Comunicazione tra Cielo (Testa) e Uomo (Torace): ciò significa agire sullo Shen e ciò influenza il modo con cui il Cervello (pensiero, memoria, alloggio della Yuan Shen) determina l'azione degli Arti (azione) e come questi mandino indietro al cervello un feedback esperienziale da assorbire ed elaborare.

I Punti Finestra del Cielo sono attivati dalla Wei Qi e permettono il flusso dei Liquidi Jin (anch'essi mobilitati dalla Wei Qi) verso la Testa e gli Organi di Senso, per nutrirla ed attivarne la percezione a diversi livelli. Questo è il motivo per cui questi Punti si trovano sui Meridiani Yang, poiché la Wei Qi è di natura Yang.

Ci sono 2 Punti Finestra del Cielo per ogni Livello Energetico Yang (Tai Yang, Shao Yang, Yang Ming), 1 punto sul Meridiano Straordinario Du Mai, 1 sul Meridiano Straordinario Ren Mai, 1 sul Meridiano del Pericardio (Jue Yin) ed 1 sul Meridiano del Polmone:

- Bl 10 + SI 16 (Tai Yang)
- SI 17 + TE 16 (Shao Yang – SI 17 anticamente era un punto di Shao Yang)
- St 9 + LI 17 (Yang Ming)
- GV 16 (Du Mai – base posteriore del Collo)
- CV 22 (Ren Mai – base frontale del Collo)
- Pc 1 (Jue Yin)
- Lu 3 (Polmone)

Il Trattamento complessivo dei 10 Punti Finestra del Cielo, in abbinamento al Massaggio del Collo, permettono alla persona di entrare profondamente in contatto con il proprio Shen e ottenerne una profonda regolazione emozionale, agevolandone la naturale, fluida e spontanea manifestazione, senza eccessi o compressioni. Naturalmente, si potrà anche selezionare il singolo punto, in virtù delle sue specifiche indicazioni.

I Punti Finestra del Cielo, permettendo alla Wei Qi di raggiungere gli Organi di Senso, sono in grado di consentire la trasformazione della qualità e della modalità percettiva della persona, avviando l'evoluzione spirituale del soggetto, come risulta chiaro.

I punti Finestra del Cielo sono, altresì, in relazione con un Organo di Senso specifico, facendo sì che esso si relazioni fecondamente con l'emozione e lo spirito dell'Organo a cui è collegato, facendo sì che l'eventuale patologia emotiva non alteri la percezione della vita o permetta di ripristinare adeguatamente la funzione.

Bl 10 → Testa

SI 16 → Occhi

SI 17 → Orecchio

St 9 + LI 18 → Lingua, Parola, Voce

Lu 3 → Naso (si aggiunge Pc 1 per epistassi)

CV 22 → abbassa il Qi Ni (tosse, asma, nausea, cefalea)

GV 16 → fa scendere il Qi

Questo rende chiaro quanto sia importante un corretto assetto posturale che permetta il flusso del Qi tra Spalle, Colle e Testa, allo scopo di liberare il flusso energetico relativo.

Appendice 3 – Il Polso

In questo modello, il polso va apprezzato secondo il concetto mutuato dal Binhu Mai Xue di Li Shizhen:

- All'uomo va valutato soltanto il Polso Sinistro
- Alla donna va valutato soltanto il Polso Destro

Si utilizzano contemporaneamente indice, medio ed anulare per valutare l'onda sfigmica, come se esse fossero un unico dito, quindi senza soffermarsi sulle eventuali differenze percepibili nelle tre posizioni delle tre "singole" dita, ma concentrandosi sull'interezza della sensazione del battito che arriva ai tre polpastrelli all'unisono.

Si valuterà, con tutte e tre le dita contemporaneamente, il livello superficiale (pelle), medio (muscolo) e profondo (quasi all'osso):

_____ livello Superficiale (Wei Qi – Liquidi Jin)

_____ livello Medio (Ying Qi – Xue)

_____ livello Profondo (Yuan Qi – Liquidi Ye)

Per valutare le trasformazioni del battito nel modello di Ma Danyang, dobbiamo vedere come ognuno dei Livelli Energetici si manifesta sui tre Livelli di Profondità:

_____ livello Tai Yang – Shao Yin

_____ livello Yang Ming – Tai Yin

_____ livello Shao Yang – Jue Yin

Quindi, in virtù del cambiamento che si deve cercare per l'attivazione di ogni livello secondo questo modello di Ma Danyang, ci si ricordi di ascoltare il Livello corrispondente e di valutare che ritmo, frequenza e forza del battito sono lo Yang (livelli energetici Yang o, nel modello più in alto, le tre forme di Qi), mentre il riempimento, la pienezza e la durezza del vaso sono lo Yin (livelli energetici Yin o nel modello precedente le tre tipologie di Liquidi).

Infine, per valutare il proprio livello evolutivo in termini Alchemici, si tenga presente che:

_____ Dantian Superiore (Shen – io mi realizzo – prospettive sulla vita)

Questi 2 Dantian comunicano tramite Collo

_____ Dantian Medio (Qi – io mi relaziono ed agisco – sentimenti)

Questi 2 Dantian comunicano tramite Addome

_____ Dantian Inferiore (Jing – io sono – sopravvivere e curarsi)

Elenco delle Fonti e Bibliografia

- Seminari Qi Gong Taoista – Marziale – Medico – Prof. Jeffrey Yuen – AMSA / Xin Shu
- Seminari Medicina Cinese Classica – Prof. Jeffrey Yuen – AMSA / Xin Shu
- Seminari Medicina Cinese Classica – Dott. Di Stanislao/Corradin/De Berardinis – AMSA
- Seminari di Arti Marziali Interne Cinesi – Maestri George (Guo Ming) Xu e Flavio Daniele
- Dispense di Jeffrey Yuen e DVD – AMSA / Xin Shu
 - o Clinica Oncologica in Medicina Cinese Classica
 - o Endocrinologia in Medicina Cinese Classica
 - o La Fisiognomica e la Morfologia
 - o Il Suwen ed il Ling Shu – Studio n° 1 e 2
 - o Disturbi Psicici, Alimentari, Metabolici
 - o I disturbi dello Shen: lo Psicismo in Medicina Classica Cinese
 - o La Camera del Sangue: Ginecologia e Ostetricia in Medicina Classica Cinese
 - o Gastroenterologia e Scuola della Terra
 - o Le Regole Terapeutiche. L'azione intrinseca dei Punti
 - o Il Trattamento delle Malattie Autoimmuni in Agopuntura e MTC
 - o I Visceri Curiosi. L'Invecchiamento
 - o Meridiani Luo, i Meridiani Tendino Muscolari, i Meridiani Distinti
 - o Le Analisi del Sangue in Medicina Cinese
 - o Oli Essenziali in Medicina Cinese
- DVD di Jeffrey Yuen – Chiway, Daoist Healing Art, Maryland Acupuncture Society, ACCM
- Dispense del Dott. Dante De Berardinis ed il suo Blog
 - o La Milza – Pancreas e lo Stomaco: dalla Fisiologia alla Clinica
 - o Il Polmone: dalla Fisiologia alla Clinica
 - o Ginecologia ed Ostetricia secondo la Scuola Italiana di Agopuntura
 - o Qi Jing Ba Mai – Gli 8 Meridiani Straordinari
 - o Jing Luo Mai – Luo/Distinti/Tendino-Muscolari
 - o L'Obesità ed il controllo della Fame in Agopuntura
 - o Il Dolore nell'ottica della Scuola Italiana di Agopuntura
 - o Le Allergie e le Intolleranze Alimentari in Medicina Cinese
- La Mandorla – AMSA – Fogli Elettronici di M.T.C.
- Fitoterapia Energetica con Rimedi Occidentali – Di Stanislao/Brotzu/Simongini – AMSA
- Manuale di Qi Shu – Franco Bottalo – Xenia
- Il Cammino dell'Anima – Franco Bottalo – Xenia
- Fondamenti di Medicina Tradizionale Cinese – Franco Bottalo – Xenia
- Medicina Classica Cinese – AA. VV. – Xin Shu
- Medicina Tradizionale Cinese per lo Shiatsu ed il Tuina – AA.VV. – CEA
- Manuale Didattico di Agopuntura – Brotzu / Di Stanislao – CEA
- Le Tipologie Energetiche ed il loro riflesso nell'Uomo – AA.VV. – CEA
- Le Metafore del Corpo – Di Stanislao – CEA
- Visceri e Meridiani Curiosi – AA. VV. – CEA
- Fondamenti di Agopuntura e Medicina Cinese – AA. VV. – CEA
- Agopuntura Cinese – AA. VV. – CEA
- Dietetica Cinese – Sotte – CEA
- Farmacologia Cinese – Sotte – CEA
- Dietetica Medica Scientifica e Tradizionale – AA. VV. – CEA
- I Canali di Agopuntura – Giovanni Maciocia – CEA
- La Clinica in Medicina Cinese – Giovanni Maciocia – CEA

- La Diagnosi in Medicina Cinese – Giovanni Maciocia – CEA
- I Fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese – Giovanni Maciocia – CEA
- Massaggio e Fisiocinesiterapia Cinesi – AA. VV. – CEA
- Metodo Pratico di Autoelevazione col Qi Gong Cinese – Li Xlao Ming – Erga
- Il Potere Segreto del Corpo nelle Arti Marziali – Flavio Daniele - Caliel
- Le Tre Vie del Tao – Flavio Daniele – Caliel
- I Tre Poteri Segreti del Taiji Quan – Flavio Daniele – Caliel
- Xin Yi Quan – Flavio Daniele – Caliel
- Le Radici del Qi Gong Cinese – Yang Jwing Ming – Mediterranee
- Qi Gong – Il segreto della Giovinezza – Yang Jwing Ming – Mediterranee
- Qi Gong Meditation: Embrionic Breathing– Yang Jwing Ming – YMAA
- Qi Gong Meditation: Small Circulation – Yang Jwing Ming – YMAA
- Bagua Zhang – Theory and Application – Yang Jwing Ming – YMAA
- Xing Yi Quan – Yang Jwing Ming – YMAA
- Taiji Quan – Teoria e Potenza Marziale – Mediterranee
- Tredici Saggi sul Taiji Quan – Chen Man Ching - Feltrinelli
- DVD di Taiji Quan e Qi Gong – Yang Jwing Ming – YMAA
- DVD di Arti Marziali Interne – George (Guo Ming) Xu e Flavio Daniele
- DVD e Pubblicazioni di Arti Marziali Interne e Qi Gong Taoista – Autori Vari
- Scuola Discipline Orientali Tian Chong – www.scuolatianchong.com – Roberto Capponi

Roberto Capponi – info@scuolatianchong.com

Ganoderma Lucidum: una review

di Alfredo Capozucca¹

Abstract

Vengono presi in considerazione e analizzati gli studi più recenti (ultimi 10 anni) riguardanti il Reishi. L'interesse della ricerca nei confronti di questo fungo sta infatti crescendo; tuttavia le poche decine di studi clinici totali pubblicati ad oggi non sono sufficienti ad una piena validazione delle proprietà medicinali del Reishi, anche perché in molti di questi studi gli estratti di ganoderma sono somministrati in concomitanza ad altre sostanze naturali e in sinergia con esse, raramente si tratta di studi clinici puri.

Parole chiave: Ganoderma lucidum, reishi, ling zhi, reviews.

¹ AMSA, Centro Studi Xin Shu.

L'ambito di interesse maggiore del ganoderma è forse l'oncologia, e uno studio randomizzato controllato del 2010¹ ne ha verificato gli effetti nel trattamento degli adenomi coloretali: i pazienti facenti parte del gruppo di studio hanno assunto estratti di G.L. per 12 mesi, con colonscopia all'inizio e alla fine del trattamento. Mentre nel gruppo di controllo (nessun trattamento) gli adenomi sono sempre aumentati in volume, nel gruppo di studio si è registrata una significativa riduzione del loro stesso volume. Gli autori concludono che l'estratto di ganoderma inibisce lo sviluppo di adenomi coloretali.

Precedentemente, nel 2006, un altro studio² si propose di valutare gli effetti dei polisaccaridi del Ganoderma Lucidum sul sistema immunitario di pazienti con cancro coloretale in fase avanzata. Sono stati somministrati 5,4 g di estratto di Reishi a 47 pazienti per 12 settimane, al termine delle quali 41 pazienti hanno mostrato la tendenza ad aumentare l'attività mitogenica di fitoemoagglutina, il numero di linfociti CD3, CD4, CD8 e CD56, la concentrazione plasmatiche di IL-2, IL-6 e di interferone gamma, mentre le concentrazioni di IL-1 e di TNF sono diminuite. Gli autori concludono che il Reishi potrebbe avere effetti immuno-modulatori in pazienti con cancro coloretale avanzato, anche se nei risultati di questo studio le differenze dei parametri valutati non sono statisticamente significative.

Inoltre uno studio del 2014³ ha dimostrato che la somministrazione di polisaccaridi di Ganoderma Lucidum può contrastare parzialmente o completamente l'inibizione indotta a livello plasmatico dell'attivazione linfocitaria in pazienti con cancro polmonare.

In un doppio cieco randomizzato con controllo placebo del 2009⁴, 105 pazienti oncologici in trattamento chemioterapico o radioterapico sono stati sottoposti a trattamento con estratti di citronellolo, Ganoderma Lucidum, Angelica Sinensis e Codonopsis Pilosula oppure placebo. E' stata valutata la quantità di cellule immunitarie nel sangue a inizio e fine trattamento (6 settimane). Il gruppo di studio ha mostrato un aumento statisticamente significativo di leucociti e neutrofili, e un mantenimento (a differenza del gruppo di controllo), del numero dei linfociti CD4 e dei natural-killer.

Nel 2008 uno studio⁵ su 40 giocatori di calcio sani divisi in 4 gruppi sottoposti ad allenamento a differenti gradi di ipossia e a trattamento con Ganoderma Lucidum, ha dimostrato che il Reishi abbinato ad allenamento in condizioni ipossiche può aiutare a migliorare la variazione di CD4+/CD8+.

In campo cardiovascolare, il Ganoderma è stato testato in uno studio randomizzato con controllo placebo del 2012⁶, in cui 26 pazienti con valori pressori e/o colesterolemici border-line sono stati trattati per 12 settimane con 1,44g di Ganoderma al dì oppure placebo. Il gruppo di studio ha mostrato una diminuzione dell'insulina plasmatica e dell'insulino-resistenza e un aumento dell'HDL statisticamente significativi rispetto al controllo.

Uno studio pilota a doppio cieco, randomizzato con controllo placebo del 2007⁷ ha valutato l'efficacia e la sicurezza di una combinazione di Ganoderma Lucidum e San Miao San (formula erboristica cinese) nel trattamento coadiuvante dell'artrite reumatoide. 65 pazienti sono stati coinvolti nella ricerca. Il trattamento con Ganoderma e San Miao San ha mostrato avere un effetto analgesico ed è stato generalmente ben tollerato. Tuttavia non si sono evidenziati significativi effetti antinfiammatori, antiossidanti e immunomodulatori.

Nel 2008 i medesimi autori hanno condotto due studi⁸⁻⁹ per valutare l'efficacia del Ganoderma nel trattamento di uomini con sintomi del basso tratto urinario. Nel primo 88 uomini sono stati trattati con Ganoderma (6mg al giorno) o con placebo per 12 settimane. I pazienti sono stati valutati prima e dopo il trattamento attraverso la International Prostate Symptom Score (IPSS). Nel gruppo di studio il valore IPSS fu significativamente maggiore rispetto al controllo a termine trattamento, per altro sempre ben tollerato. Nel secondo studio i pazienti furono divisi in più gruppi sottoposti a trattamento con differenti dosaggi di Ganoderma. Si conclude affermando, sempre attraverso la valutazione con IPSS, che la dose giornaliera raccomandata è di 6mg/die.

Un piccolo studio del 2007¹⁰ su 28 pazienti con Herpes labialis o genitalis ricorrente ha dimostrato che il trattamento con un complesso di Wisteria floribunda, Trapa natans, Terminalia chebulae, Coicis lachryma-jobi, Ganoderma lucidum, Elfuinga applanata riduce significativamente i tempi di decorso degli episodi acuti.

Per quanto riguarda la sicurezza dell'impiego del Ganoderma è il caso di citare un doppio cieco randomizzato controllato con placebo del 2005¹¹, in cui si dimostra che l'assunzione di Ganoderma Lucidum (1,5 g/die per 4 settimane) non altera la funzione emostatica in soggetti sani, nonostante

precedentemente in vitro si dimostrò il contrario. Nel 2007 un altro doppio cieco randomizzato controllato con placebo¹² si è occupato della tollerabilità e sicurezza del Reishi in soggetti sani. I soggetti, divisi in due gruppi, uno sottoposto a trattamento con Reishi e l'altro con placebo, sono stati monitorati attraverso elettrocardiogramma, analisi complete del sangue e delle urine, questionari per la tollerabilità soggettiva. Gli autori concludono affermando la completa sicurezza del *Ganoderma lucidum*.

Infine citiamo brevemente due studi sui polli da allevamento¹³⁻¹⁴, in cui sono stati valutati gli effetti del *Ganoderma* nelle malattie infettive dei polli. Nel primo non vengono riscontrati effetti sull'E. coli, mentre nel secondo si afferma l'efficacia del fungo contro E. tenella.

Bibliografia

1. A water-soluble extract from culture medium of *Ganoderma lucidum* mycelia suppresses the development of colorectal adenomas. Oka S, Tanaka S, Yoshida S, Hiyama T, Ueno Y, Ito M, Kitadai Y, Yoshihara M, Chayama K. *Hiroshima J Med Sci*. 2010 Mar; 59(1):1-6. PMID: 20518254
2. Monitoring of immune responses to a herbal immuno-modulator in patients with advanced colorectal cancer. Chen X, Hu ZP, Yang XX, Huang M, Gao Y, Tang W, Chan SY, Dai X, Ye J, Ho PC, Duan W, Yang HY, Zhu YZ, Zhou SF. *Int Immunopharmacol*. 2006 Mar; 6(3):499-508. Epub 2005 Sep 15. PMID: 16428086
3. Protection against lung cancer patient plasma-induced lymphocyte suppression by *Ganoderma lucidum* polysaccharides. Sun LX, Li WD, Lin ZB, Duan XS, Li XF, Yang N, Lan TF, Li M, Sun Y, Yu M, Lu J. *Cell Physiol Biochem*. 2014; 33(2):289-99. doi: 10.1159/000356669. Epub 2014 Jan 31. PMID: 24525691
4. Effect of citronellol and the Chinese medical herb complex on cellular immunity of cancer patients receiving chemotherapy/radiotherapy. Zhuang SR, Chen SL, Tsai JH, Huang CC, Wu TC, Liu WS, Tseng HC, Lee HS, Huang MC, Shane GT, Yang CH, Shen YC, Yan YY, Wang CK. *Phytother Res*. 2009 Jun; 23(6):785-90. doi: 10.1002/ptr.2623. PMID: 19145638
5. Effect of *Ganoderma lucidum* capsules on T lymphocyte subsets in football players on "living high-training low". Zhang Y, Lin Z, Hu Y, Wang F. *Br J Sports Med*. 2008 Oct; 42(10):819-22. Epub 2007 Nov 29. Erratum in: *Br J Sports Med*. 2009 Apr; 43(4):310-1. PMID: 18048435
6. Study of potential cardioprotective effects of *Ganoderma lucidum* (Lingzhi): results of a controlled human intervention trial. Chu TT, Benzie IF, Lam CW, Fok BS, Lee KK, Tomlinson B. *Br J Nutr*. 2012 Apr; 107(7):1017-27. doi: 10.1017/S0007114511003795. Epub 2011 Aug 1. PMID: 21801467
7. Safety and efficacy of *Ganoderma lucidum* (lingzhi) and San Miao San supplementation in patients with rheumatoid arthritis: a double-blind, randomized, placebo-controlled pilot trial. Li EK, Tam LS, Wong CK, Li WC, Lam CW, Wachtel-Galor S, Benzie IF, Bao YX, Leung PC, Tomlinson B. *Arthritis Rheum*. 2007 Oct 15;57(7):1143-50. PMID: 17907228
8. Randomized clinical trial of an ethanol extract of *Ganoderma lucidum* in men with lower urinary tract symptoms. Noguchi M, Kakuma T, Tomiyasu K, Yamada A, Itoh K, Konishi F, Kumamoto S, Shimizu K, Kondo R, Matsuoka K. *Asian J Androl*. 2008 Sep;10(5):777-85. Epub 2007 Dec 20. PMID: 18097505
9. Effect of an extract of *Ganoderma lucidum* in men with lower urinary tract symptoms: a double-blind, placebo-controlled randomized and dose-ranging study. Noguchi M, Kakuma T, Tomiyasu K, Kurita Y, Kukiwara H, Konishi F, Kumamoto S, Shimizu K, Kondo R, Matsuoka K. *Asian J Androl*. 2008 Jul;10(4):651-8. Epub 2007 Dec 20. PMID: 18097503
10. Herbal mixtures containing the mushroom *Ganoderma lucidum* improve recovery time in patients with herpes genitalis and labialis. Hijikata Y, Yamada S, Yasuhara A. *J Altern Complement Med*. 2007 Nov;13(9):985-7. PMID: 18047445
11. A prospective, randomized, double-blind, placebo-controlled study of the platelet and global hemostatic effects of *Ganoderma lucidum* (Ling-Zhi) in healthy volunteers. Kwok Y, Ng KF, Li CC, Lam CC, Man RY. *Anesth Analg*. 2005 Aug;101(2):423-6, table of contents. PMID: 16037156
12. Safety and tolerability of *Ganoderma lucidum* in healthy subjects: a double-blind randomized placebo-controlled trial. Wicks SM, Tong R, Wang CZ, O'Connor M, Karrison T, Li S, Moss J, Yuan CS. *Am J Chin Med*. 2007;35(3):407-14. PMID: 17597499

13. In vivo screening of five phytochemicals/extracts and a fungal immunomodulatory protein against colibacillosis in broilers. Peek HW, Halkes SB, Tomassen MM, Mes JJ, Landman WJ. Avian Pathol. 2013;42(3):235-47. doi: 10.1080/03079457.2013.780121. Epub 2013 Apr 29. PMID: 23627727
14. Changes in weight gain, faecal oocyst count and packed cell volume of *Eimeria tenella*-infected broilers treated with a wild mushroom (*Ganoderma lucidum*) aqueous extract. Ogbe AO, Atawodi SE, Abdu PA, Sannusi A, Itodo AE. J S Afr Vet Assoc. 2009 Jun;80(2):97-102. PMID: 19831271

Un caso interessante

di Vincenza Drago

Abstract

Le malattie di solito hanno una o più cause sottostanti (Ben), e una o più manifestazioni esteriori (Biao). Il problema nella scelta di una combinazione di punti è determinante, quando trattare la causa e quando trattare l'effetto. Dopo una premessa su ciò che rappresenta il sudore in medicina cinese in questo articolo verrà esposto un caso, relativo ad una donna di 37 anni, di traspirazione eccessiva dapprima notturna, successivamente anche diurna e relativo trattamento andato a buon fine.

Parole chiave: sudorazione, stasi di qi e xue, calore "vuoto", combinazione dei punti.

Abstract

Diseases usually have one or more underlying causes (Ben), and one or more external manifestations (Biao). The problem in choosing a combination of points is decisive when treating the cause and when dealing with the effects. (1)
After an introduction on what sweating is for Chinese medicine, it will be exposed a case relating to a 37 years old; at first she suffered from excessive sweating during the night, and subsequently also during the day. The treatment has been successful.

Key words: perspiration (sweating), stagnation , heat "empty", therapy.

Quando il polmone comincia a diffondere i fluidi Jin promuove il sudore, Han. Secondo il JIA YU JIN l'intestino crasso controlla i liquidi Jin così come la BL controlla le articolazioni (Jing), lo ST il sangue, la GB i midolli, il TR il Qi e il SI i liquidi Ye.

Il So Wen dice che il Sudore è il liquido del cuore, per cui nel trattamento dei disturbi della sudorazione si utilizzano anche punti di questo meridiano (2)

Per una corretta diagnosi occorre un'accurata raccolta della storia clinica del paziente (modalità e tempi di insorgenza, sintomi e manifestazioni associate) attraverso un colloquio sereno tra medico e paziente durante il quale il medico cercherà di focalizzare l'attenzione non sulla malattia da curare ma sul singolo individuo e sulle alterazioni energetiche che disturbano la sua vita. Inoltre sarà utile effettuare un attento esame obiettivo. (3)

F. E. donna di 37 aa, sposata, separata da 15 aa con una figlia avuta all'età di 19 aa.

Anamnesi patologica remota caratterizzata da coliti e cistiti frequenti, cefalee fronto temporali, mestruazioni irregolari, cervicaglie, bronchiti frequenti e sudorazione eccessiva (dapprima solo notturna e successivamente anche diurna soprattutto a livello di nuca, collo e ascelle) e frequenza e impellenza urinaria.

Il polso è tendenzialmente superficiale teso e rapido su pollice e barriera destra e intermedio a corda su barriera sinistra; vuoti i piedi.

La lingua mostra presenza di vento e presenta una lieve patina giallastra al centro.

Dopo un lungo colloquio appare chiara la frustrazione relativa alla vita di coppia e all'impossibilità di muoversi nella sua direzione.

I suoi problemi risuonano più a livello di lui, di relazioni. Il trattamento iniziale ha previsto l'uso di 37 GB (Guang Ming), con ago e martelletto, punto che secondo J. Yuen appartiene alla fase della strutturazione della personalità per quanto riguarda la direzione che diamo alla nostra vita) e del 15 CV (Jiu Wei), punto lui collegamento di Ren Mai che governa l'espressione più profonda dell'essere (4). I due punti sono stati trattati una volta alla settimana per un mese.

La paziente riferisce un miglioramento generale pur persistendo un'eccessiva sudorazione notturna e diurna che non riesce più a gestire.

DIAGNOSI:

Alterazione del cuore con insoddisfazione-frustrazione e stasi di qi e sangue che protratti nel tempo hanno generato calore interno, vuoto di sangue e ristagno dei fluidi del polmone, flegma e ristagno nel cuore con alterazione dello Shen. Il sangue di fegato è Qi di cuore, è la speranza di andare oltre, oltre la tristezza e la disperazione (5). Un ristagno di qi legato a rabbia e frustrazione, quindi, determinerà ristagno di sangue e stasi nello Shen e nell'anima Hun.

TERAPIA: Inizialmente sblocco il diaframma (che ha un'azione fondamentale sullo scorrere del qi e che è controllato dal fegato) con il 17 BL (Geshu, punto hui del sangue), il 17 CV (ShanZhong, punto hui dell'energia) e il 22 GB (Ye men), una volta a settimana per tre settimane.

Poiché la stasi di qi è una forma yang, in patologia si sviluppa fuoco e calore che va raffreddato per evitare il consumo di Qi e Sangue, disturbi dello Shen o comparsa di Flegma.

Cerco quindi di nutrire lo Yin per assicurare al corpo acqua sufficiente a controllare il fuoco:

6HT yin xi (puntura verso l'alto e il centro), regola il sangue di cuore, calma lo Shen, modera le condizioni acute, purifica il fuoco "VUOTO". In quanto punto xi di un meridiano yin oltre a trattare le condizioni acute e dolorose ha anche l'azione di trattare il sangue. La forza di Yin xi sta nella sua capacità di trattare i liquidi yin del cuore.

Secondo gli "Scritti essenziali dalla tradizione medica", ciò che dal cuore è conservato all'interno è il sangue; ciò che è emesso all'esterno è il sudore; il sudore è il fluido del cuore.

La notte è il momento in cui lo yin è massimo e durante il sonno il qi difensivo non è più necessario per proteggere la superficie ed entra in profondità per essere nutrito. Se lo yin è carente non può attirare e

tenere il Qi difensivo all' interno; il calore "vuoto" allora affiora all'esterno e spinge fuori i liquidi sotto forma di sudore. (6)

7KI (Fu liu , puntura verso il centro e verso l'alto), punto King del canale di rene che come tutti i punti king lavora sul Jing

Secondo il "Classico delle difficoltà", nei casi di vuoto rinforzare la madre, nei casi di eccesso ridurre il figlio. Fu liu, punto metallo quindi punto madre del canale di rene (acqua) è uno dei punti più importanti per rinforzare la funzione del rene nel controllare i fluidi corporei. Grazie alla sua azione sui reni (radice del Qi difensivo), Fulu ,ha un'ampia gamma di applicazioni nell'apertura e chiusura dei pori e nel trattamento dei disturbi della traspirazione. E' in grado di far sudare nelle sindromi da esterno, fermare la sudorazione spontanea da deficit di Qi e trattare la sudorazione notturna che più frequentemente è causata dal fuoco generato dal vuoto di yin.

Fulu assistendo inoltre la funzione yang di rene nel regolare i fluidi tratta anche l'accumulo di umidità-calore a livello vescicale responsabile di svariati disturbi urinari tra cui la frequenza e impellenza.(6)

4SP (gong sun, puntura neutra) punto luo del meridiano, punto di apertura del Chong mai (mare del sangue, meridiano che regge tutte le mutazioni e trasformazioni). Il canale di milza si collega con il cuore e quando umidità e flegma si accumulano trasformandosi in flegma calore, questo risale in alto ostruendo il Cuore e agitando lo Shen provocando insonnia e agitazione. (6)

4 LI (He gu ; Hu Kou) punto yuan del canale di LI. Punto principale per espellere vento freddo o vento calore. La sua efficacia rispetto a questo può derivare dal considerare il canale yang di LI come riflesso esterno del canale yin accoppiato.

4LI ha in sé la duplice azione di indurre o bloccare la sudorazione. Indurla, facilitando la circolazione del Qi difensivo, con lo scopo di liberare l'esterno ed espellendo attraverso la sudorazione il fattore patogeno; bloccarla, in caso di sudore patologico che non serve ad eliminare il fattore patogeno.

In quanto yangming e' un punto che abbassa, quindi contrasta la cinetica del calore che tende ad andare verso l'alto

Altro nome di 4 LI è Hu Kou (bocca di tigre). Secondo l'ideogramma, hu rappresenta una tigre che si sta lanciando sulla preda. Secondo la scuola di tonificazione del calore "Wen Bu", yin e yang non sono entità separate ma coesistono all'interno di ogni individuo e di ogni situazione. La salute dipende dal rapporto tra lo yin e lo yang e dall'inter-regolazione e trasformazione dei due.

La tigre attende in silenzio poi balza in avanti al momento giusto ed è quindi simbolo della modulazione e trasformazione reciproca tra yin e yang e questo torna utile perche' ho eccesso di yang in alto che invoca yin.

4CV (Guan yuan) punto mu del Piccolo Intestino, punto d'incontro del Ren mai con i canali di Milza, Fegato e Rene. Nascita dello yin (4 stagioni), rappresenta la concretizzazione dello yin nella vita quotidiana.

Punto del Chongmai. Lo uso in tonificazione con ago verso 5CV (punto mu del TR inferiore) dove nasce la Wei Qi.

Ren 4 nutre il qi originale, giova all'essenza, tonifica il Rene yang e nutre il Rene yin.

La forte azione di tonificazione e nutrimento di Guan yuan non si limita solo ai Reni; poiché i reni sono la radice dello yin e dello yang del corpo, e il qi originale è distribuito ai cinque zang e forma l'essenza dei 5 zang, 4CV può essere usato nel trattamento di un deficit importante di qualsiasi zang fu, sia che si tratti di qi, sangue, yin o yang.(6)

14VG (Dazhui, in tonificazione)

La sudorazione da vuoto può verificarsi quando il vento patogeno attacca l'esterno e porta a disarmonia il qi nutritizio e il qi difensivo così 'come quando il qi difensivo è in vuoto ed è incapace di chiudere e controllare i pori.

Grazie alla sua capacità ' di tonificare il qi e di regolare l'esterno, Dazhui è in grado di trattare entrambi i tipi di sudorazione da vuoto.

Nel caso in questione Dazhui non solo controlla i pori e purifica il calore ma tonifica anche il vuoto sottostante.

Come molti punti del Du mai, D-14 è in grado di placare il vento interno e di giovare all'intera colonna, in particolare nella zona del collo (punto debole della paziente trattata) (6)

Bibliografia

- Di Stanislao C.: Combinazione di punti in agopuntura, Ed. Amsa-Xinshu, Roma, 2000
- Le lezioni di Jeffrey Yuen: Le regole terapeutiche, l'azione intrinseca dei punti, a cura di Emilio Simongini e Leda Bultrini
- Le lezioni di Jeffrey Yuen: L'ottava lezione, i disturbi dello Shen : Lo psichismo in Medicina classica Cinese
- Corradin M, Di Stanislao C, Parini M. Medicina tradizionale Cinese per lo Shiatzu e il Tuina, CEA, Milano 2001
- Lezioni di Jeffry Yuen, volume VII, la camera del sangue.
- Manuale di Agopuntura. Peter Deadman, Mazin, al Khafaji e Kevin Baker. Casa Editrice Ambrosiana.

Esperienza agopunturistica in corso di fatigue cancer related syndrome

di Carlo Di Stanislao¹

Abstract

Esistono numerosissime esperienze scientifiche sull'efficacia dell'agopuntura nel trattamento di sostegno per il malato oncologico che viene sottoposto a chemioterapie e radioterapie. Queste esperienze sono focalizzate al trattamento dei diversi sintomi che compaiono come eventi avversi nel corso delle terapie occidentali. Dopo una breve premessa sulle esperienze personali condotte in vari ambiti del palliativismo oncologico, gli AA riferiscono di un gruppo di pazienti con cancro e fatigue in corso di chemioterapia pèost-chirurgica e dei risultati ottenuti valutati sia con diari giornalieri sia con VAS a 10 punti che mediante Multidimensional Fatigue Symptom Inventory-Short Form. Si descrivono le modalità per la scelta dei punti di agopuntura e si precisa che la stessa è stata attuata senza né manipolazione né elettrostimolazione.

Parole chiave: cancro del seno, fatigue cancer syndrome, agopuntura.

Abstract

There are numerous scientific experiments on the effectiveness of acupuncture in the support treatment for cancer patients who are undergoing chemotherapy, and radiotherapy. These experiences are focused on the treatment of the various symptoms that appear as adverse events in the course of western therapies. After a brief introduction on personal experiences conducted in various areas of supportive care oncology, the AA report of a group of patients with cancer and fatigue during chemotherapy following surgery and the results assessed both with daily diaries either with SEA at 10 points and through Multidimensional Fatigue Symptom Inventory-Short Form. The procedures for the selection of acupuncture points are described, specifying that neither manipulation or electrical stimulation have been applied.

Keywords: breast cancer, cancer fatigue syndrome, acupuncture.

¹ amsaaq@tin.it; carlo.distanislao@gmail.com

L'uso dell'agopuntura e delle altre branche della medicina cinese è sempre più diffuso anche nel mondo occidentale. Tale successo è principalmente dovuto alla capacità di sostenere le condizioni del malato oncologico senza aggiungere altre terapie farmacologiche e senza comportare effetti collaterali. Queste caratteristiche risultano molto preziose in un contesto clinico nel quale il carico farmacologico e la sommatoria degli effetti avversi rappresentano uno dei principali problemi.

Esiste una vasta letteratura scientifica su questo argomento. Le pubblicazioni su riviste mediche che si occupano di medicina cinese e di medicine non convenzionali sono innumerevoli. I risultati della *consensus conference* pubblicati sulla prestigiosa rivista JAMA nel 1998ⁱ, affermano che l'agopuntura ha sicuri effetti benefici nel controllo della nausea e del vomito conseguenti alla chemioterapia e sul rilievo della sintomatologia dolorosa. Tali risultati positive sono stati confermati da una revisione sistematica fatta nel 2006 dall'istituzione Cochrane, ben nota per la sua accuratezzaⁱⁱ. Esaminando la letteratura, si può facilmente notare come il campo dove più facilmente la medicina occidentale accetta di integrarsi e confrontarsi, sia quello della gestione degli affetti avversi delle terapie chemioterapiche e radioterapiche. In questo campo è stata accertata, con studi randomizzati, la capacità di agire positivamente e vantaggiosamente dell'agopuntura^{iii iv v}.

L'impiego di agopuntura è molto utile nel trattamento di dolore, nausea e vomito e astenia, di pazienti con cancro al seno in trattamento ed consigliabile per il basso costo ed il bassissimo numero di effetti collaterali^{vi}. Un recentissimo studio sulla terapia complementare ed alternativa a supporto di donne con cancro al seno, dimostra che soprattutto l'agopuntura è impiegata in quasi la metà dei casi per ridurre non solo gli effetti collaterali di chemio e radioterapia, ma anche ansia, insonnia, depressione connessi con tale tipo di situazione clinica^{vii}.

L'esperienza da noi maturata in più di 15 anni di attività, va nella medesima direzione e ci fornisce, nella pratica clinica, dati circa l'utile impiego della agopuntura per dominare gli effetti collaterali di vari farmaci come ad esempio gli inibitori delle aromatasi o anche per il recupero più rapido e completo del cosiddetto linfedema post-mastectomico. Ciò che differenzia la nostra esperienza condotta su una popolazione di oltre 50 pazienti consiste in primo luogo nell'uso di agopuntura manuale senza elettrostimolazione e nell'impiego di scarsissima manipolazione degli aghi, al fine di non produrre disagio alle pazienti in corso di trattamento^{viii}. Inoltre mentre nella più parte degli studi sono impiegati un numero medio di aghi pari a 10, nei nostri protocolli, basati sui principi della medicina Classica Cinese^{ix}, se ne impiega da 5 a 8, naturalmente con una compliance migliore da parte delle pazienti. Risultati favorevoli nell'80% di donne con cancro al seno, in trattamento chemioterapico dopo chirurgia e con fatigue cancer syndrome (FCRS), abbiamo ottenuto con schemi più semplici e diversi rispetto a quelli di uso in Cina^x o in altri paesi occidentali, che si basano su schemi con numero molto ampio di punti^{xi}.

D'altro canto una ricerca italiana del 2000 ha dimostrato che l'agopuntura è molto incisiva nelle condizioni depressive che si esprimono nell'area somatica e non vi è dubbio che la FCRS rientri in questa specifica categoria^{xii}. Il nostro studio riguardava 10 donne, tutte con cancro al seno, sottoposte a chemioterapia di tipo citotossico e biologico dopo intervento chirurgico, tutte con fatigue non legata a condizione anemiche, turbe protidemiche o elettrolitiche, senza note di dolore cronico, che hanno fornito il proprio consenso per sedute settimanali di agopuntura con aghi a perdere in acciaio e argento di fabbricazione cinese di tipo Hwato da 0,20 X 0,30 mm, con cicli di due mesi ed un follow up di altri due mesi.

Durante il trattamento le pazienti erano libere di abbandonare l'agopuntura in qualsiasi momento, se non ritenevano tale terapia efficace in relazione alla sintomatologia. Nessuna paziente ha abbandonato lo studio. I punti da noi selezionati sono stati, in relazione ai sintomi di accompagnamento, i seguenti:

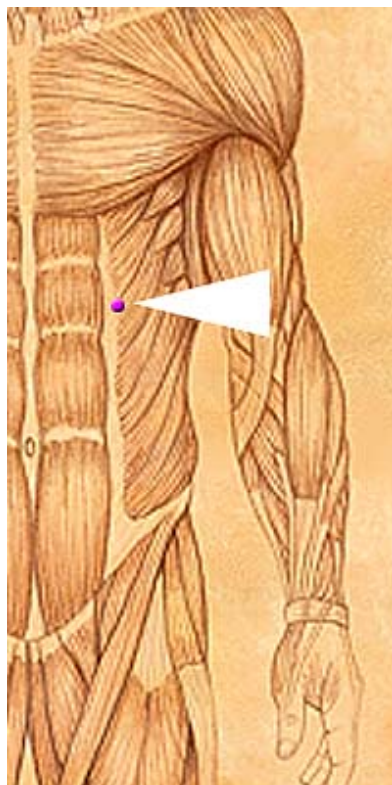
23GB	Ciclotimia, oscillazione dell'umore, dolori all'anca ed alle spalle, alvo diarroico, astenia mattutina.
24GB	Depressione, svogliatezza, apatia. Digestione lenta e laboriosa. Disepatismo o discinesia biliare.
25GB	Astenia mattutina, freddolosità, lombalgia a barra persistente.
34GB	Indecisione, incertezza, depressione. Intolleranza per grassi e fritti. Mialgie diffuse.
35GB	Ansia estrema, disturbi del sonno, gengivostomatiti, bouffée di calore, eritrosi teleangectasica progressiva del viso.
36GB	Cute secca, xerodermica. Comparsa di cheratacanomi multipli o multiple cheratosi (segno di Torre e Laser-Trelat). Tosse, dispnea al minimo sforzo.
37GB	Collerosità, paura del futuro, pirosi gastrica continua con digestione lenta e laboriosa, nausea persistente.
38GB	Sonnolenza post-prandiale, addome globoso, dimagrimento delle estremità, estrema preoccupabilità, intolleranza per amidacei.
39GB	Deficit immunitario, ipocorticismismo, scarso adattamento allo stress, alopecia, melanodermia, acanthosis nigricans.

Vogliamo qui spiegare il senso di tale scelta di punti appartenenti ad un unico Meridiano, quello detto in Occidente Vescica Biliare, che nella visione energetica cinese è definito Zu Shao Yang Dan Jing, ovvero, più propriamente, Meridiano dello Yang Intermedio che corre lungo la gamba. Per comprendere il senso di tutto ciò va ricordato che il corpo, secondo la Medicina Cinse è un universo in miniatura ed è allo stesso tempo uno specchio dell'ordine sociale; infatti la simbologia usata nel dialogo dell'Imperatore Giallo con il suo consigliere (il testo fondamentale della medicina cinese, chiamato Nei Jing, diviso in quattro libri, di cui solo i primi due, Sowaen e Lingshu, giunti fino a noi) è la stessa usata per descrivere l'Impero. Il sistema viene descritto in termini di uffici nella burocrazia centrale del corpo, non in termini anatomici. Gli organi sono meri correlati del sistema di funzioni. Anche nel caso della medicina, il corpo viene costruito in maniere completamente diverse.

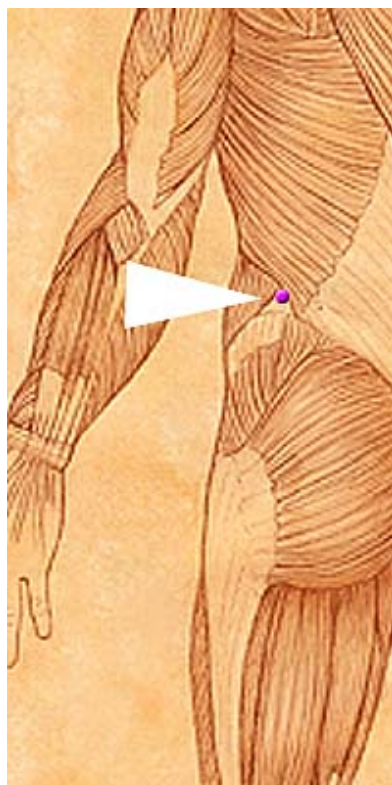
Per tradurre il termine greco per corpo - sarkos - un termine che denota chiaramente il fisico (soma, erroneamente tradotto con corpo fisico, indica invece "l'idea del corpo"), ci troviamo di fronte a quattro termini: *shen*, *t'i*, *ch'u* e *hsing*. Di questi i primi tre (*shen*, *t'i* e *ch'u*) hanno una denotazione più ampia (denotano o implicano il concetto di personalità o persona), mentre il quarto, *hsing* (=forma) veniva raramente impiegato. Il corpo cinese è "composto soprattutto da ossa e carne vagamente definita e attraversata da tratti circolatori"; questi tratti collegano degli "insiemi di funzioni", i cosiddetti organi, per cui si può dire, che la patologia cinese è funzionale.

Come si legge sul Classico dell'Imperatore Giallo, il richiamato Nei Jing: "Il soggetto del discorso...è il flusso libero ed il movimento centrifugo e centripeto del qi divino (*shen qi*). Non sono pelle, carne, tendini ed ossa". Questo fluire avviene tramite tragitti definiti Jing Luo: I Meridiani o vasi energetico come sono tradotti in occidente (15). Divisi in Principali e Secondari, questi Meridiani assolvono funzioni disparate. Il Meridiano Principale della vescica Biliare, più propriamente, fra i vari compiti ha quello di favorire il flusso della Energia Vitale quando essa è bloccata da cause diverse, come, ad esempio, le forme tumorali, generando dolori, astenia o altri disturbi. Composto da 44 punti, nasce dal 4 dito del piede, sale sulla faccia interna della gamba e della coscia, sale ai fianchi, segue con decorso a zig zag gli spazi intercostali e raggiunge la testa, passando sui lati del collo, per terminare sull'angolo interno dell'occhio.

- GB24 Ri Ye (Sole e Luna). Fra il VI e VII spazio intercostale, lungo la linea che parte dalla punta del capezzolo.



- GB25 Jing Men (Porta della Essenza). Sul margine libero della XII costola.



- GB 34 Yang Lang Quan (Collina delle Riunioni dello Yang). Situato appena sotto e davanti la testa del perone, in prossimità del collo chirurgico di tale osso.



- GB35 Yang Jiao (Riunione dello Yang). Collocato circa 15 cm sopra al malleolo esterno, sul bordo posteriore della tibia.



- GB36 Wai Qiu (Collina Esterna). Circa 2 cm davanti al precedente.



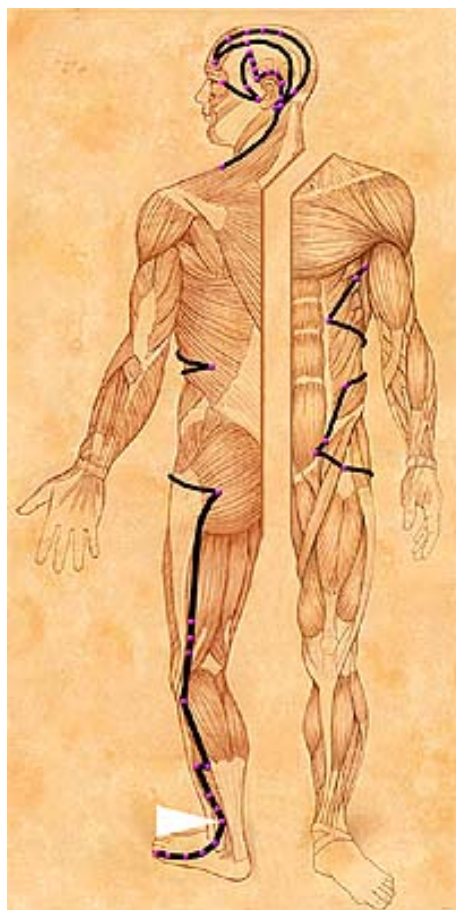
- GB 37 Guang Ming (Brillantezza Luminosa). Circa 10 cm sopra al malleolo esterno, sul bordo posteriore della tibia.



- GB38 Yang Fu (Yang Volante). Circa due centimetri sotto al precedente.

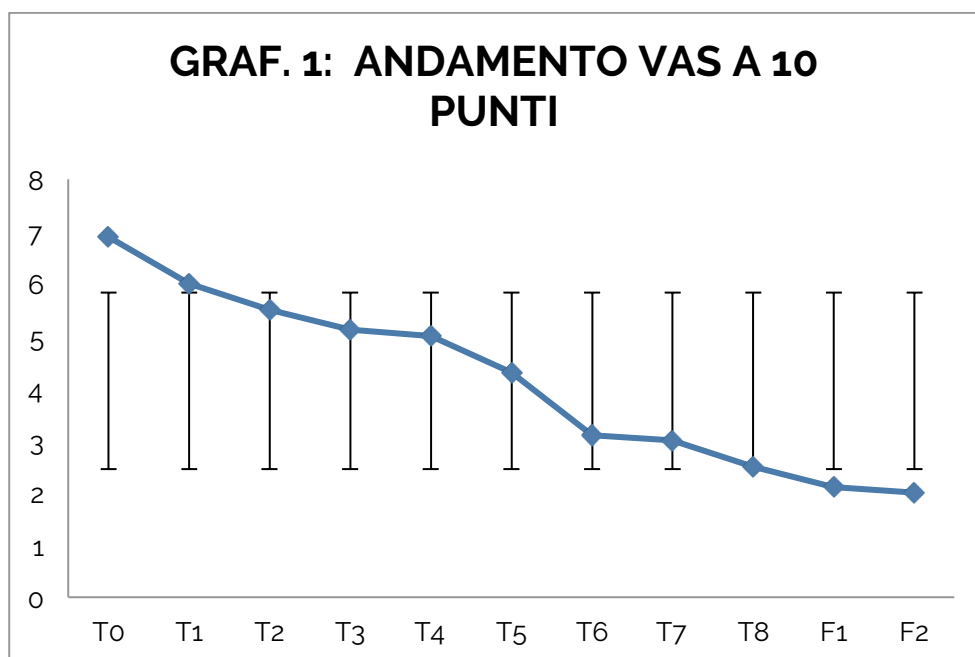


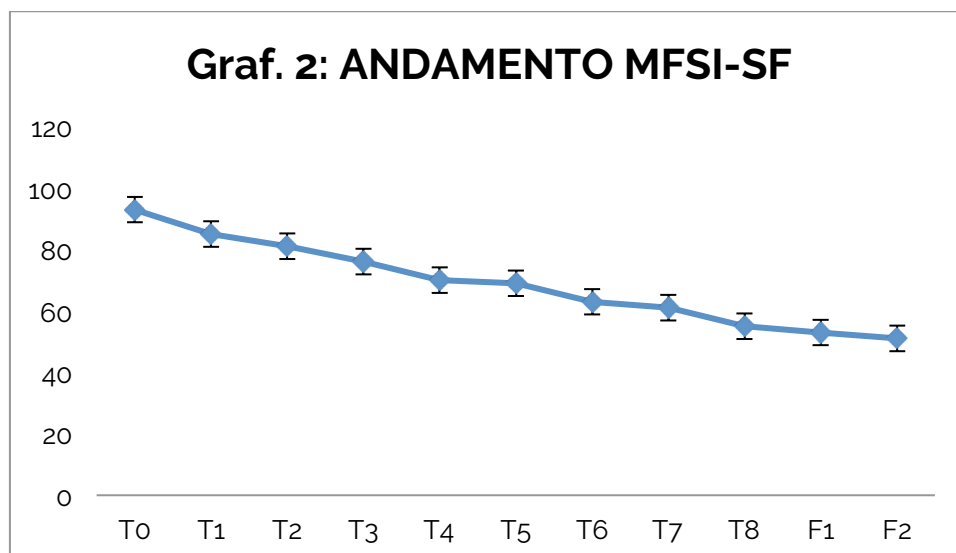
- GB39 Xuan Zhong (Campana Sospesa). Circa 6 cm sopra al malleolo esterno, sul bordo posteriore della tibia.



Tornando alla nostra ricerca, abbiamo usato da uno a tre punti per paziente e, pertanto, da 2 a 6 aghi che, infissi, non venivano manipolati, ma lasciati nelle sedi per 30 minuti. Questo nella convinzione non sia necessario produrre attraverso la manipolazione in senso rotatorio o verticale di un ago un effetto algico o parestesico (definito dalla Medicina cinese Deqi, letteralmente arrivo del Qi), se i punti sono impiegati in funzione del ruolo che loro conferiscono i testi classici o più recenti (15). Senza entrare in inutili dettagli che esulano dagli scopi di questo articolo, vogliamo tuttavia ricordare che è nostra convinzione scaturita da più di 30 anni di attività sul campo, che lo studio della funzione di un punto è primariamente studio del suo nome. In effetti, come per il sanscrito "nana" (che significa nome), da cui derivano il greco "onoma", il tedesco "nam" e l'inglese "name", ma anche i termini latini "cognoscere" ed "agnoscere"; dare un nome a qualsiasi cosa, nel corredo culturale cinese antico, significava assegnare un ruolo ed un destino. Ciò detto, tornando alla parte più scientifica, per monitorare la fatigue e il suo trend nel tempo durante e alla fine del trattamento, abbiamo utilizzato una scala ad analoghi visivi, con numerazione da 0 a 10 dove 0 corrisponde all'assenza di fatigue e 10 alla peggiore fatica immaginabile ed anche diari personali, dove annotare l'andamento sia dei sintomi fisici con difficoltà a svolgere le attività quotidiane, che emotivi e cognitivi^{xiii}. Inoltre, il campione è stato valutato con la Multidimensional Fatigue Symptom Inventory-Short Form (MFSI-SF), scala a 30 item che è oggi la più accreditata per misurarne la gravità^{xiv}.

Abbiamo espresso l'andamento settimanale della Fatigue con scala VAS nel Grafico (1), con follow up al primo e al secondo mese, indicati come F1 e F2 e, con la medesima scansione temporale, nel Graf. 2 l'andamento della MFSI-SF. Nessun paziente è uscito dalla studio e, ad un controllo dei diari, un netto miglioramento psico-fisico e cognitivo ha riguardato i 2/3 delle donne trattate, con un perdurare dei benefici a due mesi nell'80% dei casi.





Circa i punti più spesso selezionati in 3 donne si sono associati il 23GB ed il 37GB, in altrettanti casi il 35 GB ed il 38GB e, infine, in due casi punti singoli e più propriamente, il 25GB in un caso ed il 39GB in un altro. Nei restanti casi si sono associati tre punti e più propriamente 34-36-39GB in un caso e 35-36-38 in un altro. Non si sono verificati né stravasii né dolore persistente dopo infissione di aghi e nessuna paziente ha lamentato discomfort in corso di terapia.

La progressiva riduzione degli indici di gravità della fatigue, ci suggerisce, infine, che l'agopuntura svolge un ruolo attivo al di fuori dell'effetto placebo, mentre la non manipolazione di aghi riduce grandemente il rischio di un effetto placebogeneo legato al rituale di somministrazione della cura^{xv}.

Indirizzo per chiarimenti

Carlo Di Stanislao

carlo.distanislao@gmail.com; amsaaq@tin.it

Bibliografia

- ⁱ AAVV: NIH Consensus Conference. Acupuncture, JAMA 1998, 280:1518-24
- ⁱⁱ Ezzo JM, Richardson MA, Vickers A, Allen C, Dible SL, Issel BF, Lao L, Pearl M, Ramirez G, Roscoe J, Shen J, Shivan JC, Streitberger K, Treish I, Zhang G: Acupuncture point stimulation for chemotherapy induced nausea or vomiting (Review), Cochrane database Syst Rev. 2006 Apr 19; (2):CD00228
- ⁱⁱⁱ Hann D., Allen S., Shah A., Ciambone D.: Use of Complementary Therapies During Chemotherapy: Influence of Patient's Satisfaction with Treatment Decision Making and the Treating Oncologist, Integrative Cancer Therapies, 2006, 5, 3: 224-231
- ^{iv} Collins KB, Thomas DJ: Acupuncture and acupressure for the management of chemotherapy-induced nausea and vomiting, J. Am Acad Nurs Pract. 2004 Feb; 16(2):76-80.
- ^v Lu W.: Acupuncture for side effects of chemoradiation therapy in cancer patients, Onc.Nurs. 2005 August; 21(3):190-5.
- ^{vi} Kaufman K, Salkeld EJ.: Home hospice acupuncture: a preliminary report of treatment delivery and outcomes, Perm J. 2008, 12(1):23-6.
- ^{vii} Samuels N, Schiff E, Lavie O, Raz OG, Ben-Arye E: Expectations from an integrative medicine consultation in breast cancer care: a registry protocol-based study, Support Care Cancer, 2014 Jul 30
- ^{viii} Mao JJ, Farrar JT, Bruner D, Zee J, Bowman M, Seluzicki C, DeMichele A, Xie SX: Electroacupuncture for fatigue, sleep, and psychological distress in breast cancer patients with aromatase inhibitor-related arthralgia: A randomized trial, Cancer, 2014 Jul 30. doi: 10.1002/cncr.28917.
- ^{ix} Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen. Volume XIV. Cancer clinic. Oncologia in Medicina Classica Cinese. Sostenere il malato e combattere la malattia, Ed. Xin Shu, Roma, 2010.
- ^x Zhang D.: The treatment of cancer by integrated chinese and western medicine, Ed. Blue Poppy Press, Boulter, 1989.
- ^{xi} Xiaoming L., Fenoglio F., Vidili M.F.: Progetto d'impiego della Medicina Tradizionale Cinese (MTC) in pazienti sottoposti a chemioterapia adiuvante per cancro mammario, Riv. It. D'Agopuntura, 1999, 97: 43-48.
- ^{xii} Rogora G. A.: Che depressione si cura in agopuntura?, G. Ital. Relessot. Agopunt., 2000, 12(1): 21-25.
- ^{xiii} Whitehead L.: The measurement of fatigue in chronic illness: a systematic review of unidimensional and multidimensional fatigue measures, J Pain Symptom Manage, 2009 Jan; 37(1):107-28.
- ^{xiv} Donovan KA, Stein KD, Lee M, Leach CR, Ilozumba O, Jacobsen PB: Systematic review of the Multidimensional Fatigue Syndrome, Support Care Cancer, 2014 Aug 22.
- ^{xv} Di Stanislao C. (a cura di): Libro Bianco sull'agopuntura e le altre terapie della tradizione estremo-orientale, Ed. Società Italiana di Agopuntura, Milano, 2000.

Libri da leggere e da rileggere

"Nessun uomo è un'isola, ogni libro è un mondo"

Gabrielle Zevin

Sacco L.: Temi del taoismo. Elementi per una sintesi concettuale storico-religiosa, Ed. Aracne, Roma, 2015.

Questo libro, come recita il titolo, attraverso la sintetica discussione di alcuni "temi", intende fornire - tanto allo specialista quanto al non specialista - elementi per la concettualizzazione storico-religiosa di un fenomeno autoctono: il taoismo, che rappresenta sia "la religione non ufficiale della Cina" (come asserisce Seidel), sia "l'anima del mondo cinese" (come afferma Isabelle Robinet). Ci ricorda l'autore, studioso di storia e filosofia cinese presso l'Università La Sapienza di Roma, che la problematica che dobbiamo fronteggiare quando decidiamo di studiare il Taoismo, deriva principalmente dalla sua difficile collocazione scientifica. Non è un albero del quale conosciamo le radici, ma un mosaico di scuole con una fitta ragnatela di testi ed interpretazioni esegetiche che eludono qualunque tentativo di precisa chiarificazione. Quest'antichissima conoscenza non è stata filtrata istituzionalmente e gerarchicamente da un solo ente preposto a tale attività, così diversi "maestri" hanno continuato ad incrementare personalmente il bacino interpretativo dell'immensa collezione di scritti taoisti, raccolta nel Daozang, che risulta a tutt'oggi ancora largamente inesplorata. Una suddivisione, peraltro, è stata attuata: la riflessione filosofica e cosmologica ha preso il nome di daoia, mentre l'insieme dei riti e delle pratiche che impropriamente si definiscono religiose è stato denominato daojiao. Il trait d'union che lega le due "scuole" è costituito da alcune nozioni comuni ad ambedue i "rami" della dottrina: ci riferiamo espressamente alla ideologia dello yin-yang, alla teoria dei cinque elementi (wuxing), alla pratica divinatoria dello yijing, e alla ricerca "alchemica" dell'immortalità. Su questi temi l'autore indaga, con considerazioni attuali ed estremamente interessanti.

Guli A.: Le Acque lunari- La medicina cinese e la donna, Ed. CEA, Milano, 2015

Le acque lunari - le mestruazioni - sono il cuore della fisiologia della donna e sono al centro delle terapie proposte dalla medicina tradizionale cinese, che ne interpreta i ritmi e i messaggi a partire dai quali si possono affrontare numerose disarmonie. Il materiale teorico e pratico presentato in questa nuova edizione di Le acque lunari, attraverso un'ampia analisi della fisiologia e delle patologie specifiche femminili, costituisce una ricca fonte di consultazione per le donne e per ogni terapeuta. Attraverso la proposta di una cura naturale e consapevole - a volte alternativa ai percorsi della medicina occidentale, altre volte sinergica ad essi - completata da prescrizioni erboristiche e descrizioni dei punti specifici di agopuntura, l'autrice, medico occidentale ed esperta di medicina tradizionale cinese, mette a disposizione la sua ampia conoscenza ed esperienza, maturate in una pratica più che trentennale, in un'opera tecnica ed allo stesso tempo di gradevole lettura. Sessualità, ciclo mestruale, aspetti culturali, elementi psichici, metodiche di conoscenza del proprio corpo, menopausa, infertilità e svariate patologie sono i temi affrontati in una chiave completa, che mette in relazione ritmi naturali e stili di vita, fornendo indicazioni dettagliate sui comportamenti salutari per influire sulla guarigione e offrendo uno sguardo sulla fisiologia femminile diverso e carico di spunti di riflessione creativi e vitali.

Dexi M.: La diagnosi in medicina tradizionale cinese e la terapia delle patologie più comuni, Ed. CEA, Milano, 2015.

Dal 2009, diversi medici italiani esperti in MTC si sono recati in Cina per studiare la MTC presso l'ospedale di MTC della provincia dello Henan. Al termine del periodo di studio nell'estate del 2011, questi medici italiani hanno convinto il loro maestro, il professor Mao Dexi, a trasmettere la sua esperienza personale in MTC attraverso la stesura di un testo i cui contenuti fossero caratterizzati, prevalentemente, dalla diagnostica e dal trattamento secondo la MTC di alcune fra le più comuni malattie. Questo libro, è la versione italiana dell'opera realizzata dal Professor Mao Dexi, nella traduzione di due dei medici italiani che, nel frattempo, sono diventati suoi discepoli interni: Lucio Pippa e Renato Crepaldi. Il volume presenta la traduzione italiana del testo a fronte dell'originale cinese scritto dal Professor Mao Dexi. Consente quindi un'agevole lettura nella nostra lingua ma anche, per coloro che conoscono la lingua cinese, di accedere direttamente allo scritto dell'autore. Il testo ha un taglio divulgativo, di facile comprensione e sintetico ma, al contempo, è frutto di una lunga esperienza ed è puntuale nel rigore scientifico. La stesura dei contenuti, formulati con uno stile semplice e diretto, ha tenuto conto delle competenze in MTC dei soggetti cui è rivolto, secondo i canoni di un testo universitario che verte sui fondamenti della MTC e la loro stretta relazione con la pratica clinica.

Presenta i quattro metodi diagnostici in medicina tradizionale cinese (ispezione, ascoltazione e olfattazione, interrogatorio, presa e palpazione del polso), la differenziazione delle sindromi secondo vari criteri (gli otto principi, la teoria dei sei canali, le cause patogene, sindromi di wei qi, di qi, di ying qi e di sangue, sindromi del triplo riscaldatore, sindromi degli organi e dei visceri) e il trattamento di alcune patologie più comuni, dal raffreddore all'ipotiroidismo. Completano il testo un atlante a colori sulla diagnosi della lingua, un'appendice sugli schemi dei polsi e gli elenchi delle formule e dei farmaci citati nel testo, con indicazione dei rimedi reperibili in Italia.

Galeotti N., Mazzanti G., Serafini M.: Fondamenti di farmacognosia e fitoterapia, Ed. Edra, Milano, 2015.

Il volume, alla sua seconda edizione, tratta la farmacognosia tenendo conto della multidisciplinarietà della materia con lo scopo di fornire una prospettiva moderna e orientata verso la terapia dei farmaci di origine naturale. "Fondamenti di farmacognosia e fitoterapia" si rivolge in particolar modo agli studenti dei Corsi di laurea in Farmacia, Chimica e Tecnologia Farmaceutiche e Tecniche Erboristiche. Il volume offre una panoramica della farmacognosia, in particolare per quanto riguarda gli aspetti di base, botanico e fitochimico, e della fitoterapia. Attenzione particolare viene posta alla fitochimica e all'aspetto applicativo, con un approccio basato sull'evidenza clinica. Laddove necessario e appropriato, sono state incluse le strutture chimiche. Facendo riferimento alla Farmacopea Europea, vengono trattate le droghe vegetali e i loro estratti anche dal punto di vista della qualità e del relativo controllo. Va sottolineata anche la trattazione dei sistemi di cura tradizionali, quali la medicina tradizionale cinese, quella ayurvedica e i sistemi tradizionali africani.

Cagnoni M., Gezzi A.: La sicurezza alimentare sulla nostra tavola, Ed. Tecniche Nuove, Milano, 2015.

"La sicurezza alimentare sulla nostra tavola" è un'opera che affronta la complessa questione del cibo con un approccio multidisciplinare e ne offre punti di vista inediti. Proprio nell'anno in cui l'Expo catalizza l'attenzione mondiale sulla questione dell'alimentazione, credo sia a maggior ragione necessario mantenere alta la consapevolezza che una buona alimentazione è frutto sia della capacità del singolo di scegliere cibi salutari (e da qui l'esigenza di educare soprattutto le nuove generazioni alla scelta di cibi sani), ma anche della possibilità del consumatore di avere accesso ad alimenti genuini e dalla provenienza trasparente. Gli autori hanno voluto fornire ai consumatori un valido orientamento all'interno della cosiddetta "giungla alimentare". In occidente infatti, è in costante aumento l'incidenza di patologie legate ad una alimentazione non consapevole spesso indotta da una sollecitazione mediatica. Una guida di facile lettura per comprendere se ciò che mangiamo è sicuro e sano.

Malaguzzi S.: Arte e cibo, Ed. Giunti, Firenze, 2015.

La presente pubblicazione è dedicata al cibo nell'arte. In sommario: Il cibo nell'Antico e nel Nuovo Testamento; I banchetti e il divino; Scene di quotidiana vita alimentare; Cibo e natura morta. Come tutte le monografie della collana Dossier d'art della Giunti Editore, una pubblicazione agile, ricca di riproduzioni a colori, completa di un quadro cronologico e di una dettagliata bibliografia.

Lemma C.: IL mentale in omeopatia, Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 2015.

Il repertorio è uno strumento fondamentale nella pratica omeopatica e dovrebbe essere sempre utilizzato ad integrazione della materia medica. Ormai il numero dei rimedi omeopatici che possono essere prescritti è diventato tale da rendere impossibile la conoscenza di tutte le singole sostanze in modo completo e dettagliato e abbiamo quindi la necessità di trovare strumenti per una diversa lettura delle informazioni omeopatiche. I temi e i concetti rendono possibile una conoscenza dei medicamenti omeopatici pur senza conoscere i singoli sintomi. Temi e concetti possono essere applicati allo studio della materia medica e allo studio del repertorio. È ormai finito il tempo dell'insegnamento e dell'apprendimento in ordine alfabetico; è molto più utile lo studio per regni, per famiglie, o per gruppi specifici in modo da poter fare più semplicemente ciò che è fondamentale in medicina omeopatica: la diagnosi differenziale. Nello specifico del repertorio è molto pericoloso utilizzare singole rubriche senza tener conto delle cosiddette "*cross references*", cioè di quei sintomi che hanno un significato uguale o molto simile; senza questa pratica rischiamo di escludere dalla nostra diagnosi differenziale importanti rimedi e non solo i cosiddetti "piccoli

rimedi", ma a volte anche i rimedi più noti. Inoltre troppo spesso siamo stati abituati a non considerare informazioni anche importanti perché non eravamo in grado di trovare la rubrica repertoriale più adatta.

AAVV: Il cavo e il vuoto. 50 storie taoiste, Ed. UTET, Torino, 2014.

Si sa ben poco della vita di Lieh-tzu, lo straordinario maestro del Tao protagonista dell'opera tradizionalmente intitolata "Vero Libro della Sublime Virtù del Cavo e del Vuoto". Visse probabilmente fra il V e il IV secolo a.C., ebbe una moglie e moltissimi allievi. I suoi detti e le sue meditazioni avevano la forza di cambiare radicalmente il corso di intere esistenze, eppure nessuno più di Lieh-tzu spregiava il sapere umano e l'orgoglio che ne deriva. La sua familiarità con il Tao gli aveva insegnato che una scienza che ha un reale valore non può essere espressa dalle parole umane, e coincide con lo stesso Tao. Come da una folgore, il saggio è attraversato da una sublime intuizione: l'equivalenza dell'essere e del non essere. La sua mente è? uno specchio in cui i segreti del mondo si riflettono spontaneamente, per questo è? in grado di guarire, di volare, di conoscere il futuro e il passato. Ma è in grado anche di non fare nulla di tutto ciò. Da questa sapienza negativa derivano poteri immensi, la cui manifestazione esteriore può essere facilmente scambiata per l'opera dei maghi. E di maghi e magie, verità paradossali e incanti sorprendentemente realistici, sono ricche le 50 storie contenute in questo libro, ambientate in un paesaggio fiabesco fitto di boschi e montagne sacre, cascate e rupi scoscese, padiglioni di principi e rifugi di mendicanti. 50 brevissimi racconti che sono altrettante illuminazioni sulla via del Tao.

Zucca B.: Lezioni di omeopatia classica, Ed. Salus Infirmorum, Padova, 2014.

"Lezioni di Omeopatia Classica" nasce dall'incontro tra un medico e un gruppo di allievi e dall'esigenza di rendere chiara e trasmissibile un'esperienza clinica trentennale a chi si avvicina per la prima volta all'Omeopatia Classica. Questo libro desidera suscitare nelle nuove generazioni l'interesse verso la Medicina Omeopatica Unicista e ravvivarlo in chi pratica già da tempo questa disciplina, marginalizzata nella nostra epoca dal prevalere di concezioni eterodosse che rischiano di indebolirne lo spirito originario. La stessa Medicina Accademica ha un estremo bisogno di riscoprire l'antica visione *Spirito-Psico-Somatica* dell'Uomo, di cui il Pensiero Omeopatico è tutt'oggi portatore, e di revisionare in senso dialettico il proprio rapporto col binomio malattia-salute. Anche la Psicologia Analitica può avvalersi del contributo riflessivo proveniente dalla Scienza Omeopatica, ampliando i propri orizzonti conoscitivi sul tema della ferita congenita e dell'Archetipo Chiave che governa l'inconscio personale. Il *Rimedio Omeopatico dell'Inconscio*, grazie alla sua azione di biorisonanza sul nucleo di sofferenza più profondo, può infatti svolgere un ruolo terapeutico fondamentale nella cura delle ferite biopsichiche. L'integrazione tra i saperi dell'Omeopatia e quelli della Psicoanalisi consente inoltre una notevole evoluzione della metodologia clinica omeopatica stessa: la ricerca diagnostica del *Simillimum* e il riconoscimento della sua profonda azione curativa è infatti possibile solo se si applicano parametri non esclusivamente medici. Questo testo, frutto di una ricca ed emozionante esperienza didattica e clinica, è quindi rivolto ad un largo e composito pubblico che comprende i pazienti impegnati in un percorso omeopatico, lo studente di una Scuola di Omeopatia e il terapeuta già esperto in ambito sia medico che psicologico.

Ghatak N.: Malattia cronica. La causa e la cura secondo l'omeopatia classica, Ed. Salus Infirmorum, Padova, 2014.

Nilmani Ghatak nato nel Bengala Occidentale nel 1872, è considerato una delle migliori e meno conosciute opere dalla letteratura omeopatica classica. Per importanza, Ghatak viene considerato subito dopo Hahnemann, Allen e Kent e ai livelli di altri Maestri di Omeopatia Classica del XX secolo, come Ortega, Paschero, Schmidt, Masi Elizalde e pochi altri. Le intuizioni di Ghatak e le sue affermazioni sui miasmi hanno perfezionato gli studi di Kent portando l'Omeopatia ad una comprensione profonda della malattia, chiarendo in modo tanto semplice quanto preciso ed esauriente le cause profonde della patologia umana e donando alla Medicina Omeopatica innumerevoli guarigioni di casi clinici gravi e/o cronici. In questa sua opera, Ghatak insegna i fondamenti della terapia omeopatica e in particolare come bisogna accostarsi al paziente e raccogliere i suoi sintomi, quali sono le modalità corrette per eseguire una buona prescrizione terapeutica, come e quando va eseguita la seconda prescrizione, come vanno intesi i miasmi e la loro essenzialità per

poter estirpare una patologia cronica e per togliere addirittura la suscettibilità ad ammalarsi. Tutto questo Ghatak lo integra con innumerevoli consigli terapeutici e numerosi casi clinici che illustrano in modo pratico le basi teoriche.

Roca P.: Rughe, Ed. Tunué, Latina, 2009.

Paco Roca racconta, in questo libro a fumetti, la malattia dell'Alzheimer con delicatezza e umanità rendendo la storia di Emilio immortale. Emilio, un anziano direttore di banca affetto dal morbo di Alzheimer, è ricoverato dalla sua famiglia in una residenza per la terza età. In questo ambiente, egli apprende come convivere con i suoi nuovi compagni e con gli infermieri che li accudiscono, cercando di non sprofondare in una morbosa routine quotidiana. La lotta contro la malattia è sorretta dalla volontà di mantenere la sua memoria e di evitare di essere portato all'ultimo piano, quello del non ritorno. La mancanza di memoria - dai ricordi alle cose più semplici, come il saper mangiare o il vestirsi - la mancanza di contatto con la realtà, il disagio dei familiari e dei pazienti nei confronti della malattia, sono descritti con un misto di umorismo e commozione. Ma non c'è solo tristezza e commozione tra le pagine del libro, perché alcuni personaggi e certi loro comportamenti strappano spesso più di un sorriso. Fanno venire in mente come a volte si rida anche di una nonna e dei suoi comportamenti strani, con affetto e comprensiva simpatia, e non per schernirla. Molto spesso però la storia strappa anche sguardi amari, quasi rassegnati, come quelli degli anziani ricoverati, per l'ovvia consapevolezza che quello sia un destino a cui è impossibile sottrarsi.