

La Mandorla

Xin Shu 心術



fogli elettronici di
medicina tradizionale
e non convenzionale

Anno XXV - Numero 91 - Marzo 2021

Xin Shu 心術



La Mandorla

Direttore Scientifico

Dott. Carlo Di Stanislao

Direttore Editoriale

Dott. Rosa Brotzu

Comitato di Redazione

Dott. Alfredo Capozucca

Dott. Maurizio Corradin

Dott. Fabrizia De Gasparre

Dott. Giuliana Franceschini

Dott. Mauro Ramundi

Dott. Valeria Sansone

© 2021 Xin Shu Associazione di Promozione Sociale

Via dei Fabbri Navali 15 - 00122 Roma (Italy)

Tutti i diritti riservati.

www.agopuntura.org

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 Finestralli
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. 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.ra Ivana Ghiraldi

Indice

Editoriale	5
I concetti di magia, fato e destino in Medicina Tradizionale Cinese	7
Come l'acquisito arriva alla costituzione. La moderna epigenetica suggerisce principi già noti all'antica Medicina Classica Cinese	12
Ipotesi e proposte di trattamento dei cinque movimenti, utilizzando principi fitoterapici occidentali	18

Editoriale

di Alfredo Capozucca

Il tema caldo del periodo è senz'altro quello del "vaccino" anti COVID-19. A scanso di equivoci, chiarisco subito il perché delle virgolette: i vari farmaci in questione proposti dalle diverse aziende, infatti, non sono tecnicamente dei vaccini, poiché mentre in un vaccino deve essere presente una certa quantità del patogeno, in questi farmaci il patogeno non c'è, anche perché si tratta di un virus che ancora non è stato isolato.

Certo, anche se non si tratta di vaccini, è venuto utile denominarli tali, dato che i vaccini sono l'unica classe di farmaci per cui non è richiesta una sperimentazione prima dell'immissione sul mercato e l'unica classe di farmaci su cui il produttore non ha responsabilità penali.

Questi farmaci sono il risultato di un'idea senza dubbio brillante: si tratta in sostanza di una terapia genica, con la quale, attraverso un mRNA, si "ordina" alla membrana cellulare di non legarsi allo spike del virus. Come detto, l'idea è senz'altro intelligente ma, accanto all'incognita riguardo l'efficacia della terapia (per ora si tratta soltanto di una valida teoria), incombono le ben più pesanti incognite riguardo i possibili effetti sul DNA.

È inoltre ormai pacifico che questa terapia non impedisce il contagio ma cerca di evitare lo sviluppo della malattia e, quindi, anche i soggetti cosiddetti "vaccinati" possono essere portatori del virus. È evidente, quindi, che la possibilità di raggiungere una "immunità di gregge" (concetto già di per sé problematico) grazie a questi farmaci è totalmente da escludere.

Alla luce di questi fatti, si impone una riflessione globale sulla questione. E di nuovo torna di estrema attualità il tema di una medicina basata sullo studio del soggetto unico e irripetibile, come la medicina cinese. La valutazione del singolo individuo con le sue specificità permette al medico di decidere se effettuare (o non effettuare) un trattamento piuttosto che un altro.

Nel caso di questo farmaco non-vaccino anti COVID-19, ci si può chiedere se sia una pratica medica corretta e responsabile sottoporre al trattamento tutta la popolazione, indistintamente, considerato che molti individui potrebbero essere già immuni (e basta un prelievo per verificarlo, perché non lo facciamo?), altri potrebbero essere allergici a un eccipiente (già ci sono stati casi di shock anafilattico dopo la somministrazione), altri ancora sono in uno stato di salute e di immunità globale tale per cui è altissimamente improbabile che si ammalino gravemente, tenendo presente la ancora non dimostrata efficacia del farmaco e tutte le incognite sulle ricadute genetiche per i riceventi e le loro generazioni future, tema oscuro alla scienza tutta.

Sia chiaro, qui non si intende demonizzare questo farmaco o, peggio ancora, tutti i vaccini. Queste righe vogliono essere un invito a riflettere, a considerare i farmaci e i vaccini come delle potenti e utilissime armi a disposizione del medico, che andrebbero però impiegate con un rationale e con responsabilità, mai indiscriminatamente

I concetti di magia, fato e destino in Medicina Tradizionale Cinese

di Carlo Di Stanislao

Abstract

La Medicina Tradizionale Cinese è medicina non solo olistica ed empirica ma, per molti versi, magico-alchemica. L'articolo esamina i concetti di fato e destino attraverso i classici del pensiero cinese e ne offre una rilettura in chiave medica.

Parole chiave: Medicina Tradizionale Cinese, magia, alchimia, costituzione, fato, destino.

Fra medicine istintive e medicine regolari – in altre parole, fra il semplice istinto di conservazione espresso attraverso empirici interventi riparativi e lo sviluppo e la trasmissione di idee e razionalizzazioni sull'arte di guarire – si pongono antichi sistemi medici, ancora oggi fiorenti, che i cultori definiscono medicine "sacre" o tradizionali estremo-orientali (1).

Frutto del pensiero di civiltà antiche e molto sviluppate (cinese, indiana, tibetana) ancora oggi, nel rigoroso rispetto dei testi classici, questa visione medica conserva una posizione ed un'autorità indiscutibile a fianco della medicina moderna, con una propria concezione del funzionamento dell'organismo e sistemi diagnostico-terapeutici affatto particolari.

Se già nel passato si sono trovate analogie fra queste dottrine e le teorie umorali dell'antica medicina occidentale, oggi si è potuto dimostrare che arti come l'agopuntura, la moxa, le pratiche di massaggio o di meditazione, sono dotate di uno straordinario potere curativo, con azioni neuroendocrine ed immunitarie riproducibili e misurabili anche sperimentalmente (2).

Quando usiamo l'aggettivo "sacro" per definire queste medicine, non intendiamo contenuti di natura religiosa, ma una costante ricerca di armonia fra microcosmo e macrocosmo, interiorità ed esteriorità, fra l'individuale ed il collettivo (*sacer* in latino indica il grado di equilibrio raggiunto fra gli opposti). Gli scopi della ricerca "sacra" o "tradizionale" sono quelli relativi alla comprensione dell'Uomo e dell'Universo, attraverso un'analisi millenaria degli elementi che condizionano il divenire umano ed i fenomeni naturali, secondo l'assioma antico *tian ren he jie* ("l'uomo ed il cielo rispondono alle stesse leggi") (3).

Prima ancora che olistiche queste medicine sono ecologiche e sviluppano un programma ben definito che porti l'uomo ad imparare a vivere nel proprio ambiente, nel proprio villaggio, nella propria città (*oikos* in greco vuol dire "casa", "abitazione"). L'interazione, pertanto, con la magia, intesa come "sintetica" trasmissione della conoscenza dell'Uomo e dell'Universo, è molto fitta e strutturata (2-3).

Scienza, magia e misticismo sono strettamente legati in Medicina Tradizionale Cinese (MTC) ed è per questo motivo che, alcuni storici, la inseriscono, per molti aspetti, nelle arti guaritorie di tipo sciamanico (1-4).

Lo sciamanesimo cinese è analogo a quell'indiano, iraniano, dell'antica Mesopotamia e rileva una visione mistico-magica della malattia e della possibilità di curarla. L'uomo-medicina (*shaman* è un vocabolo tunguso che indica "il guaritore attraverso gli spettri"), deve possedere la capacità di sviluppare la triadica linea "sofferenza-morte-resurrezione" e solo se possiede questa sorta di capacità medianica (*strictu sensu*), sarà in grado di comprendere e curare chi ha di fronte.

Molte sono le pratiche magico-alchemiche che appartengono al passato ed al presente della MTC. Alcuni storici ricordano che numerose furono le Scuole di pensiero che, stratificandosi, hanno creato l'edificio teoretico giunto sino a noi (5). Alcune di queste scuole hanno un chiaro indirizzo magico-apatropaico.

Ci ricorda Needham (6) che l'alchimia in oriente ha radicate origini nel taoismo e che diede vita (attraverso il grande Ge-Hong), non solo a banali riti di cura con amuleti, ma al gran periodo degli studi classici sullo Yin/Yang, le cinque Sostanze, i cinque Movimenti, che rappresentano la base dell'agopuntura, del Qigong, del Taijiquan e di tutte quelle pratiche di grand'efficacia ed articolazione che compongono i sette rami" della MTC.

Attraverso lo studio chimico-alchemico della trasmutazione degli elementi, i medici della scuola cinese "naturalista", già nel 100 a.C. svilupperanno ipotesi di collegamento fra influenze planetarie, destino, fato e salute umana (7). Com'è stato di recente sottolineato la MTC, si sviluppa (dal periodo Han in poi) attraverso riti magici di tipo divinatorio, con la convinzione che sia possibile, conoscere l'uomo, per mezzo dell'analisi dei suoi aspetti corporei e comportamentali (4).

Come nei testi vedici indiani, la divinazione attraverso l'esame del corpo, del viso e delle mani hanno origini remote e ben radicate, coordinate da concezioni astrologiche, fisiologiche ed anche religiose per le quali l'arte medica è anche e soprattutto divinatoria, interpretazioni dei tre aspetti peculiari dell'essere vivente: il fisico, il mentale e lo spirituale (8).

Questa straordinaria capacità di esplorazione dal fisico allo spirituale, dall'anima all'*animus*, affascinò, nel passato, grandi pensatori come Jung e continua a stimolare ricerche e "collocatio" ancora oggi (8-10).

Il concetto di vita cosciente, intesa come piena realizzazione di sé e del proprio "mandato", è contenuto nei testi di base del taoismo e del pensiero medico cinese (*Yi Jing, Dao De Jing, Chuang Zi, Sowaen, Nan Jing, ecc.*), sicché, infine, la MTC è "dottrina del merito", ricerca del modo con cui rendere l'uomo libero da mali fisici e morali, in grado di cercare la sua strada (il *Tao*) per realizzare il suo destino (il *ming*) (si riveda il mai troppo letto Sittharda di Herman Hesse).

Lo scopo del taoismo medico è analogo a quello del criticismo kantiano o dell'idealismo hegeliano¹. In estrema sintesi, consiste nel comprendere quello spazio mandalico che è riunione o separazione dall'armonia con ciò che ci sovrasta e ci circonda, ricerca, in noi stessi, di fusione con lo Spirito Assoluto che ci ha generato (4,10).

L'uomo ideale (secondo il testo medico classico *Xiuzhen tu*, del periodo *Zhu*) è colui che, in continuo divenire, cerca la verità nella sua vita. L'uomo autentico (detto *zhen ren*) è consapevole dell'invariabilità del fato, ma in grado di padroneggiare (attraverso la meditazione) il proprio destino (11).

In un altro antico testo taoista (*Ne Jing tu*) si trova scritto "pensiamo di sapere chi siamo, ma non conosciamo la nostra vera natura. Scopo dell'esistenza è realizzare il meglio attraverso il peggio per vedere oltre la vita".

Come per la medicina indiana e tibetana o per la concezione Maya, per la MTC dietro all'io manifesto o sociale c'è n'è un altro innato, autentico, predestinato. Gli astri e gli antenati condizionano l'io innato, così come l'educazione condiziona l'io manifesto o sociale. Medicina astrologica per eccellenza (6,8,10,12) la MTC considera non casuale la forma del nostro corpo. È il corpo che abbiamo (detto *ti*) che, saggiamente amministrato, ci permette di realizzare gli scopi che ci sono stati assegnati.

Il fato si esprime attraverso il corpo e le capacità di discendenza astrale, mentre il destino (*destinum* indica il "ribadire con forza") consiste nella nostra capacità di realizzazione (13).

Per l'astrologia orientale è importante non il mese, ma l'anno di nascita. I segni sono dodici ed influenzano la personalità in modo incancellabile (il fato).

Tuttavia, le caratteristiche e lo stile di vita, danno luogo a temperamenti diversi che consentiranno di tirare fuori, nei diversi momenti della vita, le nostre qualità migliori o peggiori (questo è il destino) (12-14,18). Gli animali dello zodiaco sono dodici, con difetti e virtù, con fascino e nefandezze: scoprire i propri limiti e le proprie qualità, consente di raggiungere equilibrio e salute.

Facciamo un esempio calzante dato l'autore (che appartiene a questo segno cinese).

L'individuo Serpente è saggio ed intuitivo, carismatico, calmo, riflessivo, ma può essere soffocante, capriccioso, pigro, disonesto, paranoico, avaro, vendicativo, infedele. Solo se comprenderà, nel corso della vita, che deve educare il suo spirito, potrà enfatizzare gli aspetti romantici e raffinati del suo segno e ridurre quelli più terreni, deteriori e negativi. Risulta, poi, molto importante la scelta del compagno (definito anima-luna), poiché solo la coppia maschile-femminile (Yang/Yin), completa il cerchio.

Un serpente sarà incompatibile con un drago, compatibile con una capra o un cavallo, il suo rapporto col topo è distruttivo per entrambi (12). Molto più medico il concetto di costituzione individuale attraverso i cosiddetti cinque Elementi (*wu xing*). Ogni hanno è dominato da particolari energie che condizionano gli esseri che vi nascono⁵. Ma poiché un elemento deriva dalla congiunzione d'influenze celesti e terrestri, possiamo divenire (attraverso le nostre risorse e la nostra volontà) arbitri delle nostre scelte e del nostro destino.

Vediamo le cinque costituzioni, con le loro precipue caratteristiche positive e negative (15-16).

COSTITUZIONE	CARATTERISTICHE
1. LEGNO (<i>Mu</i>)	Rappresenta la fiducia in se stessi e la dignità, la temperanza e l'armonia, l'eleganza, la compassione, la pietà, la comprensione. Tuttavia, se si lascia deviare, il Legno diviene impulsivo, collerico, impietoso.
2. FUOCO (<i>RE</i>)	Deciso, lucido, innovativo, creativo e gioioso, se usa male i suoi attributi vive un destino distruttivo. Deve imparare a tenere a freno la lingua e non essere incline alla maldicenza
3. TERRA (<i>TU</i>)	Onesto, prudente responsabile tende, a volte, a pensare troppo prima di agire. Debbono imparare (questo è lo scopo della vita) a dare maggior spazio alla fantasia
4. METALLO (<i>JIN</i>)	Fermezza ed integrità sono le sue incommensurabili doti, ma debbono imparare ad esseri elastici, a rilassarsi, a lasciarsi andare, pena malattie depressive gravi o turbe polmonari ed intestinali.
5. ACQUA (<i>SHI</i>)	Comunicativa e persuasiva la persona Acqua abbonda di fertilità, diplomazia e capacità persuasiva. Tuttavia tendono ad eccedere, a divenire cinici e spietati. Fanno turbe ansiose con paurosi o attacchi di panico e malattie urogenitali ed immunitarie.

Mentre la cultura giudaico-cristiana divide nettamente fra bene e male, premio e castigo, la cultura taoista afferma che il bene e il male sono i poli opposti di uno stesso equilibrio di virtù e di difetti⁶ (vedi il cap. 4 del testo di *Sun Si Miao* sulle *Wu Zhi*) (15). Da questo testo si può estrarre la seguente tabella (15):

BEN SHEN	PREGIO	DIFETTO
<i>Zhi</i>	Saggezza e Progettualità	Avversione. Tristezza, Cupidigia
<i>Shen</i>	Riflessione e Bontà, Amicizia, Amore	Paurosi, Spietatezza
<i>Yi</i>	Gioia, Imparzialità, Fiducia, Santità	Egoismo, Rancorosità, Idiozia
<i>Po</i>	Prestigio, Dirittura Morale, Saldezza, Senso del Dovere	Collera, Ingiustizia
<i>Hun</i>	Gioia, Bontà, Compassione	Ruberia, Dissimulazione, Mendacità.

In definitiva e per non annoiare troppo il lettore, la MTC ha una visione alchemico-magica delle nostre forme fisiche e mentali.

Inoltre, la filosofia che l'ispira, c'indirizza verso scelte di armonia che rinunciano ad ogni diretto contrasto.

Scoprire i nostri limiti e trasformarli in virtù, è in definitiva lo scopo precipuo della vita (8-9,16-18).

Bibliografia

1. Zanolio B., Armocida G.: Storia della medicina, Ed. Masson, Milano, Parigi, Barcellona, 1997.
2. AAVV: NIH Consensus Conference on Acupuncture, JAMA, 1998, 17:1568-1573.
3. Brulet-Rueff C.: Le Arti Mediche Sacre, Ed. Sperling & Kupfer, Milano, 1994.
4. Van Alphen J., Aris A. (a cura di): Medicina Orientale, Zanfi Editore, Modena, 1997.
5. Di Stanislao C.: Differenze in chiave storica in MTC, La Mandorla, 1997, Anno I, Numero 3 (https://agopuntura.org/webhtml/html/mandorla/rivista/numeri/Dicembre_1997/storia.htm)
6. Needham J.: Scienza e Civiltà in Cina, voll I-IV, Ed. Einaudi, Milano, 1977-1980.
7. Gilchrist G.: L'alchimia. Una Scienza Segreta, Ed. Xenia, Milano, 1993.
8. Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M. et al.: Dietetica medica tradizionale e scientifica. Curare e prevenire con il cibo, Ed. CEA, Milano, 1999, pp 450-500.
9. Ming-Dao D.: Tao per un anno, Ed. Guanda, Parma, 1993.
10. Sanfo V.: Commento a il Segreto del Fiore d'Oro, Ed. A.E.ME.TRA., Torino, 1998.
11. Zukav G.: La danza dei Maestri Wuli, Ed. Corbaccio, Milano, 1994.
12. AAVV: Conosci te stesso? Ed. Mondadori, Milano, 1986.
13. Di Stanislao C.: Corpo, movimento, mutamento, in Trattato di Massaggio Energetico Cinese e Shiatzu, di Corradin M. & Di Stanislao C. et al., Ed. CEA, in press, pp 1-65.
14. Yuen J.: Traduzione e Commento a "Il Segreto dell'Elisir d'Oro", policopie, Ed. AMSA, Roma, 1997.
15. Corradin M., Di Stanislao C. (a cura di): Lo Psicismo in Medicina Energetica, Ed. AMSA, L'Aquila, 1995.
16. Di Stanislao C., Paoluzzi L.: Phytos, d. MeNaBi, Terni, 1990, pp 100-105.
17. Brotzu R., Bottalo F.: Fondamenti di Medicina Cinese, Ed. Xenia, Milano, 1999.
18. Villani P.: Introduzione al pensiero orientale, Ed. Città del Sole, Napoli, 1998.

Come l'acquisito arriva alla costituzione. La moderna epigenetica suggerisce principi già noti all'antica Medicina Classica Cinese

di Mauro Ramundi*

Abstract

In questo articolo, l'autore parte da una analisi basata su acquisizioni che ci permettono di evidenziare come le emozioni e i sentimenti possano indurre patologia e come questa patologia possa essere trasmessa alle generazioni successive attraverso meccanismi epigenetici, citando alcuni lavori che sono alla base di tali affermazioni. Contemporaneamente, si fa notare come tali affermazioni abbiano da sempre costituito un fondamento nella fisiopatologia della medicina classica cinese, soprattutto in relazione al concetto di malattie da "causa interna". In ultimo, l'analisi diviene più concreta facendo riferimento alle vie meridianiche che caratteristicamente mettono in contatto l'acquisito, cioè ciò che noi viviamo quotidianamente, con l'innato, ciò che ci permette di vivere, riprodurci e ri-crearci.

* Specialista in Anestesia e Rianimazione e terapia del dolore. Specialista in malattie dell'apparato respiratorio. Agopuntore e insegnante di Medicina Classica Cinese presso Xin Shu APS, Roma.

Il termine epigenetica fu proposto la prima volta da Conrad Waddington nel 1940, per descrivere l'interazione tra geni e ambiente durante l'accrescimento. Attualmente, il termine è rappresentativo di un immenso campo di studio relativo alle variazioni a carico del DNA nativo o della cromatina, senza modificazioni puntiformi del codice genetico.

Questa nuova attitudine a indagare il codice informativo nucleare ci porta a pensare che l'assioma di Watson e Crick, DNA-RNA messaggero-proteina, non ha solo un orientamento monodirezionale e che, quindi, fattori esterni possono determinare una mutata frequenza di espressione genica.

L'ambiente influenza l'espressione del codice interno nucleare (1).

La cellula nel suo nucleo, contiene due metri circa di DNA ripiegato più volte su se stesso, all'incirca mille volte, e contenuto in uno spazio di 5 micron-metri. Tale DNA, per esprimersi, si deve srotolare ed esporre le sequenze interessate.

Quindi, se l'ambiente influenza il numero e il tipo di geni da esprimere fenotipicamente, vuole dire che in qualche modo si può comunicare con il nostro DNA.

Il mondo esterno può modulare l'espressione del DNA, inibendo alcuni geni e stimolando altre sequenze.

Le emozioni sono parte integrante di questo mondo esterno.

Sappiamo, ad esempio, da esperimenti condotti sui topi, che lo stress emotivo o emozionale condiziona l'espressione di RNA minori, che permangono anche in generazioni successive non sottoposte al medesimo trauma (2).

Il lavoro di Isabelle C. Weiss et al. fa riferimento a una separazione precoce dalla madre in topini da esperimento. Questa separazione ha comportato disturbi del comportamento nella progenie persistenti nell'età adulta. Inoltre tale disturbo veniva trasmesso alla linea successiva dagli individui di sesso femminile e si manifestava indipendentemente dall'essere stati accuditi o meno. L'alterazione biochimica era stata individuata in una riduzione nell'espressione del recettore 2 per l'ACTH in numerosi nuclei dell'amigdala e dell'ipotalamo dei topolini di sesso femminile separati dalla madre. Questo risultato suggerisce una modalità di trasmissione del disturbo non genomica.

Quanto espresso circa il ruolo delle emozioni nell'indurre una modificazione dell'espressione genica vale anche nell'uomo. A tal proposito è significativo come esempio, un lavoro riportato su Pharmacol Rep del 2019, dove si evidenzia come un trauma in età infantile determini con una frequenza maggiore rispetto ai controlli, lo sviluppo di disturbi dell'umore che vanno da nevrosi minori fino a vere e proprie sindromi bipolari.

Riassumo schematicamente le caratteristiche del lavoro.

Entità del trauma : separazione dei genitori, abbandono, abusi sessuali ed emozionali:

- C'è una incidenza maggiore di disturbi dell'umore se si è subito un trauma in età infantile (correlato al forte sviluppo della rete neuronale che avviene a questa età).
- Biochimica del trauma: metilazione del DNA prevalente nel sistema limbico (ippocampo e amigdala).
- Il gene maggiormente coinvolto è quello che codifica per un recettore della serotonina.
- Il sistema ormonale maggiormente coinvolto : asse ipotalamo-ipofisi-adrenocorticosurrenalico.
- Ciò che si evidenzia è un aumento dei mediatori dell'infiammazione (TNF alfa; IL 6 ; PCR) ed obesità.
- L'abuso nell'infanzia, più è precoce più si correla a una più rapida comparsa di S. Bipolare con caratteristiche di gravità maggiore (ospedalizzazioni e abuso di sostanze psicoattive), (3).

Ancora su questo tema insiste l'esempio storico legato all'assedio di Rotterdam durante la seconda guerra mondiale, e alla carestia collegata a esso (4).

Nello studio in bibliografia si considera una coorte di 2414 persone nate prima e dopo la carestia olandese. Si evidenzia come l'assedio che ha colpito le donne durante stadi diversi della gestazione, si accompagnò successivamente, nella fasi più tardive della vita dei nuovi nati, ad un aumento di incidenza di : intolleranza glucidica, malattia coronarica, profilo aterogenetico, obesità. Si aveva inoltre una più bassa statura rispetto

alla media se anche il partner maschile aveva subito il medesimo stress. I parametri tornavano alla normalità nelle generazioni successive. Era successo che il DNA aveva espresso geni volti a tesaurizzare il minimo introito alimentare. Fenomeno di adattamento alle condizioni esterne che si era mantenuto al cessare dello stimolo indotto (carestia), e che quindi aveva comportato fundamentalmente lo sviluppo di una sindrome metabolica vera nel momento di ricomparsa del cibo, che si era mantenuta per due generazioni successive fino al ritorno allo stato di pre-carestia. Quindi influenza dell'ambiente sull'espressività genomica.

Un altro lavoro esplicativo di una trasmissione epigenetica, riguarda l'eredità di un comportamento alterato e impaurito, assunto dopo l'esposizione di una generazione F0 di topolini all'odore di acetofenone, prima del concepimento. In seguito, tale comportamento è stato rilevato anche nelle generazioni F1 e F2 (successive), e solo a seguito dell'esposizione a quell'odore, non per altri. Questo odore attivava un recettore olfattivo (olfr 151) e le generazioni F1 e F2 avevano un'incrementata espressione di tale recettore. L'analisi successiva del DNA proveniente dallo sperma di F0 e F1 ha rilevato una ipometilazione del gene per Olfr 151. La fertilità ottenuta in vitro non ha indotto, nelle generazioni così create, i medesimi problemi: questo indica un meccanismo di trasmissione ereditato, che coinvolge l'esperienza e l'ambiente, quindi epigenetico (5).

Un altro esempio riguarda un insetto denominato "stecco" che esprime o meno le ali in relazione all'ambiente. Glaciazioni carestie e terremoti possono stimolare tale espressione somatica. Tra una specie senza ali ed una con le ali possono passare anche milioni di anni, tale capacità rimane integra nel corredo cromosomico dell'insetto stesso.

Quindi l'ambiente ha un ruolo fondamentale nell'espressione del nostro corredo genico. Il termine ambiente è comprensivo anche delle nostre emozioni e dei nostri sentimenti. Non sto qui, in questo contesto, a ricordare l'importanza delle emozioni nella dinamica delle *Wu Xing*, quindi dei 5 movimenti, e delle patologie da causa interna associate a una mancata elaborazione o a una mancata o incompleta presa di coscienza dei moti interni che caratterizzano la nostra esistenza. Voglio continuare a esplicitare tali concetti, portando per quanto mi è possibile degli esempi clinici: Angela (nome di fantasia), sottoposta a trapianto di rene donato dalla madre, quindi una discreta compatibilità. HLA. Sviluppa, a seguito del trapianto, rigetto nei confronti del rene donatole. Poi, si evince dalla storia materna un passato di maltrattamenti durante la gravidanza, seguiti da separazione. Potremmo parlare di una ferita d'amore. La madre ha vissuto quindi un sentimento di odio durante la gestazione, quando c'è un'estrema recettività da parte del feto in relazione a ciò che accade nel mondo esterno, soprattutto in termine di tono delle voci e trasmissione transplacentare dei suoni. Questo odio si è in qualche modo riverberato sul feto.

Quindi le emozioni impattano sull'energia, portando a modificazioni degli atomi che compongono il nostro corpo e quindi anche il nostro DNA. Ciò che proviene dall'esterno modifica l'interno più profondo, l'informazione genetica. In termini di medicina classica cinese abbiamo che: **l'acquisito va alla costituzione**. Questo concetto costituisce il tema di fondo di questo articolo.

Le emozioni fungono da fulcro per lo sviluppo e il buon funzionamento cerebrale. Posseggono la capacità di condurci, quando gestite in maniera corretta, alla autoguarigione e alla riparazione dallo stress.

L'amore, la tenerezza, la compassione, il prendersi cura di se stessi e degli altri, sono sempre eventi fisiologici, con basi neurobiologiche, che creano vibrazioni positive (dopamina, serotonina, endorfine).

Le emozioni sono quindi centrali per la nostra sopravvivenza e per il nostro benessere psico-fisico. Sono vitali messaggeri, evolute come segnali per l'autoconservazione e la sicurezza, in quanto mezzi di risposta agli stimoli del mondo esterno e del mondo interno. Il cervello non è fatto, come il determinismo ci ha insegnato, solo per pensare ma, soprattutto, per mantenere un equilibrio, e a questo equilibrio concorrono tutta una serie di sostanze, neurotrasmettitori e ormoni, che divengono determinanti nel concetto di salute o di malattia. **Non possiamo pensare di risolvere tutto attraverso il pensiero**, il benessere del corpo influenza il pensiero, in quanto quest'ultimo è parte del corpo. Il cervello contiene ormoni, cioè neurotrasmettitori, e

contiene energia (che si misura attraverso l'elettroencefalogramma EEG, come l'energia associata al cuore si misura attraverso l'elettrocardiogramma ECG).

Quando siamo attaccati alla placenta, lo stress materno, come un'onda, si propaga e stimola il Sistema nervoso del nascituro. I neonati, dopo pochi giorni, sono in grado di percepire stati d'animo diversi della madre.

Il cuore ha il campo energetico più ampio e potente di tutto l'organismo. Si estende per 2,5-3 metri; con una forma toroide a ciambella, secondo alcuni, la forma primordiale dell'universo, e influenza e sincronizza e dà ritmo al corpo. Il campo energetico sviluppato dal cuore è 5.000 volte più ampio di quello sviluppato dal cervello. Variazioni di ritmo legate ai sentimenti influenzano non solo il cervello ma tutte le cellule. Nel feto, un ritmo del cuore materno calmo e tranquillo o uno accelerato che trasmette ansia e preoccupazione, chissà quali emozioni, e quindi quale selezione di geni, determina nell'espressione somatica successiva e quindi come e quanto può influenzare le caratteristiche psico-emozionali della futura persona.

Anche **il Dna vibra**, a una frequenza di 52-78 GHz, e **può variare la sua frequenza in base agli stati emotivi** in cui ci si trova, e può interagire con il campo magnetico in cui si trova. Il corpo nel suo insieme vibra, le particelle subatomiche sono coinvolte in una danza della natura. Nel 2004, il governo indiano ha donato al CERN di Ginevra una statua della divinità di Shiva, volendo intendere, profondamente e metaforicamente, che la danza di Shiva rappresenta la danza delle particelle atomiche e sub-atomiche nel cosmo.

Quindi, esiste un rumore o una musica di fondo nell'universo. Questo suono si chiama "onda gravitazionale" ed è stato per la prima volta identificato da uno strumento (Interferometro Ligo negli USA e Virgo a Cascina, in Toscana) nel settembre del 2015, 99 anni dopo la previsione della sua esistenza da parte di Einstein.

Onde acustiche, generate da una massa enorme (2 buchi neri), hanno prodotto un'increspatura del mezzo in cui si muovono (lo spazio-tempo) che si è propagata fino a noi. Tale evento è accaduto un miliardo e mezzo di anni fa. Provengono da aree remote dell'universo, da dove non giungono onde elettromagnetiche o particelle elementari della materia. 10^{-35} sec. dopo il Big Ben furono emesse le prime onde gravitazionali. Tredici miliardi di anni dopo si incominciano a cercare i segnali di questo evento, grazie alle onde gravitazionali.

Anche qui si ritorna a quanto abbiamo imparato dalla medicina classica cinese: **dal Macrocosmo** (universo) quindi dall'enormemente grande, **si arriva al microcosmo** (Uomo-DNA), l'enormemente piccolo, seguendo la medesima strada quella dell'energia che tutto permea.

E per ritornare all'enormemente piccolo, cioè al nostro DNA, ricordiamo che il 95%-97% del genoma svolge azione di regolazione e non codifica per proteine. Il DNA codificante è il 3 % del totale, per costruire 30-40 mila chiavi proteiche. I frammenti spazzatura (junk DNA, così viene chiamato in gergo) sono 4 milioni e almeno l'80% di questo DNA è necessario per decidere quali geni esprimere e quali inibire. È su questo DNA che agiscono le mutazioni epigenetiche, caratterizzate prevalentemente da metilazioni.

Il numero di nucleotidi di un genoma umano aploide (la metà paterna o materna) è vicino ai 4,5 miliardi di unità. Questo significa che, in media, più di un miliardo e mezzo di posizioni possono essere di un tipo o di un altro metilate o no. In biochimica, la **metilazione del DNA** (<https://it.wikipedia.org/wiki/Metilazione>) è una modificazione epigenetica. Il processo consiste nel legame di un gruppo metile (-CH₃) a una base azotata.

In genere, la metilazione corrisponde a inattività e viceversa. Ma inattività di un fattore repressivo significa stimolazione: il sistema è ovviamente molto complesso.

Qualunque cosa io faccia, il DNA lo percepisce, ne prende nota e lo ricorda, con le sue metilazioni, fosforilazioni e acetilazioni. Qualcosa dimentica subito, qualcosa ricorda per un po', qualcosa viene ricordato attraverso il passaggio di generazione e trasmesso alla generazione successiva. A volte a quella successiva ancora. Poi il segno si diluisce, la vita riprende forse il suo corso normale.

Alcune frange di ricercatori affermano che il DNA costituisce un linguaggio, con delle regole simili alle regole grammaticali delle lingue. Questo linguaggio si basa sulle sequenze di basi azotate che lo compongono e va in risonanza con altri linguaggi, per esempio la voce umana e il timbro o frequenza della stessa, e in base al tono cambiano le espressioni di alcune sequenze (Pjotr Garjajev). Questo ci fa comprendere anche il valore di alcune pratiche antiche utilizzate nella guarigione: le preghiere, i mantra, persino le formule magiche e sciamaniche; l'utilizzo dei suoni nella terapia. Attraverso il suono e la parola entriamo in relazione con l'altro o con gli altri, con la comunità. Questo crea:

- Condivisione.
- Scambio.
- Senso di appartenenza.
- Apertura che favorisce il lasciar andare e il perdono.
- Amplifica il potere terapeutico.
- Favorisce il cambiamento.

In MCC **la via comunitaria è la via della Terra**; la via del Polmone è per chi esplora in solitudine e non è guidato da un Maestro.

Un ultimo concetto fisico a cui vorrei fare riferimento è quello di *Entanglement*.

Gli stati quantistici di due particelle microscopiche A e B (ma anche, in una certa misura, dei sistemi macroscopici) inizialmente interagenti possono risultare legati (appunto "intrecciati") tra loro, in modo tale che, anche quando le due particelle vengono poste a grande distanza l'una dall'altra, la modifica che dovesse occorrere allo stato quantistico della particella A istantaneamente avrebbe un effetto misurabile sullo stato quantistico della particella B, determinando in tal modo il fenomeno della cosiddetta "azione fantasma a distanza" (*spooky action at distance*).

In che modo quindi il fenomeno dell'*entanglement* ha a che fare con emozioni sentimenti e Dna?

Sono stati compiuti alcuni studi che qui brevemente riassumo.

Leucociti umani prelevati da donatore vengono posizionati in una camera di misurazione. Il loro donatore veniva posto in un'altra stanza e sottoposto a stimolazioni emotive tramite videoclip, atte a generare sentimenti diversi. Appena il donatore mostrava massimi o minimi nella sua elaborazione emotiva (controllati elettricamente), identica perturbazione presentavano i leucociti, anche quando l'esperimento veniva ripetuto a distanza di oltre 50 miglia tra donatore e leucociti.

Bon: DNA estratto da placenta umana, messo in 28 provette e consegnate ad altrettanti ricercatori addestrati a percepire in modo intenso determinate emozioni. Quando i ricercatori provavano gratitudine, amore e apprezzamento il DNA rispondeva allentandosi, si srotolava quindi predisponendosi alla replicazione. Quando invece i sentimenti erano di rabbia, paura e frustrazione, al contrario, si retraeva e diveniva più corto.

Non si tratta di connessioni elettromagnetiche. La materia si connette attraverso eventi vibrazionali (ipotesi).

A seguito di quanto esposto, potremmo affermare che le nostre parole, i nostri pensieri, le nostre intenzioni possono aver effetto o influenza sulla materia che compone la nostra struttura, quindi anche sulla guarigione o sulla malattia (pensiamo alle suore di clausura).

Il mio pensare positivo può in qualche modo aver un effetto sulla materia, quindi anche sulla malattia?

Ancora, se io cambio in funzione del bene, è probabile che possa influenzare anche coloro che interagiscono o hanno inter-agito profondamente con me, e questo anche a distanza? Sembra una spiegazione fisica della preghiera. È incredibile che la nozione secondo cui tutto è collegato per una via sottile sia nuova per la scienza, e così antica per la saggezza spirituale.

Veniamo ora alla correlazione tra acquisito e innato nella medicina classica cinese, a come quindi parte di quanto è stato detto in precedenza può essere traslato e applicato in questo contesto a noi tanto caro.

Sicuramente, quando parliamo e facciamo riferimento a emozioni e sentimenti, ci troviamo a vagare nell'ambito del sangue e dei meridiani secondari correlati allo *yingqi* o energia acquisita. Quindi parliamo di meridiani Luo e di come questi ultimi possono andare a influenzare il livello innato, cioè il livello dello *yuangqi*. Perciò, se la problematica associata a un'emozione intensa mal gestita non viene risolta nel corso dell'esistenza terrena dell'individuo in oggetto, quest'ultima può andare a indovarsi nei midolli (che sono *jing +shen*), che hanno a che fare con i visceri curiosi, e condizionare, attraverso un percorso karmico, la prossima vita dell'individuo stesso; o giungere attraverso i meridiani Luo nei meridiani straordinari, ed essere così ereditati dalla progenie successiva.

Ma come concretamente tutto questo viene a esplicitarsi?

Proprio attraverso l'ultimo dei meridiani Luo, quello del fegato, che rappresenta la chiusura di un ciclo ma, contemporaneamente, l'apertura verso un nuova ri-salita e quindi una rinascita. Ricordiamo, infatti, che il punto 5 fegato, *ligou*, tradotto come canale delle termiti, sentiero dei vermi del legno – o, come la sinologa dott. sa Giulia Boschi suggerisce, canale della canfora, in riferimento al legno con cui venivano costruite le bare per i morti – arriva all'innato, poiché entra in contatto direttamente a livello dei genitali, con i meridiani curiosi della prima generazione.

Oltre ai meridiani Luo, anche i meridiani distinti riportano all'innato: in primis poiché per definizione correlano *weiqi* e *yuangqi*, e quindi tutti i meridiani distinti possono in qualche modo riportare ciò che accade a un livello più esterno, più emotivo e più emozionale a un livello *yuang*, dove un'emozione trasformatasi in *noxa* patogena può essere mantenuta silente, affinché non induca patologia, andando a inficiare il funzionamento dell'organo *zang*. Tra tutti i meridiani distinti, poi, ricordiamo che è quello di rene che si collega ai meridiani curiosi di prima generazione e principalmente a *daimai*, attraverso il suo punto di origine che è il 10 KI *yingu*, la valle dello *yin*, mentre il punto di confluenza superiore è 10 vescica *tianzhu*, colonna celeste e quello inferiore è costituito dal 40 vescica *weizhong*, sostegno del centro.

In conclusione, ciò che ci accade nella vita molto spesso determina non solo il nostro destino, su cui in parte abbiamo voce in capitolo, andando a determinare un auspicabile bene-essere o, meno allettante, male di essere ma anche il destino di persone con le quali abbiamo interagito o che dipendono da noi in quanto espressione del nostro corredo genomico e quindi innato. Questa consapevolezza i maestri antichi l'avevano acquisita e coincide in maniera rilevante con le informazioni che l'Epigenetica, con il passar del tempo, ci sta svelando, ossia come l'emozione non risolta può indurre malattia e come quest'ultima, in parte, può trasmettersi alle generazioni successive prima di risanarsi una volta che lo stimolo si è esaurito.

Bibliografia

1. Salvatore Lacagnina. The developmental Origins of Health and Disease (DOHaD). Am J Lifestyle Med. 2020 Jan-Feb; 14(1): 47-50.
2. Isabelle C. Weiss et al. Inheritable Effect of Unpredictable Maternal Separation on Behavioral Response in Mice. Front Behav Neurosci. 2011; 5: 3.
3. Jaworska-Andryszewska P et al. Childhood trauma in mood disorders: Neurobiological mechanism and implications for treatment. Pharmacol Rep. 2019 Feb; 71 (1): 112-120.
4. Roseboom T, de Rooij S, Painter R. The Dutch famine and its long-term consequences for adult health. Early Hum Dev. 2006;82:485-491. [PubMed: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16876341>]
5. Brian G. Dias et al. Parental olfactory experience influences behavior and neural structure in subsequent generations. Nat Neurosci 2014 Jan; 17 (1): 89-96.

Ipotesi e proposte di trattamento dei cinque movimenti, utilizzando principi fitoterapici occidentali

di Alfredo Capozucca

Abstract

Dopo un'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.

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

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)³.

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.

1. **In caso di DEFICIT:** tonificare la madre e disperdere il nonno.
2. **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, moxe 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) + *Borrago 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 incretivo 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). Sceglieremo 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. Sceglieremo 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*.

Bibliografia

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