



La Scuola di Medicina Classica Cinese

TESI DI DIPLOMA IN TUINA

**LA LUCE VERSO LA SORGENTE: YANGMING.
CASO CLINICO TRATTATO CON IL TUINA**

RELATORE: Paola Pacifico

CANDIDATA: Annamaria Ferretti

Anno Accademico 2022- 2023

INDICE

1) Introduzione.....	pag. 4
2) Presentazione caso clinico.....	pag. 6
• Il caso clinico	
• Considerazioni e trattamento	
3) Morbo di Crohn	Pag. 9
• Morbo di Crohn in medicina occidentale	
- che esami fare	
- Morbo di Crohn cura e trattamento possibili	
- cosa non si deve mangiare	
- cause e sintomi	
- le cure	
• Morbo di Crohn in medicina cinese	
- Umidità e Calore	
- disarmonia	
- deficit di <i>qi</i>	
- deficit di <i>yang</i>	
4) Fisiopatologia caso clinico.....	pag. 20
5) Livello <i>yangming</i>	pag. 21
• Intestino Crasso	
• Stomaco	
• interazione sistema <i>yangming</i> con sistema <i>taiyin</i>	
• Milza	
• Polmone	
6) Meridiano <i>chongmai</i>	pag. 31

- il *chongmai* e lo Stomaco

7) Meridiano <i>yinweimai</i>	pag. 34
8) Cenni sulla Scuola della Terra.....	pag. 36
9) Meridiano luo Pericardio.....	pag. 39
10) Trattamento utilizzato.....	pag. 43
• I trattamento	
- paziente supino	
- paziente prono	
- I valutazione	
• II trattamento	
- paziente supino	
- paziente prono	
- II valutazione	
• III trattamento	
- paziente prono	
11) Conclusioni.....	pag. 60
12) Bibliografia.....	pag. 61

INTRODUZIONE

Vorrei cominciare col dire che non è stato facile!

Iniziare lo studio della medicina cinese ha rappresentato per me una vera e propria sfida. I motivi che mi hanno portata a cominciare questo viaggio sono sempre gli stessi, e cioè la mia curiosità e la mia voglia di guardare le cose da un'altra prospettiva.

Stavolta però il cammino non è stato comodo. A volte mi sono scoraggiata e decisamente affaticata. I motivi sono vari. Studiare questa materia presuppone la capacità di smontare i preconcetti degli studi precedenti e infarcirli di conoscenze nuove, dove la fisiologia si intreccia con la filosofia. Lavoro e ho famiglia e questo riduce il tempo a disposizione. Inoltre, il periodo storico ha veramente minato la mia serenità emotiva. Ciò nonostante, sono felice di essermi affacciata in questo affascinante mondo e avere oggi la possibilità di esplorarne ogni angolo con la tenacia e la pazienza che mi contraddistinguono.

La tesi che ho preparato non poteva che essere una tesi pratica, basata quindi sull'esposizione di un caso clinico in quanto solitamente amo passare dalle parole ai fatti. Ho seguito la paziente per circa un anno durante il quale ho cercato di applicare al meglio le conoscenze acquisite e provando a sperimentare diversi approcci alla problematica. Sono consapevole che questa disciplina va continuamente alimentata da un attento e puntuale lavoro di approfondimento e che, questo mio, è solo il primo timido passo di un cammino lungo la cui meta lontana è impossibile da intravedere.

Farò tesoro della ricchezza che raccoglierò lungo il percorso e della possibilità di aver cura di chi sceglierà di affidarsi a me con vera umanità e compassione.

PRESENTAZIONE CASO CLINICO

IL CASO CLINICO

La paziente si chiama Simona, ha 47 anni e fa la casalinga. È nata il 09.01.1974.

Arriva da me una prima volta, per una periartrite scapolo-omerale al braccio sx nel maggio 2021. Aveva già effettuato diversi cicli di fisioterapia ma la spalla era migliorata molto poco. La visito e decido in modo forse superficiale di trattarla con il meridiano tendino-muscolare del Grosso Intestino, senza però, fare troppe domande. Infatti, la paziente non era domiciliata a Roma e fare un ciclo continuativo sarebbe stato difficile.

Comunque, dopo il trattamento le offro dei consigli fisioterapici e mi congedo. La paziente mi contatta dopo qualche giorno, dicendomi che, incredibilmente, la sua spalla andava molto meglio e che, con una seduta e lo svolgimento regolare degli esercizi che le avevo insegnato, la sua spalla aveva recuperato molto più che con 20 sedute di fisioterapia. La fortuna probabilmente era stata dalla mia parte, chissà?

A maggio 2022, Simona mi ricontatta stavolta per un altro problema. Sapeva del fatto che studiavo medicina cinese e voleva sapere se avessi potuto aiutarla con un problema che l'assillava da diverso tempo ormai. Il fatto era, che soffriva da circa un mese di sinusiti ricorrenti, cefalea frontale e temporale dx, con coinvolgimento dell'occhio e lacrimazione abbondante. A quel punto decido di fare le cose per bene e affronto la situazione applicando tutti i passaggi necessari per una corretta diagnosi energetica.

SCHEDA DELLA PAZIENTE

<u>Nome e Cognome</u>	Simona R...
<u>Data di nascita</u>	09.01.1974
<u>Peso</u>	Kg 92
<u>Costituzione</u>	Terra/Acqua
<u>Temperamento</u>	<i>yangming</i>

Anamnesi:

intorno ai 20 anni

Tiroidite di Hashimoto

2007

Colecistectomia

2019

Morbo di Crohn

Anemia, emorroidi, feci diarroiche a volte con perdite ematiche (3-4 scariche al giorno), fibromi (le danno ciclo emorragico), uveite e soffre di ansia.

Ha una buona digestione, poco appetito, risvegli notturni intorno alle 2 o le 3 di notte, non suda, tende ad avere caldo e si sente tendenzialmente stanca.

La paziente è sposata ed ha un figlio. I rapporti familiari sono sereni. Simona è figlia di due genitori sordomuti. Questa particolarità ha segnato in parte la sua infanzia essendo stata investita precocemente, da un senso di responsabilità che non avrebbe voluto così giovane e che comunque le creava disagio. I rapporti con la famiglia di origine sono ottimi.

Polsi: entrambi risultano in vuoto per il deficit energetico

Lingua: pallida con leggera patina e gonfia

CONSIDERAZIONI E TRATTAMENTO

Ricordo che il sintomo per cui principalmente la paziente si è rivolta a me è una sinusite con mal di testa fronto-temporale.

La sinusite può essere dovuta da:

- attacco Vento-Calore al meridiano del Polmone
- da Fuoco del meridiano della Vescica Biliare
- da Calore- Umidità del meridiano Milza- Pancreas

L'emicrania frontale corrisponde al meridiano dello Stomaco, mentre temporale al meridiano di Vescica Biliare. In più c'è il coinvolgimento dell'occhio con dolore e lacrimazione.

Ciò potrebbe essere dovuto a una risalita di *yang* epatico.

Una condizione che generalmente favorisce la risalita dello *yang* epatico è il deficit di Sangue di Fegato, deficit di *yin* di Fegato e deficit di *yin* dei Reni, quest'ultimi spesso combinati tra loro.

Nella sua anamnesi compaiono due malattie autoimmuni: la tiroidite di Hashimoto e il morbo di Crohn. Le malattie autoimmuni in genere creano Calore e deficit di *yin*.

A questo punto mi sembra chiaro che sia necessario lavorare sul Calore.

Decido quindi di lavorare sul livello energetico *yangming* come primo approccio.

MORBO DI CROHN

MORBO DI CROHN IN MEDICINA OCCIDENTALE

Il morbo di Crohn, o malattia di Crohn, e la rettocolite ulcerosa, sono le due principali forme di malattie infiammatorie dell'intestino, caratterizzate da una attivazione immunitaria cronica o recidivante del tratto gastrointestinale. La risposta immunitaria continua, che si scatena contro l'intestino, a sua volta provoca una forte infiammazione.

Anche se può colpire l'intero tratto gastrointestinale, nella maggior parte dei casi la malattia di Crohn interessa l'ultima parte dell'intestino tenue e il colon ed è caratterizzata principalmente da ulcere derivate dall'infiammazione. Se non trattate adeguatamente possono portare a complicanze.

Quali sono le problematiche legate al morbo di Crohn?

Data la sua natura, è una patologia di non facile diagnosi e all'inizio viene spesso confusa con altre problematiche intestinali quali eventuali intolleranze alimentari o la "sindrome dell'intestino irritabile" e ciò porta ad un ritardo diagnostico con relativo insorgere di complicanze. Si possono verificare sia complicanze intestinali che complicanze extra intestinali.

Le principali complicanze di tipo intestinale

Tra le conseguenze più severe della malattia di Crohn che possono coinvolgere l'intestino ci sono:

- ostruzione intestinale (stenosi)
- ascessi addominali e fistole
- perforazioni (complicanza non infrequente nei casi di malattia molto attiva) con la necessita di intervenire chirurgicamente.

Le principali complicanze di tipo extra intestinale

Le principali complicanze extra intestinali includono:

- fenomeni artritici più o meno diffusi
- comparsa di alterazioni cutanee (eritema nodoso, pioderma gangrenoso)
- predisposizione ad eventi trombotici
- dolore agli occhi con difficoltà della vista dovuti ad infiammazione della tonaca vascolare (uveite).

Che esami fare per sapere se si ha il morbo di Crohn?

Innanzitutto, la diagnosi del morbo di Crohn passa per l'esame obiettivo dello specialista che valuta anamnesi del paziente, principali sintomi e disturbi.

Dopodiché, possono essere prescritti esami di laboratorio o strumentali per arrivare a identificare o escludere la patologia.

Esami del sangue

Le analisi del sangue servono a verificare se il paziente abbia infezioni in corso, stia soffrendo di processi infiammatori o non sia in grado di assorbire correttamente i nutrienti.

Per ottenere tutte queste informazioni, tra gli esami ematici che possono essere richiesti sono inclusi principalmente:

- emocromo
- velocità di eritrosedimentazione (Ves)
- ferritinemia
- sideremia
- transferrinemia
- azotemia
- creatininemia
- Pcr
- Alt e Ast
- bilirubina

Analisi delle feci

Con le analisi delle feci, si ricercano quei patogeni in grado di causare un'infezione di tipo intestinale o la presenza di tracce ematiche (ricerca del sangue occulto nelle feci).

Colonscopia

Tra gli esami strumentali di supporto alla diagnosi del morbo di Crohn c'è la colonscopia, che consiste nell'introduzione, all'interno del colon, di un tubicino flessibile, allo scopo di esaminare quella parte di intestino.

Questo strumento si chiama endoscopio, è dotato di una piccola telecamera e può essere utilizzato, tramite equipaggiamento chirurgico, anche per prelevare tessuto che sarà successivamente analizzato (biopsia).

La biopsia è fondamentale per verificare che sui tessuti siano presenti o meno le tipiche lesioni della malattia di Crohn.

Morbo di Crohn: cura e trattamenti possibili

Anche se non è possibile purtroppo prevenire l'insorgenza della malattia di Crohn, è importante intervenire tempestivamente tramite una corretta diagnosi e prevenire le eventuali complicanze grazie a un attento monitoraggio.

Per ogni fase di malattia e per ogni diversa localizzazione della malattia stessa esistono differenti approcci terapeutici. Si va dai più semplici antinfiammatori intestinali (le mesalazine) al cortisone sino poi, nei casi più resistenti o ad esordio più acuto, ai nuovi farmaci anti-immunitari (i cosiddetti "biologici") ad elevato costo e prescrivibili solo da centri specialistici.

Ci sono malati che presentano problemi di lieve importanza. Questi possono avere sintomi intermittenti di dolori addominali e devono stare attenti alla dieta per evitare carichi eccessivi di cibi che possono aumentare i loro inconvenienti. Alcuni invece, richiedono cure costanti, con somministrazione di alte dosi di

cortisonici ed altri farmaci al fine di controllare l'attività della malattia. Altri possono richiedere numerosi interventi chirurgici per trattare frequenti occlusioni intestinali.

Cosa non si deve mangiare con il morbo di Crohn?

I pazienti affetti dal morbo di Crohn dovrebbero seguire un regime alimentare specifico, che impedisca il peggiorare della patologia. A tal proposito, andrebbero limitati, se non addirittura eliminati dalla dieta, cibi come le carni rosse, grasse, affumicate o lavorate (nel caso dei salumi ad esempio).

Possono peggiorare i sintomi della malattia anche le bevande gassate e zuccherate, la frutta e la verdura se consumate crude o, ancora, gli alimenti che hanno subito un lungo processo di lavorazione come, ad esempio, le merendine.

Nemici dell'intestino di chi ha la malattia di Crohn sono anche gli alcolici, la caffeina, i cibi particolarmente speziati o piccanti, oltre ai fritti.

Tra i condimenti, sarebbe meglio evitare le margarine e gli olii di semi.

Cause e sintomi della malattia di Crohn

Ad oggi, purtroppo, le cause della malattia di Crohn non sono ancora note e i ricercatori sono impegnati nel capire i fattori principali che spingono le cellule del sistema immunitario ad 'attaccare' l'intestino e a provocare la conseguente infiammazione cronica.

Sembra che una **combinazione di fattori**, quali la predisposizione genetica, fattori ambientali, fumo di sigaretta, e alterazioni della flora batterica intestinale e della risposta immunitaria, possano scatenare l'infiammazione intestinale. Le cellule di questo sistema immunitario sregolato "attaccano" in maniera remittente l'intestino. Anche se alcuni geni sembrano essere coinvolti, la malattia di Crohn non è una malattia ereditaria, né genetica.

I sintomi possono essere molto diversi fra loro e variano a seconda del tratto

gastrointestinale interessato. I sintomi più frequenti sono:

- dolore addominale;
- diarrea cronica (che persiste, cioè, per più di 4 settimane);
- febbre;
- perdita di peso

Le cure

L'obiettivo comune ai trattamenti attualmente disponibili per la malattia di Crohn è quello di 'spegnere' l'infiammazione intestinale per indurre una remissione dei sintomi e mantenere questa condizione nel lungo periodo. Nel caso di insorgenza di complicanze gravi e irreversibili, la chirurgia resta comunque un approccio fondamentale.

Tra le classi di farmaci più utilizzati si trovano gli immunosoppressori, come l'azatioprina, la 6-mercaptopurina e il metotrexate, per ridurre l'attività del sistema immunitario.

MORBO DI CROHN IN MEDICINA CINESE

Il Morbo di Crohn si può classificare in diverse sindromi. Le più frequenti sono:

- Da Umidità-Calore
- Da disarmonia tra Fegato e Milza
- Da deficit di *qi* della Milza
- Da deficit di *yang* della Milza.

Umidità-Calore

Questa forma di morbo di Crohn decorre con episodi acuti e recidivanti di diarrea.

Alcuni cibi e bevande possono aggravare i segni e i sintomi di questa forma,

soprattutto durante la riacutizzazione della malattia. In particolare, sono i cibi di “natura calda” e “umidi” quelli più incriminati (per es. cibi piccanti, frittura, carni rosse, crostacei, alcool, dolci grassi, ecc.). Si possono associare come fattori predisponenti e concomitanti anche fattori ambientali (eccesso di Calore cosmico ed Umidità). Il Calore e l'Umidità possono raggiungere l'intestino, o attraverso la via alimentare, o attraverso le vie energetiche della parete addominale. Tali fattori, ed in particolare l'Umidità, vanno a danneggiare soprattutto la Milza, determinando alterazioni della sua funzione di trasporto e trasformazione. L'alterazione della trasformazione comporta un accumulo di Umidità a livello intestinale con comparsa di feci molli (la Milza è incapace di metabolizzare l'Umidità). Mentre l'alterazione del trasporto comporta ridotta capacità da parte della Milza di sospingere il *qi* verso l'alto, che ad un certo punto si inverte e determina diarrea. La concomitante presenza di Calore provoca tenesmo e bruciori anali.

I sintomi possono essere:

- Scariche diarroiche spesso violente ed irrefrenabili di feci molli e maleodoranti (è più raro presenza di sangue);
- Dolore addominale, spesso avvertito come una sensazione di bruciore addominale;
- Frequente bruciore anale;
- Fistole anali ed ascessi;
- Febbre, agitazione, talora cefalea, oliguria con urine cariche, (per eccesso di Calore);
- Sensazione di pesantezza generale (per l'eccesso di Umidità);
- Lingua rossa con patina giallastra e viscosa;
- Polso rapido e scivoloso.

Il principio terapeutico consiste nel disperdere il Calore e l'Umidità e arrestare la

diarrea.

Disarmonia tra Fegato e Milza

I soggetti che presentano questa forma hanno la caratteristica di essere irascibili e facilmente collerici. Si tratta, cioè, di soggetti che frequentemente presentano pienezza del Fegato. I fattori che possono determinare una pienezza del Fegato sono principalmente;

- Lo stress psico-fisico
- La collera e le frustrazioni protratte.

E soprattutto la combinazione di entrambe le condizioni a scatenare la disarmonia, cosa che è molto frequente nel mondo moderno per i ritmi frenetici della vita quotidiana. Le frustrazioni continue e la collera repressa vanno ad alterare la principale funzione del Fegato che è quella di mantenere libera e fluida la circolazione del *qi*. Si instaura, quindi, un ostacolo al libero fluire del *qi* con conseguente stagnazione. Quando la pienezza del Fegato diventa particolarmente intensa, il Fegato va a super inibire la Milza determinando un deficit di *qi* di Milza. Una Milza debole non riesce a metabolizzare adeguatamente l'Umidità che si accumula nell'Intestino, determinando feci molli. Inoltre, non riesce ad imprimere un'adeguata spinta verso l'alto del *qi*, che tende a ristagnare verso il basso con conseguente distensione addominale e, nei casi più gravi, si inverte determinando diarrea.

I sintomi possono essere:

- Diarrea di feci molli e collose, spesso dall'odore di marcio (per accumulo di Umidità);
- Distensione e dolore addominale, che spesso interessano anche le regioni ipocondriali;
- Peggioramento dei sintomi con lo stress;

- Miglioramento con il massaggio;
- Tensione nervosa e ansia;
- Oppressione toracica e sospiri frequenti;
- Lingua con patina biancastra (o giallastra se prevale stasi di *qi* di Fegato) e viscosa;
- Polso vuoto e scivoloso (se prevale il deficit della Milza), teso (se prevale la stasi di *qi* di Fegato).

Il trattamento consiste nell'eliminare la stasi e favorire la circolazione del *qi* di Fegato e tonificare la Milza.

Deficit di *qi* della Milza

Oltre al caso discusso precedentemente, dove il deficit energetico della Milza può essere conseguente alla super inibizione da parte del Fegato (disarmonia tra Fegato e Milza), vi sono altre situazioni che portano al deficit della Milza:

- Fattori costituzionali (il soggetto ha una debolezza congenita della loggia della Terra);
- Alimentazione carente (la Milza ha scarso materiale per la produzione di energia);
- Alimentazione squilibrata e di cattiva qualità (abuso di cibi grassi e di dolci indebolisce il *qi* di Milza);
- Malattie croniche e debilitanti (possono portare ad eccessivo consumo energetico);
- Stress fisici e mentali (in particolare la riflessione eccessiva, l'eccesso di studio, di concentrazione, di lavoro intellettuale, di memorizzazione indebolisce il *qi* di Milza).

I sintomi possono essere:

- Emissioni di feci liquide, o con materiale indigerito, con spesso muco biancastro, più raramente si può associare la presenza di sangue (durante il processo digestivo la milza imprime al *qi* un movimento ascensionale antigravitazionale verso il riscaldatore superiore. Se la

Milza è debole non riesce ad imprimere un'adeguata spinta verso l'alto del *qi*, che tende a ristagnare verso il basso con conseguente distensione addominale e, nei casi più gravi, diarrea);

- Distensione addominale anche per piccoli pasti, o sensazione di gonfiore addominale;
- Stanchezza particolarmente evidente ai quattro arti;
- Mancanza di appetito (la Milza debole è incapace di trasformare le essenze alimentari);
- Aspetto emaciato
- Anemia;
- Lingua pallida con patina sottile e biancastra;
- Polso vuoto (per deficit energetico)

Il trattamento consiste nel tonificare il *qi* di Milza.

Deficit di *yang* della Milza

Questa forma di morbo di Crohn è più grave rispetto a quella descritta nel paragrafo precedente. Sono più marcati i segni di deficit energetico, anche perché la patologia cronica, già di per sé debilitante, è intervallata da episodi gravi di riacutizzazione.

Quindi il deficit di *yang* della Milza riconosce gli stessi fattori determinanti del deficit di *qi* di Milza ma caratterizzati da una maggiore gravità.

Inoltre, possono contribuire a questa sindrome

- Il deficit di *yang* di Rene (poiché il Rene è la radice dello *yin* e dello *yang*).
- l'abuso di alimenti di natura fredda;
- Il Freddo cosmico

Questo quadro è più frequente nel Crohn delle persone anziane, nelle quali col tempo la malattia ha portato ad un progressivo e grave depauperamento energetico della Milza.

I sintomi sono:

- diarrea cronica, con scariche frequenti soprattutto al mattino;
- dolore addominale soprattutto in fase postprandiale, che migliora con il calore e la pressione;

- distensione addominale con intensi borborigmi e movimenti intestinali che spesso precedono gli episodi diarroici;
- stanchezza particolarmente evidente ai quattro arti;
- mancanza di appetito;
- aspetto emaciato;
- anemia;
- sensazione di freddo, estremità fredde (il deficit di *yang* determina un eccesso relativo di *yin* conseguenti di freddo);
- ricerca del calore;
- viso pallido e scarno;
- lingua pallida, spesso edematosa soprattutto a livello del corpo (la zona del corpo è il settore corrispondente alla Milza);
- patina biancastra;
- polso debole (per il deficit energetico), profondo e lento (per l'eccesso relativo di *yin*).

Il trattamento consisterà nel tonificare lo *yang* in generale, (per tonificare lo *yang* in generale si usano molto spesso punti che tonificano lo *yang* del Rene, poiché il Rene rappresenta la radice dello *yang* e dello *yin*) e tonificare lo *yang* della Milza.

LA FISIOPATOLOGIA DEL CASO CLINICO



LIVELLO YANGMING

Meridiani Grosso Intestino (*shou yangming*) e Stomaco (*zu yangming*)

La natura dei sei livelli rappresenta un pensiero filosofico, di tipo fisiologico, basato sull'osservazione del corpo umano e dell'ambiente naturale che lo circonda. Si osservarono gli inizi, la crescita e il declino, il cambio delle stagioni, la malattia, la guarigione e innumerevoli altri aspetti del processo vitale. Si giudicò che tali fenomeni avessero tendenze generali e ritmi che si riteneva venissero replicati nei canali del corpo umano. Nello specifico, i sei livelli descrivono il processo di trasformazione dallo *yang* espansivo, che si muove

verso l'esterno, alla chiusura e al quieto silenzio dello *yin* estremo; oppure, in senso contrario, dalla sostanza materiale dello *yin* fino alla pura forza motrice dello *yang*. Questa è la costante interazione tra energia e sostanza.

La medicina classica cinese suddivide questo processo in sei tappe generali. L'aspetto *yang* riguarda l'evoluzione dallo stato estremo, radiante e rivolto verso l'esterno di *taiyang* al perno del cambiamento in *shaoyang*, fino alla chiusura in senso interno dei livelli esterni verso l'interno del corpo al livello *yangming*. Nell'aspetto *yin*, la radiazione verso l'esterno della sostanza nutritiva *yin* in *taiyin* è spinta dal perno fondamentale dell'energia vitale ancestrale in *shaoyin*, per chiudersi infine per il riposo e l'immagazzinamento in *jueyin*. Il processo è continuo e ciclico. Per analogia potremmo immaginare un tipico contenitore per cuocere i ravioli al vapore come tipico della cucina cinese. Il principio implica l'uso di acqua bollente in una pentola al di sotto di un contenitore coperto di bambù in cui sono posti i ravioli. Quando il vapore sale dalla pentola, i ravioli al suo interno cuociono, mentre il vapore fuoriesce dal coperchio del contenitore di bambù attraverso le sue fessure. Possiamo paragonare il contenitore di bambù ai livelli *yang* e la pentola sottostante ai livelli *yin*. Considerando per primi i livelli *yang*, il vapore che esce dal coperchio ha la natura di un movimento verso l'esterno che caratterizza *taiyang*. La capacità del coperchio di bambù di regolare mantenendo un piccolo rilascio di vapore è paragonabile a *shaoyang*, classicamente definito come livello tra interno ed esterno. Il calore caldo e trasformante all'interno del contenitore e gli stessi ravioli sono paragonabili a *yangming*, che contiene e riscalda chiudendosi verso l'interno per interagire con i livelli sottostanti. Nell'aspetto *yin*, i tre livelli hanno nature distintamente diversi. *taiyin* si apre all'esterno, non verso il mondo in generale, ma verso l'esterno dell'interno. Il livello *taiyin* può essere paragonato al vapore che esce dall'acqua bollente e che si mescola a *yangming* nel luogo dove realmente s'incontrano esterno e interno. Qui l'aspetto materiale *yin* dell'acqua si apre verso l'esterno sotto forma di vapore. Il livello *shaoyang* è analogo alle bolle che si sollevano dall'acqua e che fanno da perno fra la solida sostanza *yin* della pentola stessa e l'apertura verso l'esterno in alto. *Jueyin* è dove lo *yin* diventa solido e inizia a ridiventare *yang*; è la solida pentola di metallo che tiene insieme lo *yin*, essendo contemporaneamente il luogo da cui inizia la trasformazione dallo *yin* al vapore

radiante *yang*.

Lo *yangming* rappresenta l'ultimo livello *yang*, quello più vicino allo *yin*. Come disse Carlo Di Stanislao, ricorda la luce di una lampadina ad incandescenza che sta per spegnersi, che fa l'ultima fiammata, con una luce molto intensa, prima di esaurirsi, entrando nello *yin*.

In senso simbolico, così come *taiyang* è l'apertura verso l'alto, *yangming* è l'apertura verso l'interno, come lo *yang* entra all'interno del corpo, come la luce entra nel corpo, cioè attraverso il tubo digerente, un po' come succede in Medicina con l'endoscopio, che entra dall'alto o dal basso permettendo alla luce di entrare nelle nostre cavità e le cavità principali del nostro corpo fanno capo al tratto gastrointestinale. I due Visceri più vicini allo *yin* sono proprio all'inizio e alla fine di questo tratto gastrointestinale. Nello specifico, lo Stomaco inizia il processo di generazione dell'essenza postnatale "fermentando" cibo e Fluidi ingeriti di recente. Tale processo di fermentazione comporta l'aggiunta di Calore e di un'appropriata quantità di Umidità, affinché la Milza possa iniziare la sua trasformazione. All'estremo opposto del tratto digerente, l'Intestino Crasso usa il Calore per rimuovere i Fluidi della digestione e trasferire poi le scorie inutili verso il basso, affinché siano espulse dal corpo. Nella clinica, la regolazione di *yangming* influenza l'andamento e l'efficienza del metabolismo del cibo e dei Fluidi nel corpo.

Fra i sei *qi* esterni, *yangming* è associato alla Secchezza. A tal proposito dobbiamo sottolineare che sia la capacità di *yangming* di metabolizzare la Secchezza esterna quanto la tendenza a produrne di interna è associata al concetto che *yangming* è pieno di Sangue e di *qi*. Infatti, se il *qi* e il Sangue sono abbondanti, la Secchezza patogena non può perdurare. Il primo passo per costruire il *qi* e il Sangue implica l'interazione di *taiyin* e *yangming* nel processo digestivo. Quando fattori dietetici o problemi nella dinamica del *qi* a livello di Milza-Stomaco (bruciatore mediano) portano a una riduzione delle essenze nutritive, ne può risultare Secchezza. L'assenza di Fluidi sulla superficie *taiyang* del corpo può essere dovuta a questa carenza di essenze alimentari, o anche a una più basilare carenza di Calore da *yangming* nell'irradiare i Fluidi verso l'alto

e l'esterno. Nel passaggio interno del corpo, *yangming* previene l'Umidità, contribuendo alla Secchezza degli Organi interni. Questa importante funzione fisiologica deriva anche dalla capacità di *yangming* di trattenere Calore in abbondanza.

Quando si parla del sistema digerente si tende a trascurare il concetto di Secchezza.

In generale, la Secchezza viene contrapposta all'Umidità. Quest'opposizione coinvolge sia l'idratazione che la temperatura. La Secchezza tende a essere calda; l'Umidità fredda. Nella normale fisiologia l'ambiente interno ha bisogno di Secchezza per trasformare l'Umidità, ma non fino al punto di privare gli Organi della loro idratazione.

Un eccesso di Secchezza può iniziare una serie di eventi patologici a catena descritto dal detto: "la Secchezza è l'inizio del Calore, e il Calore è l'inizio del Fuoco". Per evitare che la Secchezza progredisca fino a diventare Calore e Fuoco patologici, è necessario che si equilibri con l'Umidità. Anche l'Umidità a sua volta può generare effetti negativi.

I Fluidi che si accumulano nel tempo creano Umidità, che può infine trasformarsi in flegma e poi generare Calore. Sono gli Organi *yangming* – *taiyin* a offrire un equilibrio nella dinamica costantemente mutevole di Secchezza-Umidità. Pertanto, la relazione interno-esterno dei canali *yangming* e *taiyin* implica anche un bilanciamento dei Fluidi.

Lo Stomaco (*yangming*) ha una natura calda e secca che non ama la Secchezza, mentre la Milza (*taiyin*), che è la fonte dei Fluidi nel corpo, non ama l'Umidità. L'Intestino Crasso (*yangming*) ha la responsabilità di eliminare i Fluidi di scarto nel processo digestivo, mentre il Polmone (*taiyin*) richiede Umidità per facilitare l'assorbimento del *qi* esterno; inoltre, agisce in sinergia con la Milza attraverso il suo movimento verso l'alto e verso il basso. Gli Organi *yang* aggiungono Calore secco per facilitare il processo di digestione e separazione, mentre gli Organi *yin* integrano i Fluidi nel processo di metabolizzazione del cibo e del *qi* esterno. Uno squilibrio può creare un eccesso di Calore e Secchezza tanto nello Stomaco quanto nell'Intestino Crasso, favorendone la tendenza all'insufficienza di *yin*. In modo analogo, l'incapacità della Milza di integrare i Fluidi – o problemi nella capacità che ha il Polmone di provocare la salita e discesa del *qi* – possono portare all'accumulo di Umidità.

La Scuola francese associa allo *yangming* anche l'idea del protettore, del livello che protegge perché in qualche modo è l'ultima linea di difesa. La nostra energia difensiva, *weiqi*, è un tipo di energia abbastanza *yang*; quindi, l'ultima linea dello *yang* è *yangming*, per cui il protettore è un livello con tanta energia e tanto Sangue, capace di fare l'ultima barriera prima che un eventuale patogeno che vuole approfondirsi arrivi allo *yin*, alla zona in cui tendenzialmente conserviamo, non portiamo fuori. Quindi *yangming*: protettore, portare la luce verso l'interno, entrare dentro di sé, chiusura (fare scudo per proteggere, i meridiani *yangming*, se tirati, ci fanno chiudere a bozzolo), arresto, il legame che tiene unito l'organismo.

Come dice Jeffrey Yuen dei 3 livelli, se pensiamo ad un percorso, *taiyang* è l'inizio della camminata, *shaoyang* è quando abbiamo appoggiato il piede e decidiamo dove andare, lo *yangming* è quando abbiamo fatto il passo e ci siamo fermati. Questo avrà a che fare anche con l'interpretazione dei meridiani tendino-muscolari che hanno a che fare col movimento, la cui parte iniziale è *taiyang*, l'intermedia *shaoyang* e la finale *yangming*.

Si identifica nel *Jiao* medio, regola il Calore, tratta la preoccupazione e appartiene al livello della sopravvivenza. Fa rientrare *weiqi* (12 St) e permette la presa del sonno.

Persone con uno *yangming* alterato sono ipersensibili allo stimolo ambientale, diventano irrequiete con il rumore, la folla, la confusione. Tendono ad avere turbe del rientro all'interno dello *yang*, creando reazioni di *weiqi* in superficie, come acne, foruncoli, irritazioni cutanee, oltre al fatto che tendono a sviluppare corazze esterne (visto che il loro *yang* non rientra e non li protegge internamente) come aumento del peso, aumento di taglia, crescita eccessiva della barba, patologia della pelle. Hanno tendenza a rimuginare troppo sulle cose. Il rischio di queste persone è che gli stimoli esterni li sradichino e li disorganizzino, creando confusione, perdita della rotta, affanno ed agitazione di fronte al da farsi, ansia e poca coesione tra lo e il Mondo. Altro tipo di squilibrio è quello delle persone eccessivamente superficiali: vivono la mondanità e la socialità con sorprendente efficacia ed organizzazione, hanno

tanti amici, ma grande povertà di vita interiore ed emotiva, a cui rispondono con pragmatismo, materialità, cinismo in caso estremo. Non lasciano che la vita li permei, rimangono impermeabili alla loro stessa vita sentimentale, non fanno entrare il mondo emotivo, ma solo quello alimentare: mangiano molto e sono estremamente conviviali. Non potrebbe essere altrimenti, visto che lo *xue* si forma con il cibo ed emozioni...se mancano le emozioni, devono aumentare il cibo!

INTESTINO CRASSO

Esso trasporta e trasforma. L'Intestino Crasso è associato alla rimozione finale degli scarti digestivi, ma anche, al processo che determina l'ultima trasformazione del cibo digerito. Quindi i prodotti metabolici, iniziando dalla Milza-Stomaco e dall'Intestino Tenue, raggiungono l'Intestino Crasso dove, a partire da una sostanza con qualche residuo di nutrimento, sono completamente trasformati negli scarti che devono essere rimossi dal corpo. La capacità dell'Intestino Crasso di trasformare i resti alimentari in scarti dipende dal ritmo fornito dall'aspetto della dinamica del *qi* del Polmone, indirizzato verso il basso. Polmone che, a sua volta dipende dal Rene per afferrare il *qi*. Anche la Milza con il suo aspetto di regolazione dei Fluidi può influenzare gli intestini. Infatti, abbiamo visto come un deficit di *qi* di Milza produca feci molli. Anche se lo stesso Intestino Crasso è incapace di rimuovere i Fluidi dagli scarti alimentare avremo diarrea acquosa ma, a differenza di quello che accade con il deficit di *qi* di Milza, dove nelle feci avremo cibo non digerito, in questo caso la consistenza sarà più uniforme e senza cibo non digerito

STOMACO

Immagazzina e decompone. Tutti i cibi e i liquidi che entrano nel corpo fanno una prima tappa nello stomaco. E qui che avviene la fermentazione (l'aggiunta di calore e il mantenimento dell'appropriata composizione fluida) prima della trasformazione, da parte della Milza, delle essenze più raffinate di cibo e bevande nell'aspetto nutritivo del Sangue. Il cibo entra nello Stomaco per essere fermentato, è trasferito alla Milza per essere raffinato in aspetto

nutritivo e quindi viene combinato con il *qi* esterno nel Polmone. Il risultato è il *qi* nutritivo-protettivo, che transita in tutto il corpo dentro al Sangue (nutritivo) e intorno al Sangue (protettivo).

INTERAZIONE SISTEMA YANGMING CON SISTEMA TAIYIN

Esiste una relazione particolarmente importante fra lo Stomaco e il Grosso Intestino e i loro Organi *yin* di coppia. Nello specifico, gli Organi *taiyin* lavorano in un sistema coordinato di metabolismo di Fluidi e alimenti insieme a *yangming*. Il canale *taiyin* è anche associato all'Umidità. L'affinità di *taiyin* per l'Umidità è bilanciata da una pari affinità di *yangming* per la Secchezza. I canali *taiyin* e *yangming* mantengono il delicato equilibrio fra Umidità e Secchezza richiesto dal processo digestivo e dal corpo in generale. Di conseguenza, ogni qualvolta si consideri la funzione *taiyin*, bisognerà sempre tenere presente l'importante ruolo degli Organi *yangming*.

La stretta relazione fra i livelli *taiyin* e *yangming* può essere meglio apprezzata considerando che il livello *yangming* è il più interno fra i tre livelli *yang*, mentre *taiyin* è il più esterno fra i tre livelli *yin*. Il nutrimento sotto forma di Sangue nutritivo e Fluidi raffinati, si apre all'ambiente interno da *taiyin*, mentre il cibo e i Fluidi grezzi dall'ambiente esterno sono trasportati all'interno attraverso i passaggi di *yangming*.

Questo è il punto in cui l'interno (*yin*) incontra l'esterno (*yang*).

Ripensiamo all'analogia della pentola con acqua bollente e dei ravioli. Il sistema *taiyin* può essere paragonato al vapore che s'innalza dalla superficie della pentola in ebollizione fino al livello più esterno (al coperchio) della vaporiera stessa. Ciò si differenzia dal calore che colma la pelle e i peli al livello *taiyang*; al livello *taiyin* una corrente di vapore nutriente infonde gli Organi interni con un bagno nutritivo che circonda ogni cellula. Per essere più specifici, l'aspetto nutritivo di questo bagno cellulare è mantenuto dall'aspetto nutritivo del Sangue, il risultato finale della trasformazione del *qi* di *taiyin*. Il metabolismo *taiyin* può essere suddiviso in due funzioni basilari: la regolazione dell'Umidità e la

distribuzione del nutrimento. Anche se, per chiarezza di esposizione, è utile separare mentalmente queste due funzioni, di fatto esse sono interconnesse. Un modo per comprendere questa interrelazione è ricordare che il nutrimento per il corpo transita in un mezzo fluido.

Il metabolismo *taiyin* include i seguenti aspetti.

- Umidità; l'associazione di *taiyin* con l'Umidità significa che esso è responsabile dell'integrazione dell'Umidità esterna (adattarsi all'Umidità dell'ambiente), trasformando contemporaneamente l'Umidità endogena e aiutando a creare i Fluidi fisiologici del corpo. La relazione della Milza con l'Umidità è ben nota, ma anche il Polmone è importante per la fisiologia dei Fluidi, perché il movimento del suo *qi* è vitale per la circolazione della Milza.
- Nutrimento; oltre a provvedere un bilanciamento alla secchezza di *yangming*, il livello *taiyin* è la fonte del *qi* nutritivo postnatale del corpo. La Milza trasforma il cibo e l'acqua per creare l'aspetto nutritivo del Sangue. La trasformazione del *qi* nel *taiyin* del Polmone distribuisce, in accordo con il battito cardiaco, l'aspetto nutritivo sia nel corpo che esternamente alla pelle. Il fornire nutrimento dipende quindi anche dalla funzione del Polmone di comandare il *qi*, perché è il *qi* che provvede al movimento della distribuzione. Il Polmone e la Milza sono quindi sinergicamente coinvolti tanto nel metabolismo dei nutrienti quanto in quello dei Fluidi. L'infusione di *qi* dall'ambiente esterno da parte dei polmoni fornisce la forza motrice per distribuire i Fluidi e i nutrienti dalla Milza al resto del corpo. Se c'è un eccesso di Umidità nel corpo che non può essere efficacemente metabolizzato dal sistema *taiyin*, si possono presentare segni di deficit di *qi* della Milza (stanchezza, scarso appetito, edema). Questa è di fatto una condizione di eccesso (accumulo di Umidità) che si manifesta con segni di deficit. Una mancanza di Umidità (Fluidi) nel corpo, d'altra parte, tende più facilmente a interessare i Polmoni e può causare sintomi quali tosse secca o anche disturbi atrofici associati a debolezza e atrofia muscolari.

MILZA

Governa il Sangue. Mentre il Cuore dà movimento al Sangue, inviandolo in tutto il corpo, e il Fegato immagazzina il Sangue ai livelli più profondi, è la Milza che governa il Sangue nutritivo nel punto in cui interagisce con l'ambiente esterno all'interno del corpo. Nello specifico con il termine governa si intende la funzione della Milza di riassorbire il Sangue a livello della microcircolazione. Si può vedere come queste funzioni siano anche legate al ruolo fondamentale di *taiyin* nel mantenere la qualità dei Fluidi. Se i Fluidi in questo ambiente cellulare perdono la propria qualità nutriente, ne risulterà Umidità. L'Umidità, in altri termini, è una condizione nella quale i Fluidi senza qualità benefiche si accumulano e generano patologie.

La Milza muove il *qi* e trasforma l'Umidità. L'associazione della Milza con il muovere il *qi* è basata sul fatto che la vitalità del *qi* postnatale dipende dal nutrimento fornito dall'azione trasformante della Milza. Nutrimento e movimento del *qi* sono quindi interdipendenti. Per muovere il *qi*, la Milza e il Polmone cooperano per combinare il nutrimento con il *qi* esterno proveniente dall'ambiente. Il *qi* della Milza è coinvolto nella trasformazione (rimozione) dell'Umidità patologica, mentre lo *yin* della Milza è implicato nel fornire i Fluidi Nutritivi (*jinye*) e nell'aspetto nutritivo del Sangue. Anche se l'Umidità, i Fluidi e l'aspetto nutritivo del Sangue condividono alcune somiglianze, l'Umidità è patogena, mentre gli altri sono necessariamente parte della normale fisiologia.

La Milza è responsabile dei muscoli e dei quattro arti. L'abilità della Milza di nutrire efficacemente i muscoli dipende dalla sua trasformazione dei cereali e dell'acqua, ossia dalla sua funzione di movimento del *qi*. I muscoli diventano deboli o atrofici quando manca loro il nutrimento della Milza.

La Milza immagazzina l'intento. Sia l'intento che la digestione hanno bisogno di una padronanza di sé che a sua volta dipende dal ritmo della Milza. L'intento, come la digestione, deve essere quindi mantenuto ad un ritmo regolare. Un eccesso di concentrazione (eccesso di intento) rappresenta una perdita di

equilibrio che diventa ossessione, mentre una carenza di intento si manifesta con pensieri disornati e disorganizzati. Un eccesso di pensiero danneggia la Milza attraverso l'interruzione del ritmo e della padronanza della mente inconscia.

POLMONE

Il Polmone è il primo ministro del Cuore imperatore, ciò sta a significare che le sue funzioni sono interconnesse al Cuore allo stesso modo in cui il primo ministro dà inizio al processo che trasformerà i comandi imperiali in politica. Lo *zhengqi* (*qi* autentico) portato dal Polmone è necessario per attivare il Sangue del Cuore. Il Cuore e il Polmone, quindi, sono le fonti di movimento fondamentali per il Sangue e per il *qi*. I due Organi lavorano insieme: il Polmone comanda il *qi* e il Cuore muove il Sangue.

Il Polmone è responsabile della respirazione. Non solo nel senso anatomico ma esso è responsabile dell'infusione del *qi* in tutto il corpo. L'inspirazione porta il *qi* autentico dell'ambiente all'interno del corpo, mentre l'espiazione espelle il *qi* torbido. A livello cellulare c'è un passaggio analogo di *qi* puro e di *qi* torbido (ossigeno e anidride carbonica) attraverso i fluidi extracellulari. Quindi, mentre la Milza fornisce il nutrimento attraverso l'aspetto nutritivo del Sangue, il Polmone è la fonte basilare del *qi* nei Fluidi.

Il Polmone è responsabile della pelle e dei peli, questo perché essendo il Polmone responsabile del *qi* di tutto il corpo vi è inclusa anche la respirazione attraverso la pelle. La salute del Polmone è pertanto riflessa dalla condizione della pelle di un individuo.

Il Polmone ha la funzione di primo ministro del Cuore. Il Cuore è responsabile della circolazione del Sangue e il Polmone è responsabile dell'inizio del movimento del *qi*.

Insieme, essi agiscono nel bruciatore superiore per regolare il ritmo metabolico degli altri Organi. Il primo ministro fornisce il ritmo che serve a stabilire la cadenza. Il tempo del respiro guida il battito del cuore.

Il Polmone conserva l'anima-*po* (anima corporea) che rappresenta la controparte *yin* fisica dell'anima-*hun* (anima eterea). L'anima-*po* è formata al momento del concepimento mentre lo *hun* entra 3 giorni dopo la nascita.

L'anima-*po* muore con il corpo mentre l'anima-*hun* sopravvive dopo la morte. L'anima-*po* è strettamente correlata al *jing*, infatti, per mezzo del *po* il *jing* "entra e esce", il che gli permette di ricoprire un ruolo in tutti i processi fisiologici. In particolare, seguendo l'anima-*po* (e quindi il *qi* dei Polmoni), il *jing* va nello spazio tra la pelle e i muscoli, dove svolge un ruolo di protezione dai Fattori Patogeni Esterni.

.

IL MERIDIANO *CHONGMAI*

Il *chongmai* è molto complesso, svolge varie funzioni a livelli differenti e influenza svariati Organi. È definito "il mare del Sangue", "il mare dei cinque Organi *yin* e dei sei *yang*", e "il mare dei 12 canali".

Mare del Sangue

Questo aspetto del *chongmai* è molto importante in ginecologia. Tale vaso ha una profonda influenza sul sistema ginecologico, perché origina tra i Reni, attraversa l'utero ed è responsabile del ciclo vitale dei 7 anni nelle donne e della

trasformazione del *jing* dei Reni in sangue mestruale. Inoltre, il *chongmai*, in quanto Mare del Sangue, è coinvolto in diverse patologie del Sangue (deficit, stasi di Sangue o Calore del Sangue), estremamente comuni nei disturbi ginecologici.

Mare dei 12 canali

Il *chongmai* è chiamato anche “Mare dei 12 canali”. La parola “*chong*” ha anche il significato di *jiè* (strade), *dong* (attività, movimento), *xing* (movimento) e *tong* (libero passaggio), tutti termini che si riferiscono al flusso del *qi* nei canali, paragonati a strade o incroci. In quanto Mare del Sangue e dei 12 canali, il *chongmai* influenza il movimento di *qi* e del Sangue in tutto il corpo. Il *chongmai* è chiamato il mare dei 12 canali perché incide su diversi canali distribuiti su tutto il corpo (fatta eccezione per le braccia) e perché controlla tutti i canali secondari di addome e torace. Ha questo nome anche perché controlla tutti i canali *luò*. Il nome alternativo di St 30 (strade del *qi*) è dunque significativo. Infatti, il *qi* del *chongmai* emerge dalla profondità dell’addome proprio in questo punto, che ha un potente effetto dinamico sulla circolazione del *qi* nei canali addominali.

Mare dei cinque Organi *yin* e dei sei Organi *yang*

Il *chongmai* è il Mare dei cinque Organi *yin* e dei sei Organi *yang* perché è il canale straordinario posto al centro del vortice energetico creato da tali vasi. Padre degli altri canali straordinari, il *chongmai* collega il *qi* dell’Anteriore al Cielo (Reni) e il *qi* del Posteriore al Cielo (Stomaco). Grazie al suo complesso percorso, il *chongmai* influenza diversi Organi in maniera diretta. Come abbiamo visto, esso è collegato ai 3 *yin* degli arti inferiori (Reni, Fegato, Milza). Esso è strettamente connesso allo Stomaco (emergendo a St 30 *qichong*) e al Cuore. La sua connessione ai Reni (*qi* dell’Anteriore al Cielo), allo Stomaco e alla Milza (*qi* del Posteriore al Cielo), e al Cuore (l’imperatore), è importante in quanto essi costituiscono i 3 Tesori *jing*, *qi* e *shen*. Nell’addome e agli arti inferiori, è collegato anche al canale del Fegato.

IL CHONGMAI E LO STOMACO

Il *chongmai* emerge nel punto St 30 *qichong*, punto superiore del mare del cibo. Pertanto, questo punto garantisce dunque il collegamento tra *chongmai* e Stomaco.

I Reni costituiscono la “porta dello Stomaco”, perciò il *chongmai* (che origina nei Reni) può trattare sia i Reni (*qi* dell’Anteriore al Cielo) che lo Stomaco (*qi* del Posteriore al Cielo).

c

Il collegamento tra il *chongmai* e Stomaco ha due implicazioni cliniche.

In primo luogo, questo vaso può essere usato per qualsiasi disturbo dello Stomaco, ma in particolare se causato da Eccesso (quali una stasi di *qi* di Stomaco, il *qi* di Stomaco che non scende, la stasi di Sangue nello Stomaco, Calore allo Stomaco ecc.).

In secondo luogo, il *chongmai* influenza il collegamento tra il canale dello Stomaco e il Cuore. Il grande canale *luo* dello Stomaco è chiamato *xuli* e, secondo la medicina cinese, il battito del Cuore nel ventricolo sinistro rappresenta il battito di *fu li*. Ciò significa che il canale dello Stomaco può essere usato per trattare problemi cardiaci (in particolare, l’aritmia). Tuttavia, lo Stomaco influenza il Cuore anche attraverso il *chongmai* (poiché esso collega Stomaco e Cuore).

MERIDIANO YINWEIMAI

Il meridiano straordinario *yinweimai* collega tutti i meridiani *yin*. Ciò è dovuto in parte al fatto che il suo punto di apertura, Pc 6 *neìguan*, appartiene allo *jueyin*, che è il “cardine” di tutti i canali *yin*.

Lo *yinweimai* nutre il Sangue e, in particolare, influisce sul Sangue del Cuore. Per questo motivo, esso influenza profondamente lo stato mentale-emotivo e può essere utilizzato per l'ansia, l'insonnia e la depressione. A differenza dello *yangweimai*, lo *yinweimai* controlla l'interno del corpo (e, quindi, il Sangue e lo *yin*), mentre lo *yangweimai* controlla l'esterno del corpo (e quindi il *qi* e, in particolare, il *weiqi*). Nella sua cosmologia degli otto canali straordinari, Li Shizhen chiama lo *yangweimai* "Cielo" e lo *yinweimai* "Terra". Lo *yinweimai* nutre il Cuore, apre il torace e l'ipocondrio, nutre il Sangue e lo *yin* ed infine lavora sui problemi mentali ed emotivi.

CENNI SULLA SCUOLA DELLA TERRA

Il fondatore della scuola della Terra fu Li Dongyuan, medico vissuto tra il 1180 e il 1251.

Egli era particolarmente interessato alla gastroenterologia e istituì dei sistemi di trattamenti basati sul concetto fondante che tutti gli *zang-fu* dipendono da Milza e Stomaco per quanto riguarda il *qi* post-natale. Infatti, essendo la Milza e lo Stomaco collocati nel Triplice Riscaldatore Medio, quindi al centro del corpo, costituiscono una sorta di punto nevralgico per il resto dell'organismo. La Terra viene vista così importante perché Milza e Stomaco sono l'origine della produzione di *yingqi*, dello *xue*, dei *jinye*, della *zhongqi* e tutti gli Organi dipendono da questo. Quindi la Terra è il centro e tutti gli Organi dipendono da questa e traggono nutrimento in questa. La Terra nella visione dei cinque Elementi in chiave Taoista è la via di mezzo tra Acqua e Fuoco, tra Legno e Metallo, tra *yin* e *yang*. È l'equilibrio. La Milza governa la salita dell'energia, lo Stomaco la discesa. Li Dongyuan diceva: "Per trattare la radice tratta prima il centro".

Gli insegnamenti di questo maestro li troviamo nel testo *Piweijin*, ovvero trattato della Milza e dello Stomaco, nel quale afferma che tutte le malattie derivano da Milza e Stomaco. Le cause delle malattie possono essere dovute a cause

esterne (motivi dietetici o fattori patogeni esterni), da emozioni, da fattori o cambiamenti stagionali che hanno effetto sulla salita dalla *yangqi* (Milza) e sull'essenza *yang*, della funzione di discesa. La Terra governa e armonizza i passaggi da uno stato all'altro; come nelle stagioni la Terra è la quinta stagione, ovvero il passaggio da una stagione all'altra, così nel corpo la Terra governa i passaggi di stato e li armonizza, mentre il Legno è il motore del cambiamento. Quindi vi è una disarmonia tra Milza e Stomaco, lo *yangqi* non può salire e lo *yang* acquisito, che va a rimpolpare il *jing* acquisito, non può scendere. La risalita della *yangqi*, come anche la discesa dello *yang* dello Stomaco sono in relazione con la produzione del *weiqi*. Lo dimostra anche il fatto che il meridiano di Milza e Polmone si incontrano al punto Lu 1. La Milza inoltre è il primo separatore tra puro e impuro sia a livello fisico che psichico. Li Dongyuan, inoltre, ha introdotto un nuovo concetto: il Fuoco *huo*.

Questo Fuoco ha due caratteristiche:

- Lo *yang* nello *yang*: associato con il Calore, è un fattore patogeno esterno che penetra nello Stomaco e si trasforma in Calore all'interno dello *yangming*. Questo Calore può salire in alto diventando Fuoco, ma può anche intrappolarsi negli intestini creando pienezza.
- Lo *yin* nello *yang*, ovvero il Fuoco *yin*. Deriva da fattori interni (*yin*) o a fattori alimentari di natura calda (peperoni, peperoncini, piccante...) o per la loro cottura (frittura, forno, microonde...) o a fattori emozionali, ovvero ad emozioni non espresse che vengono interiorizzate, diventano *yin* e danneggiano lo spirito-*shen*. Il punto Pc 6 tratta il Fuoco *yin* causato dalle emozioni. Oltre a questo concetto viene posta molta importanza sul movimento Legno. Il Fegato è l'armonizzatore delle emozioni, è colui che dona la pace e la serenità, colui che fa fluire il fiume della vita. La Vescica Biliare è invece il tuono che permette il cambiamento, rappresenta il coraggio e la forza di cambiare la vita. Il cambiamento in MCC è legato al Vento che è un elemento del Legno. Non bisogna contrastare questo Vento ma farsi spingere da questo e volare nella vita grazie a lui. Quando si teme questo Vento, vuol dire che la Vescica Biliare si è fermata, il coraggio viene meno, il Fegato si è blocca non armonizzando più le emozioni e blocca il diaframma. Il diaframma permette il fluire delle emozioni, tanto che un segno tipico di blocco emozionale è l'incapacità di

respirare con l'addome.

- A quel punto, perso il coraggio di cambiare, si utilizza la Terra come scusa per il non cambiare, infatti si inizia a pensare, pensare e pensare sempre più, a cosa non fare, alle paure, a trovare tutte le scuse possibili per non agire. È lo *yi* che blocca l'anima-*hun*. Allo stesso tempo si consumano molte energie perché, ai pensieri è associata una quantità di *yuanqi*. *Yuanqi* che si consuma e si perde toglie le forze e allo stesso tempo che modifica e trasforma il corpo, *yuanqi* è l'energia alchemica che presiede ad ogni processo di trasformazione nel corpo.

Li Dongyuan sostiene invece che la Vescica Biliare deve sbocciare come il Legno in primavera. La Vescica Biliare rappresenta la capacità di far uscire dalla mente dalla coscienza, dalle paure ed ossessioni, e libera da queste permettendo di essere liberi. Lo scopo è quindi far germogliare il Legno e tonificare la Terra che armonizza la nostra vita. Il trattamento per ottenere questo è basato sulla combinazione di punti che vanno a costituire dei triangoli. Punti con azione ben precisa sulla Terra. Perché dei Triangoli? Il numero 3 rappresenta il Legno e precisamente la Vescica Biliare; quindi, si tenta con combinazioni di tre punti di indurre il Vento, dinamicità e cambiamento al blocco energetico. Avremo tre triangoli originari e altri due aggiunti successivamente da Jeffrey Yuen.

I triangoli sono:

1. St 36, CV 12, St 36 Il primo triangolo da utilizzare alla prima seduta senza altri punti e che tonifica la Milza.
2. Pc 6, CV 13, Pc 6 Tratta il Fuoco *yin* che sale al Cuore, e tratterà i fattori interni dovuti ad alimentazione o emozioni.
3. ST 25, CV 10, St 25 Per l'accumulo, il Calore-Umidità e la debolezza del *qi* di Rene, provocato dalla tassazione del blocco della Terra.
4. St 30, CV 6, St 30 Per trattare la discesa dello Stomaco.
5. Lu 10, CV 17, Lu 10 Per ripristinare e armonizzare le funzioni di Polmone

Oltre a questi punti si tratteranno nello specifico le emozioni bloccate nel paziente che non vengono espresse, e danneggiano la Terra, poiché non

armonizzate dal Fegato.

Queste emozioni vengono chiamate i 5 Ladri.

Queste emozioni restano in noi poiché il Polmone che non funziona, per una debolezza della Terra, non riesce ad eliminarle. I punti specifici, secondo questa scuola, per il trattamento delle emozioni sono:

- Ki 9: rabbia
- St 40: ansia
- Lu 3 e Ki 6: tristezza e aggiungeremo GV 20 se l'individuo piange parlando della sua tristezza.
- Lr 1 (in sanguinamento): preoccupazione
- Ki 4: paura

Il trattamento finisce sempre con GB 40 in *moxa*, per il principio detto prima che la Vescica Biliare deve sempre rinascere.

MERIDIANO LUO PERICARDIO

I meridiani *luo* rappresentano lo *yingqi* e quindi il Sangue e ciò li lega a problemi emotivi, ematologici, cardiovascolari e digestivi.

L'area d'intervento dei vasi *luo* sarà:

1. Il trattamento di muscoli e scheletro
2. Il trattamento di Sangue ed emozioni
3. Il trattamento di problemi gastro-intestinali e di *qi-ni*

Tutto ciò viene esposto nei classici di MCC e tra questi ricordiamo il *Lingshu* ove al capitolo 10 tratta specificamente delle caratteristiche dei *luo*. Nell'introduzione infatti afferma:

“Quando il corpo si confronta con un fattore patogeno, questo si muove verso il canale principale, potenzialmente la penetrazione è negli *zang-fu* e il corpo può mobilitare *xue* per creare vasi che vanno verso l'esterno dove questi

divengono visibili.” Quindi i *luo* si superficializzano sotto forma di capillari che si rompono.

Inoltre, ribadisce che i *luo* presentano uno stato sia di vuoto che di pieno, ciò significa che, mentre il patogeno entra all'interno, il *xue* e la *yingqi* vengono liberati in modo da tenere a bada il Fattore Patogeno.

Secondo la visione evolutiva del Maestro Jeffrey Yuen possiamo analizzare i meridiani *luo* interpretandoli in base alla nostra strutturazione psichica a partire dall'infanzia per arrivare all'età adulta. La MCC afferma quindi che tramite questi punti è possibile agire anche su eventi lontani della nostra vita. Il modello della MCC si basa su una tripartizione della vita umana in tre fasi successive di evoluzione che sembrerebbero accordarsi al consueto modello Terra/Uomo/Cielo.

In questo percorso l'Uomo incontra l'ambiente esterno ed interiorizza tramite il Sangue, i meridiani *luo*, le informazioni acquisite che diventano parte della sua programmazione.

Tale suddivisione prevede una prima fase infantile durante la quale si strutturano le tendenze di base più profonde ed inconsce seguita poi dallo sviluppo in altre due fasi di tutte le caratteristiche di una personalità adulta in grado di proiettarsi verso obiettivi futuri.

Eventuali segni di difficoltà incontrati durante questo processo rimangono visibili, come già accennato, lungo il tragitto *luo* sui quali è quindi possibile intervenire ottimizzando quindi le risposte psicofisiologiche anche nel futuro.

La suddivisione nei tre gruppi è la seguente:

Livello Istintuale

Polmone

Grosso Intestino

Stomaco

Milza

Livello Cognitivo

Cuore
Intestino Tenue
Vescica Urinaria
Rene

Livello strutturante

Pericardio
Triplice Riscaldatore
Vescica Biliare
Fegato

Il meridiano *luo* del Pericardio nello sviluppo psico-sociale appartiene al terzo livello e rappresenta il consolidamento della personalità. Questa si basa sulle capacità sociali del livello precedente.

Il *luo* del Pericardio inizia con Pc 6 *neiguan*, a due distanze dalla piega di flessione del polso fra i tendini dei muscoli palmare lungo e flessore radiale del carpo. Segue il decorso del meridiano principale e nella sua salita verso l'ascella viene in contatto con Ht 1, ciò significa che attraverso il Cuore si può accedere a tutte le possibilità che riguardano lo sviluppo sociale. È il Pericardio a racchiuderlo e se il Cuore ritorna al Ht 1 e alla lingua è perché la sua meta è di uscire fuori (liberazione) e arrivare alla lingua, suo germoglio, ed è l'immagine del Cuore che cerca espressione e voce. Il Pericardio mette in comunicazione Pc 6 e Cuore, ne regola lo *zang* e ne calma lo *shen* sottolineando la duplice azione sia fisica che emotiva. Agirà sia sui disturbi del ritmo che su quelli emozionali di qualsiasi origine.

Sintomi

Pienezza

- Precordialgia improvvisa

- Oppressione toracica

Vuoto

- Rigidità e dolore della testa e della nuca (rigidità collo)

Spesso la costrizione del pericardio impedisce l'espressione del Cuore. Proprie del *Iuo* Pericardio sono le tecniche adottate nell'affrontare un problema di tipo intellettuale o emotivo e sono prettamente di tipo difensivo. Possono essere così definite:

1. RAZIONALIZZAZIONE che significa trasformare una situazione che non ha senso in una di senso logico;
2. POLARIZZAZIONE che si ha quando si pensa a una cosa e la si cambia in una diversa, spesso perché non la si può ottenere e quindi la si classifica come non adatta. (storia della volpe e dell'uva)
3. PROIEZIONE che si ha in quelle situazioni in cui a delle ingiurie non si può reagire per paura di eventuali ritorsioni e si scaricano le proprie frustrazioni nell'ambiente familiare o su subalterni cui consegue una sensazione di momentaneo benessere
4. SUBLIMAZIONE che avviene quando non si sa come affrontare un problema e lo si rimanda nel subconscio ma le azioni e le immagini che vengono alla mente hanno a che fare con questo problema.

La pienezza è rappresentata dall'incapacità di controllare le proprie emozioni, con un'implicazione mentale, cognitiva, che impedisce di trovare il senso di misura e di controllo.

La condizione di vuoto nasce quando, non potendo avere il controllo delle emozioni, si evitano tutte le situazioni di interazione, ci si tira indietro, ci si nasconde lontano dal contesto sociale. Questa situazione può verificarsi anche in risposta a un disordine post-traumatico da stress: persone così sopraffatte dalle emozioni che non sono più in grado di controllarle, tanto da spezzarsi. Nel nostro caso clinico, ad esempio, la paziente in seguito al suo coinvolgimento in un grado incidente d'auto, non ha più preso la patente e prova un forte timore ogni qualvolta debba affrontare uno spostamento in auto.

TRATTAMENTO UTILIZZATO

I punti che ho utilizzato sono:

LI 4 *hégù Valle Chiusa*

Punto *yuan*

Disperde il perverso, purifica il Calore, muove il *qi*, tonifica il *qi*. È il punto principale che espelle il Vento-Calore e libera l'esterno, in quanto stimola la funzione di diffusione dei Polmoni; inoltre agisce direttamente e in modo rilevante sul viso perciò, nelle invasioni esterne, è utilizzato per alleviare la congestione nasale, gli starnuti, il bruciore agli occhi. In questo caso lo abbiamo combinato a Lr 3 (i quattro cancelli), per espellere il Vento interno o esterno della testa e bloccare il dolore.

LI 7 *wenliu Calda Riunione*

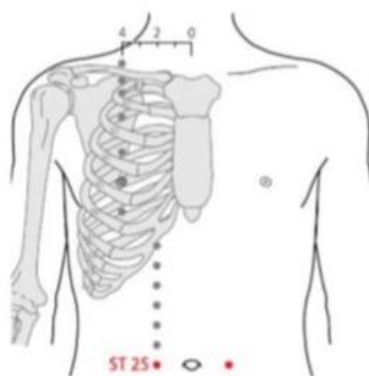
Punto *xi* del Grosso Intestino.

Purifica il Calore, regola gli intestini. Purifica il Calore del volto.

St 25 *tianshu Colonna Celeste*

Punto *mu* del Grosso Intestino.

Libera e drena gli intestini. In dispersione consolida gli intestini e blocca la diarrea dovuta a deficit di Milza.



St 37 *shangjùxu Grande Vuoto Superiore (dell'alto)*

Associato al St 25, purificano il Calore, eliminano l'Umidità, arrestano la diarrea.

Punto *he mare* inferiore del Grosso Intestino. Punto mare del Sangue.

St 44 *neiting Cortile Interno*

Punto Acqua Stomaco.

Purifica e drena il Calore dello Stomaco: meridiano e Viscere. Cura unicamente la pienezza e lo Stomaco.

Lr 3 *taichong Grande Assalto*

Punto *shu* Ruscello. Punto Terra. Punto *yuan*.

La sua azione principale è quella di sottomettere lo *yang* del Fegato ed usato di frequente nelle emicranie causate da risalita di *yang* del Fegato. In questo caso è utile anche per il fatto che attiva il *chongmai* e quindi tonifica il Sangue dell'utero.

I TRATTAMENTO

In questa fase iniziale l'intento era quello di disperdere il Calore; quindi, le manovre avranno le seguenti caratteristiche;

- Stimolazione energica
- Movimento rapido
- Eseguite in direzione energetica opposte a quella del meridiano
- In senso antiorario
- Ci si oppone al respiro

Paziente supino

Il trattamento ha avuto sempre inizio con delle manovre indirizzate a rilassare la paziente così da facilitare il lavoro successivo. In particolare, ho lavorato sui punti Finestra del Cielo e sul diaframma. La manovra che ho utilizzato sui punti Finestra del Cielo è *nafa* (manovra di presa), eseguita con la contrapposizione

tra la radice della mano e le altre dita e con la contrapposizione del pollice con il dito indice e medio.

Questa manovra agisce in particolare sul rilassamento della muscolatura e sulla mobilitazione del piano muscolo-cutaneo. A livello diaframmatico invece ho utilizzato la manovra *fentuifa* (spinta divergente), eseguita con il lato radiale dei pollici da sotto il processo xifoideo e lungo l'arcata costale in modo divergente e contemporaneo.

Questa manovra disperde la pienezza della zona in cui si applica e quindi aiuto molto a decontrarre il diaframma così da liberare e calmare il respiro.

Dopo questa fase iniziale mi sono concentrata sul trattamento del livello energetico *yangming*. Cominciando dal meridiano dello Stomaco e più precisamente dall'angolo mandibolare. Seguendo il percorso del meridiano scendo lungo il collo fino a St 11 (*qishe*). Decido di andare nel senso energetico del meridiano aumentando però la rapidità e la durata delle manovre. In questo tratto utilizzo il *tuifa* (manovra di spinta lineare) eseguita con l'eminenza tenar.

Tratto poi il meridiano dello Stomaco lungo il tronco da St 12 (*quepen*), fino al St 30 (*qichong*), utilizzando la manovra *tuifa*, questa volta con il lato ulnare della mano e armonizzando la pressione al momento dell'inspirazione per ottenere un effetto più disperdente. Proseguo lungo il meridiano dello Stomaco da St 30 (*qichong*) fino al termine St 45 (*lidui*), dove utilizzo la manovra *tuifa* con la faccia palmare della mano.

Prima di passare al meridiano di Grosso Intestino tratto i punti specifici del meridiano St 25 (*tianshu*), St 37 (*shangjuxu*), St 44 (*neiting*), utilizzando la manovra *anfa* (manovra di pressione graduale) eseguita con la punta di un dito e praticando una pressione sul punto da stimolare. In questo specifico caso dovendo disperdere patico la pressione mentre il paziente inspira e rilascio dolcemente mentre espira. Utilizzo anche la manovra *anroufa* (manovra di pressione e rotazione), eseguita sempre con la punta di un dito si unisce alla pressione una rotazione che in questo caso risulterà essere antiorario essendo necessaria la dispersione. Stimolati i punti specifici sul meridiano dello Stomaco passo a trattare il meridiano di Grosso Intestino.

Questa volta vado in senso opposto al meridiano, parto dal LI 20 (*yingxiang*) dove mi soffermo leggermente con una manovra *anfa*. Ricordo infatti, che la paziente soffre di sinusite e questo punto apre il naso. Scendo lungo il collo fino

a LI 17 (*tianding*) eseguendo la manovra *tuifa* utilizzando il polpastrello del pollice. Proseguo dal LI 16 (*jùgu*) a LI 11 (*quchi*) praticando lungo il braccio nella linea del meridiano la manovra *gunfa* (rotolamento della mano) con una modalità medio-forte e per un periodo medio lungo. Massaggio poi l'avambraccio lungo la linea del meridiano dal punto LI 10 (*shousanli*) al punto LI 7 (*wenliù*) eseguendo sempre la manovra *gunfa* e nella stessa modalità. Sul punto LI 7 mi soffermo con una manovra *anroufa* eseguita come descritto sopra in modalità disperdente. Essendo questo punto, un punto di disostruzione del meridiano. Stimolo anche il punto LI 4 (*hégu*), punto *yuan*, questa volta con una manovra *anfa* e concludo con una manovra *tuifa* eseguita con il polpastrello del pollice fino al LI 1. Prima di far posizionare prono il paziente pratico una manovra *anroufa* disperdente sul Lr 3. Ovviamente trattandosi di una donna comincio le mie manovre sul lato destro del corpo laddove non sia possibile trattare in modo simmetrico le due parti.

Paziente prono

Concludo il trattamento con il massaggio *tuina* sul meridiano di Vescica praticando le manovre nel senso energetico del meridiano. Effettuo manovre di *tuifa* e *mofa* (frizione circolare superficiale) eseguite con il lato palmare della mano su tutta la schiena partendo dalla zona occipitale dove si trova il BI 10 (*tianzhù*). Dopo aver trattato sufficientemente tutta la zona passo a trattare le gambe sempre con le stesse manovre e sempre lungo la linea del meridiano.

I valutazione

La paziente dopo aver effettuato la prima seduta, dove ricordo, ho lavorato sullo *yangming* con l'obiettivo di purificare il Calore, ha avuto scariche diarroiche e aumento della diuresi. Un episodio di emicrania con le medesime caratteristiche per le quali è giunta da me e molta aria nell'intestino. La rivedo a distanza di una settimana dal primo trattamento. Riferisce di sentirsi meglio. Continuo con altre 4 sedute il lavoro sul livello energetico *yangming*. L'emicrania non si è più presentata e riferisce di sentirsi decisamente più sgonfia. La quinta settimana la

pz. Mi riferisce di percepire meno ansia. In questo periodo le emicranie si sono riaffacciate ma con meno frequenza. Ha cibo non digerito nelle feci.

Il polso è teso al piede sia di dx che di sx e fino negli altri livelli.

La lingua è pallida e gonfia.



Decido di trattare lo *xue*. Tratto perciò lo Stomaco, il Ministro del Cuore e la Milza.

Inoltre, armonizzo lo *yinweimai* e il *chongmai*. I punti utilizzati sono:

St 30 *qichong Assalto dell'energia*

Punto del *chongmai* e punto del mare del cibo.

È un punto importante per sottomettere il *qi* ribelle del *chongmai* in associazione ai suoi punti di apertura e accoppiati St 4 e Pc 6. Essere il punto del mare del cibo significa favorire la funzione dello Stomaco di frantumazione e omogeneizzazione del cibo e la funzione di trasformazione della Milza.

St 37 *shangjuxu Grande vuoto superiore*

Punto *he mare inferiore* del canale del Grosso Intestino. Punto del mare del Sangue.

È indicato soprattutto per la diarrea cronica e per le sindromi da Umidità - Calore dell'Intestino Crasso, accompagnate da feci non formate dall'odore cattivo, con muco e sangue. Inoltre, tonifica il Sangue.

CV 17 *shanzhong* Centro del Torace

Punto *mu* Pericardio. Punto *hui* riunione del *qi*. Punto mare del *qi*.

Generalmente si tratta in dispersione e serve per mobilizzare, drenare, attivare, regolarizzare il *qi*. Apre il petto, libera il diaframma. Regolarizza il *qi*, disostruisce i *luo*.

Ha più un effetto sul *qi* del Polmone, quindi in questo caso lo uniremo al CV 12 in quanto il deficit di *qi* è causato da una debolezza dello Stomaco e della Milza

CV 14 *juque* Grande Palazzo

Punto *mu* Cuore.

Si tratta in dispersione. Serve per mobilizzare ed è riservato alle pienezze. Calma lo *shen*. Agisce sul Cuore e sullo Stomaco. Sottomette il *qi* ribelle dello Stomaco.

CV 12 *zhongwan* Centro dell'epigastrio

Punto *mu* Stomaco. Punto *hui* riunione dei visceri-*fu*.

Considerando che lo Stomaco non accumula ma è un punto di transito, discesa e movimento, di conseguenza soffrirà soprattutto di ristagno, di controcorrente, di pienezza o pienezza associata al vuoto ma quasi mai di vuoto. Per questo motivo questo punto va generalmente disperso, oppure disperso e poi tonificato. Armonizza lo Stomaco, evacua il ristagno, disperde i Tan. Tonifica il *qi* di Stomaco e della Milza

BI 11 *dazhu* Grande Spola

Punto *hui* riunione delle ossa. Punto del mare del Sangue

Essendo un punto mare del Sangue, ovviamente viene usato per nutrire il Sangue.

Viene anche usato per trattare dolori muscolari generalizzati.

In dispersione, disperde il perverso e diffonde il Polmone. In tonificazione Rinforza le ossa.

Sp 4 – Pc 6 Punti Chiave per la regolazione dello *yinweimai* e del *chongmai*.

Sp 4 *gongsun Canali Luo Minuti*

Punto *luo*. Punto di apertura del *chongmai*

Rafforza le funzioni di Milza e Stomaco, quindi interviene sulle sorgenti del *qi* e del Sangue post-natale. Esso interviene per creare il Sangue, rafforzare il *qi* e lo *yang*, trasformare l'Umidità. Va frizionato con energia ed è molto doloroso in gran parte dei casi.

Pc 6 *neiguan Barriera interna*

Punto *luo*. Punto di apertura dello *yinweimai*.

È particolarmente connesso con il sistema Fegato come responsabile del libero fluire del *qi*. I meridiani straordinari si incontrano in questo punto che quindi è in grado di stimolare anche le energie sostanziali. Calma lo *shen*. Armonizza lo Stomaco. La palpazione deve essere profonda ed intensa, perpendicolare.

II TRATTAMENTO

L'obiettivo di questo trattamento è tonificare lo *xue*.

Le manovre di tonificazione prevedono:

- Una stimolazione delicata
- Un movimento lento
- L'esecuzione in direzione energetica del meridiano
- Hanno una direzione in senso orario
- Si asseconda al respiro

Si lavora in tonificazione anche per nutrire, umidificare, riscaldare, sollevare.

Paziente supino

Come sempre il trattamento ha inizio con il lavoro sopra descritto sui punti finestre del cielo e sul diaframma.

Tratto poi lo stomaco come nel precedente step ma stavolta i punti che stimolo sono il St 30 (*qichong*) con la manovra *anfa* e il St 37 (*shangjuxu*) anch'esso

con la manovra *anfa*. A questo punto passo al meridiano della Milza, comincio dal lato ungueale dell'alluce a Sp 1 (*yinbai*) e salgo lungo la linea del meridiano fino a Sp 4 (*yinlingquan*) utilizzando la manovra *anfa* e praticando la pressione nel momento dell'espiazione dovendo appunto tonificare. Alterno anche la manovra *anrufa* eseguendo la rotazione in senso orario. Tratto con le medesime manovre la zona interna della gamba da Sp 10 (*xuehai*) al punto Sp 13 (*fushè*). Con il lato ulnare della mano infine pratico la manovra *Anfa* dal punto Sp 14 (*fujie*) al punto Sp 20 (*zhourong*).

Trovandomi a questo punto sull'addome stimolo i punti *mu* che ho scelto per il trattamento. Vado quindi a stimolare il CV 12 (*zhongwan*), CV 14 (*juque*), CV 17 (*shanzhong*), utilizzando la manovra vibratoria *zhenfa*. A questo punto armonizzo i punti di apertura del *chongmai* e dello *yinweimai*. Per farlo trattiamo contemporaneamente il punto Sp 4 e il punto Pc 6 praticando la manovra *anfa*.

Paziente prono

A paziente prono, pratico un massaggio utilizzando, le manovre *roufa* e *gunfa* su tutto il meridiano della Vescica, soffermandomi su Bl 11 con una vibrazione profonda *zhenfa*.

Il valutazione

La paziente dopo il primo trattamento indirizzato al sostegno del Sangue torna da me riferendomi un miglioramento netto per quanto riguarda il sonno. Non ha avuto né dolori articolari, né dolori addominali anche se le feci continuano ad essere non formate. Proseguo su questa strada per altre 4 settimane. Durante questo periodo il mal di testa non si ripresenterà più. Il ciclo smette di essere emorragico e lungo. In generale vede un miglioramento netto sui dolori ma i polsi continuano ad essere sottili. Alla quarta settimana Simona mi riferisce di un trauma subito all'età di 18 anni.

Nello specifico mi racconta di essere vittima di un incidente stradale in cui purtroppo c'è stato un ferito grave al quale, lei stessa, ha dovuto materialmente sostenere l'addome completamente lacerato dall'impatto con il parabrezza dell'auto. Questo ricordo non le ha consentito di acquisire la patente di guida e tuttora, a distanza di 30 anni lei viaggia in auto estremamente all'erta.

La lingua è meno pallida e continua ad avere una leggera patina.

Decido di portare avanti questa volta un lavoro sul rinforzo del *qi* renale, in più utilizzo un triangolo della Terra e il martelletto e poi moxa sul Pc 6 per il trauma subito.

I punti sono:

Continuo con St 37 – LI 4 – Lr 3 – CV 17 in più aggiungo St 25 – CV 10, terzo triangolo della scuola della Terra. Si utilizza per l'accumulo, il Calore - Umidità e la debolezza del *qi* del Rene provocato dalla tassazione conseguente alla stasi.

CV 10 *xiawan Epigastrio Inferiore*

È un punto utile per promuovere la discesa del *qi* dello Stomaco.

III TRATTAMENTO

Questa volta inizio il trattamento utilizzando il martelletto sul punto Pc 6. Il martelletto è una tecnica complementare che prevede l'esecuzione di una percussione ritmica, veloce, leggera e calibrata a seconda della zona da trattare. Avviene attraverso l'uso appunto, di un piccolo martello con una punta a 5- 7 aghi. Viene tenuto da indice e pollice e il movimento è regolato dall'oscillazione del polso. Lo scopo è quello di purificare il Calore dello *xue*.

Dopo aver fatto questo pratico il tuina con paziente supino sul meridiano Stomaco e sul meridiano Grosso Intestino come fatto in precedenza e mi soffermo con la manovra *anfa* sul St 37, sul LI 4, Lr 3, CV 17 Poi applico la manovra *anfa* sui punti del triangolo della Terra, St 25 e CV 10.

Paziente prono

Concludo con il tuina come già illustrato sul meridiano della Vescica.

CONCLUSIONI

La paziente è stata trattata per circa un anno. Come si evince dalle pagine precedenti, il trattamento è cominciato tenendo conto, innanzitutto, del sintomo che più invalidava la paziente nel momento in cui si è rivolta a me. Man mano che la paziente migliorava il trattamento si è concentrato sul ridare vigore alla suddetta, sia in termini di *qi* che di *xue*. Infine, essendo venuti a galla traumi significativi si è cercato di lavorare con le emozioni represses. Oggi Simona ha una qualità di vita migliore. Non soffre più di emicranie e anche i dolori articolari sono pressoché scomparsi. Le scariche diarroiche sono sensibilmente diminuite. Ci tengo a precisare che la paziente usciva di casa limitatamente proprio il pensiero del bagno. Continua ad essere trattata periodicamente. Tende sempre ad essere in vuoto sia di *qi* che di *xue*. Ormai ha adottato comunque un miglior stile di vita che senz'altro ha contribuito ad un ritrovato benessere psicofisico.

BIBLIOGRAFIA

- Giovanni Maciocia – I fondamenti della medicina cinese – Edra – 2017 Terza edizione.
- Giovanni Maciocia – I canali di agopuntura – Impiego clinico dei canali secondari e degli otto canali straordinari – Edra – 2021 Ristampa
- Franco Bottalo- Rosa Brotzu – Fondamenti di medicina tradizionale cinese – Xenia Edizioni – 2018 Nona Ristampa
- Giulia Boschi – Medicina cinese, la radice e i fiori – Erga – 1997
- Giulia Boschi – Il meridiano dello stomaco – Gli insegnamenti del Maestro Jeffrey C. Yuen – Xin Shu – 2020
- Philippe Sionneau – Agopuntura – I punti essenziali – Casa Editrice Ambrosiana - 2013 Ristampa