

Dal Trattato di Agopuntura e Moxibustione di Shi Xue Min

edito da Piccin: "tecniche di dispersione e tonificazione"

Con grande piacere presento l'edizione italiana del "Trattato di Agopuntura e Moxibustione", del prof. Shi Xue Min, uno dei più eminenti e rispettati autori orientali nel campo dell'Agopuntura e della Medicina Tradizionale Cinese.

Si tratta della prima traduzione in lingua italiana di uno dei testi più importanti, e sicuramente il più conosciuto, tra quelli comunemente utilizzati nelle università cinesi. Non c'è oggi probabilmente un agopuntore in tutta la Cina che non conosca o non abbia studiato il testo del prof. Shi Xue Min e che non si sia formato nella sua pratica medica attingendo in parte o del tutto alla profonda conoscenza che l'autore ha dei testi classici ed alla sua decennale esperienza personale nel trattamento delle patologie internistiche ed in particolare di quelle neurologiche.

Il testo è diviso in due parti.

Nella prima parte vengono presentati i caratteri generali dei canali e dei punti di agopuntura, con interessanti riferimenti alla loro nomenclatura e alla storia della Medicina Tradizionale Cinese che comunemente non sono presenti nei testi occidentali. I canali ed i punti vengono poi affrontati singolarmente con dovizia di particolari, sia in riferimento alle nozioni tradizionali, sia in termini di anatomia e fisiologia moderne. Una interessante sezione è dedicata anche alle tecniche di infissione e manipolazione degli aghi.

Nella seconda parte dell'opera l'autore affronta invece il tema della clinica in agopuntura e moxibustione, analizzando le principali condizioni cliniche per le quali nella sua

esperienza la Medicina Tradizionale Cinese si è mostrata efficace ed esponendo anche una nutrita serie di casi clinici derivanti dai lunghi anni della sua pratica medica.

L'edizione italiana del testo è curata da Alfredo Vannacci e Vittorio Mascherini che hanno deciso di inserire alcune variazioni rispetto alla versione anglosassone, in particolare relativamente alla presentazione dei termini cinesi. Per una maggiore fruibilità da parte del pubblico anglosassone, nella edizione inglese erano stati tradotti tutti i termini cinesi ad eccezione di Qi. In questa edizione si è scelto invece di conservare il più possibile i termini di riferimento, spesso ben noti al lettore italiano, utilizzando la grafia in pinyin (es Jing invece di Essenza, Zheng Qi invece di Qi Corretto, Shen invece di Mente, e così via) e si è anche optato per l'utilizzo delle sigle internazionali e dei nomi in pinyin per i punti di agopuntura, piuttosto che conservare la nomenclatura adottata nella versione inglese, ma non sempre concordante con quanto previsto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità relativamente alla nomenclatura dei canali e dei punti di agopuntura (es CV invece di Ren per il Ren Mai, GV invece di Du per il Du Mai e così via). In numerose occasioni i termini cinesi sono stati comunque accompagnati al corrispettivo termine italiano, per una maggiore chiarezza e fruibilità del testo. È stato un preciso obiettivo dei curatori di cercare di rendere la traduzione del testo il più possibile consona alla tradizione dell'agopuntura italiana, rispettando nel contempo lo stile e la cultura di provenienza dell'autore.

Riportiamo qualche pagina del volume relativa alle "tecniche di tonificazione e dispersione" dei punti di agopuntura per fornire ai lettori un saggio della trattazione degli argomenti.

SEZIONE □

Tecniche di dispersione e tonificazione

Le tecniche di tonificazione e dispersione sono due differenti tecniche terapeutiche che si riferiscono a due principi diversi. Nel Perno Spirituale – I Canali (Líng Shū Jīng Mài), si afferma: *“Applica la tecnica di dispersione per le sindromi da eccesso, la tecnica di tonificazione per le sindromi da deficit, la tecnica della puntura rapida per il Calore, la tecnica degli aghi mantenuti in sede per lungo periodo per le sindromi da Freddo e la moxa per i vuoti.”* Nel Perno Spirituale – I Nove Aghi ed i Dodici Punti Yuan-Sorgente (Líng Shū Ji Zhēn Shí èr Yuán), si afferma: *“l’uso dell’agopuntura è una buona tecnica per trattare gli eccessi e i deficit.* Ne Prescrizioni da Mille pezzi d’oro (Qiān Jīn Fāng) si afferma: *“ l’uso della tecnica di tonificazione e dispersione è il primo concetto in agopuntura.”* Abbiamo quindi visto come le tecniche di tonificazione e dispersione rappresentino il nucleo della terapia con agopuntura.

La tecnica di tonificazione prevede il rinforzo del Qi vitale e ripristina le funzioni carenti dell’organismo e per il mantenimento dello stato di salute. La tecnica di dispersione prevede la rimozione dei patogeni e la riduzione di una iperfunzione del corpo per ricondurlo da un funzionamento corretto.

Nella pratica dell’agopuntura la comprensione del meccanismo e del significato del concetto di tonificazione e dispersione è fondamentale. Il terapeuta deve comprendere pienamente i principi della manipolazione degli aghi ed eseguirli efficacemente. Le tecniche comunemente applicate sono le seguenti:

1. Tecnica di base

(1) La tecnica di tonificazione e dispersione ottenuta tramite la rotazione.

Questo metodo prevede un'azione di tonificazione e dispersione usando un diverso angolo e velocità di rotazione. La tecnica di tonificazione si esegue spingendo il pollice in avanti sul manico dell'ago inducendo quindi una rotazione. Una rotazione in senso opposto determina invece un effetto disperdente. La rotazione impressa spingendo il pollice in avanti è anche detta rotazione sinistra, mentre quella in senso opposto è detta rotazione destra. Nel Ren Mai e nel Du Mai che sono localizzati sulla linea mediana si considera tonificante una rotazione centrifuga. Nell'emisoma sinistro, una rotazione in senso orario è considerata di tonificazione, mentre nell'emisoma di destra è considerata di tonificazione una rotazione in senso antiorario. Una rotazione centrifuga determina dispersione. Per i punti situati nel Ren Mai e nel Du Mai si considera di tonificazione una manipolazione di piccola ampiezza e ad alta frequenza, mentre si considera in dispersione una manipolazione con rotazione lenta e di maggiore ampiezza. Come una "una manipolazione con una piccola ampiezza e leggera sia usata per tonificare mentre una manipolazione più energica e di maggiore ampiezza sia usata per disperdere" è stata oggetto di verifica sperimentale. È stato dimostrato che la tecnica di tonificazione è tale solo quando la manipolazione prevede una ampiezza della rotazione di un angolo inferiore a 90° ed a una frequenza di 120 cicli al minuto; mentre la tecnica di dispersione si può ottenere solo con una rotazione superiore ai 180° e con una frequenza di 50-60 cicli al minuto. Queste tecniche sono state confermate dall'efficacia dimostrata in 20 anni di pratica clinica e di ricerca.

(2) Tecnica di tonificazione e di dispersione ottenuta tramite manipolazione verticale.

Questo metodo consiste in una variazione di ampiezza e velocità del movimento in verticale da applicare all'ago. Per tonificare, dopo che abbiamo ottenuto l'arrivo del Qi, dobbiamo manipolare prima in superficie poi in profondità con una spinta più pesante ed un sollevamento più leggero. Invece nella tecnica di dispersione, occorre, dopo aver ottenuto l'arrivo del Qi, manipolare prima in profondità e poi in superficie, con una spinta leggera ed un sollevamento più intenso.

(3) tecnica di tonificazione e dispersione ottenuta tramite la velocità di infissione ed estrazione. La tecnica di tonificazione, secondo questo metodo, prevede l'infissione dell'ago lentamente accompagnato da una lieve rotazione e un'estrazione dell'ago rapida. Questa tecnica è utile per tonificare il Qi dall'esterno verso l'interno. La tecnica di dispersione prevede un'inserimento rapido dell'ago con una rotazione energica e una estrazione lenta. Utile per far uscire il patogeno dall'interno verso l'esterno.

(4) tecnica di tonificazione e dispersione ottenuta secondo l'orientamento della punta dell'ago.

La tecnica di dispersione consiste nell'infissione dell'ago nella direzione opposta al decorso del canale e attraverso il trattamento dei punti nell'ordine inverso alla loro disposizione. La tecnica di tonificazione prevede il trattamento con l'inserimento dell'ago nella direzione del decorso del canale e trattando i punti secondo il loro ordine.

(5) tecnica di tonificazione e dispersione ottenuta in accordo con gli atti del respiro.

Il metodo prevede un'infissione degli aghi coordinata con gli atti del respiro del paziente. Nel dettaglio, nella

tonificazione l'infissione dell'ago deve essere sincrona con l'espiazione e l'estrazione con l'inspirazione. Viceversa nella tecnica di dispersione dove l'infissione dell'ago deve essere sincrona con l'inspirazione e l'estrazione con l'espiazione. Durante l'inspirazione l'aria entra nel torace e se l'infissione avviene in questo momento avremo che il Qi del paziente si opporrà al Qi patogeno mentre durante l'espiazione, l'aria esce, la parete addominale si rilassa e se l'estrazione dell'ago avviene in questa fase allora anche il Qi patogeno seguirà l'ago. Quando l'inserzione dell'ago avviene durante l'espiazione, avremo una tonificazione del Qi, dato che l'addome è vuoto; al contrario quando l'estrazione avviene durante l'inspirazione il Qi permane all'interno e non esce.

(6) La tecnica di tonificazione e dispersione ottenuta tramite l'apertura e al chiusura dell'agopunto.

Secondo questa tecnica avremo un'effetto di tonificazione attraverso un'estrazione rapida dell'ago e una pressione nella sede di puntura. In questo modo si blocca l'uscita del Qi. La tecnica di dispersione prevede l'estrazione dell'ago lentamente, dopo aver lievemente scosso l'ago e senza premere nella sede dell'infissione. Questo permette al Qi patogeno di uscire. Questa tecnica viene spesso unita a quella della manipolazione per formare le tecniche conosciute con il nome di "Metodo della montagna in fiamme" and "Metodo della penetrazione della freschezza celeste".

(7) La tecnica della tonificazione e della dispersione ottenuta con la manipolazione verticale e rotatoria.

I numeri pari sono considerati yin mentre i numeri dispari sono considerati yang.

Quando si vuole tonificare, il numero delle rotazioni o manipolazioni in senso verticale, deve essere di almeno nove o di un suo multiplo come 18, 27, 81 e così via. Se intendo disperdere il numero di manipolazioni dovrà essere di almeno sei volte o di un suo multiplo quali 12, 18, 36 e così via.

(8) Manipolazione in armonizzazione

Per eseguire la tecnica di armonizzazione dobbiamo praticare una manipolazione in senso verticale o in senso rotatorio con bassa ampiezza e angolazione. Dopo l'arrivo del Qi, gli aghi possono rimanere in sede o essere rimossi. La tecnica è indicata per patologie sia da eccesso che da deficit sia in patologie combinate eccesso/deficit; è indicata anche in patologia da eccesso in soggetti defedati.

(9) Puntura contro resistenza

Nel caso in cui il paziente riferisca una sintomatologia dolorosa e una limitazione funzionale importante dovuta a spasmo o a trauma, si dovrà chiedergli di assumere la posizione che maggiormente determina dolore, cercare i punti maggiormente dolorabili e pungerli. Mantenere gli aghi in sede per almeno 3 minuti e praticare la tecnica della "beccata di passero". Nello stesso momento chiedere al paziente di muovere l'arto dolente. Al momento in cui il dolore si è ridotto e un certo grado di movimento è possibile, cessare la manipolazione e estrarre gli aghi. Per esempio giunge alla nostra osservazione un paziente con una forte lombalgia, dovuta a sofferenza dei muscoli lombari, il quale non può flettere il tronco più di 40°; occorre chiedere al paziente di assumere la posizione di flessione del tronco a 40° e trattare i punti dolorabili. Durante la manipolazione chiedere al paziente di piegarsi ad arrivare a 90° fino a quando il dolore non è completamente regredito.

2. Tecniche complesse

(1) “Metodo della montagna in fiamme” e “Metodo della penetrazione della freschezza celeste” L'esecuzione della tecnica “della montagna in fiamme” prevede una preliminare divisione, in tre parti uguali, della profondità di infissione dell'ago; la porzione più superficiale detta *cielo*, quella media *uomo*, e quella profonda detta *terra*. La prima parte dell'infissione, nella porzione detta *cielo*, è caratterizzata da un'energica penetrazione e una risalita lieve; tale manovra va ripetuta nove volte; successivamente si affonda nella porzione intermedia, *uomo*; qui si ripeta la stessa manipolazione della porzione *cielo* e analogamente si procede per la porzione *terra*. Questo viene considerato un ciclo, noto anche come “muoversi tre volte in avanti ed una indietro”. La rimozione deve avvenire sfilando lentamente l'ago, e premendo sulla sede di puntura, al fine di non far uscire il Qi. Questa tecnica è la combinazione di velocità di infissione e rimozione, di manipolazione, della regola dei numeri pari e dispari e di apertura e chiusura dell'agopunto. Questa tecnica è di pura tonificazione. Molti pazienti avvertono una sensazione di calore nella sede del trattamento o in tutto il corpo. Se la sensazione di calore non è riferita dopo un ciclo, il terapeuta deve effettuare altri due o tre cicli. Ma non oltre. Dato che le costituzioni sono individuali, non è necessario che tutti avvertano le stesse sensazioni.

La tecnica detta “penetrazione della freschezza celeste” è opposta a quella della “montagna in fiamme”. Si inizia dal livello più profondo, la *terra*, con una penetrazione lieve e una risalita energica, per sei volte, per passare poi al livello *uomo*. Praticare la manipolazione per altre sei volte fino alla porzione *cielo*, anch'essa per sei volte. Questo viene considerato un ciclo, noto anche come “muoversi una volta in avanti e tre volte indietro”. L'estrazione dell'ago deve essere effettuata sfilando l'ago rapidamente senza

premere nella sede di infissione per consentire la Qi patogeno di uscire. Questa tecnica è la combinazione fra la velocità di estrazione e infissione, la manipolazione, la legge dei numeri pari e dispari e l'apertura e la chiusura dell'agopunto. È una tecnica di pura dispersione. Molti pazienti avvertono una sensazione di freddo nella sede del trattamento o in corrispondenza degli organi a cui sono correlate i punti infissi.

Il metodo della "montagna in fiamme" è una tecnica che rinforza fortemente l'energia yuan nei canali e negli organi zang-fu; tratta tutte le patologia da deficit e da freddo. Il metodo della "penetrazione della freschezza celeste" è una tecnica che calma l'iperattività dello yang Qi e purifica il Qi patogeno. Tratta le patologie da eccesso e da Calore. Per esempio per trattare il dolore da Freddo all'epigastrio possiamo applicare la tecnica della "montagna in fiamme" sul punto Zhōngwan (RN-12) per produrre calore nello Stomaco e risolvere il dolore. Per rossore, gonfiore e calore, agli occhi, dovuto a congiuntivite possiamo applicare la tecnica della "penetrazione della freschezza celeste" su Zhōngfēng (LV-4) che non solo produce una sensazione di freddo a livello della caviglia ma anche intorno agli occhi.

Così i sintomi sono trattati e la malattia è curata.

(2) La tecnica dello "Yang nascosto dentro lo Yin" e dello "Yin nascosto dentro lo Yang"

La tecnica dello "Yang nascosto dentro lo yin" consiste in un infissione superficiale, a metà della profondità possibile consentita, con applicazione della tecnica di dispersione ottenuta con manipolazione in senso verticale e l'applicazione della regola dei numeri dispari (manipolazione per nove volte) con ottenimento della sensazione di calore al di sotto dell'ago; successivamente si inserisce l'ago più profondamente

e si effettua la tecnica della dispersione con la manipolazione e con la regola dei numeri pari (manipolazione per sei volte) si ottiene una sensazione di freddo sotto l'ago. Questo è il risultato delle tecniche basilari di velocità di inserzione ed estrazione, delle tecniche di manipolazione e della regola dei numeri pari e dispari. Questo metodo è anche la combinazione sia della tecnica di tonificazione che di dispersione. Prima tonifichiamo il Qi e poi lo calmiamo. Possiamo applicare questa tecnica a patologie da Calore secondario a Freddo e da deficit primario e eccesso secondario.

“Yin nascosto dentro lo yang” consiste nella puntura, inizialmente, in profondità e poi nel portare l'ago in posizione più superficiale. Si inizia con la tecnica di dispersione in base alla velocità di infissione, alla modalità di estrazione, alla manipolazione e alla regola dei numeri (manipolazione di 6 volte o suoi multipli) con percezione di freddo al di sotto della sede di puntura. Successivamente si applica la tecnica della tonificazione seguendo sempre le regole della velocità, della manipolazione e dei numeri dispari (manipolazione per 9 volte o suoi multipli), fino ad ottenere la sensazione di calore. Questa tecnica è una combinazione delle tecniche di tonificazione e dispersione. Si applica nel caso in cui dobbiamo trattare Calore primario con Freddo secondario o un deficit secondario ad un eccesso. Per esempio, un paziente con paraplegia è soggetto ad infezioni del tratto genito-urinario per l'obbligata e prolungata posizione supina. I sintomi sono febbre e brividi. Questa condizione è un esempio di eccesso all'interno di una condizione di deficit e Freddo con secondario sviluppo di Calore. Possiamo in questo caso trattare punti come Qūchí (LI-11), Hég. (LI-4), Zhōngjǐ (RN-3) Sānyīnjiāo (SP-6) e applicare la tecnica “yang nascosto dentro lo yin”. Un altro esempio è un paziente con artrite reumatica (Sindrome Bi) che riferisce febbre, sudorazione, impaccio motorio e avversione al freddo e la Vento dopo remissione della febbre. Il paziente

tende a vestirsi pesante. Questa condizione descrive un deficit all'interno di una condizione di eccesso e Calore con secondario sviluppo di Freddo. Possiamo applicare la tecnica "yin nascosto dentro lo yang" per ridurre l'eccesso e rinforzare il Qi vitale.

(3) tecnica del "dragone che combatte la tigre"

Questa tecnica prevede l'utilizzo della regola dei numeri e della manipolazione con rotazione. Quando trattiamo, in tonificazione, i punti quali possono essere quelli dei canali yang della mano o canali yin del piede e i punti di Ren Mai, dobbiamo ruotare l'ago nove volte verso sinistra. Questo è chiamato " Dragone ". Successivamente ruotiamo l'ago verso destra 6 volte per applicare la tecnica di dispersione se vogliamo ridurre il Qi patogeno. Questa è chiamata, la "Tigre". Se trattiamo i punti dei 3 canali yin della mano e 3 canali yang del piede e Du Mai, per prima cosa ruotiamo l'ago verso destra 6 volte per ridurre il Qi patogeno e successivamente verso sinistra 9 volte per tonificare il Qi. Questo metodo di tonificazione e dispersione alternato è detto "Dragone che combatte la Tigre". Questo metodo può regolare il Qi del livello nutritivo-Ying e del livello difensivo-Wei e liberare i canali. E' molto efficace nel ridurre il dolore.

(4) La tecnica "Il Dragone verde muove la sua coda "

Questa tecnica prevede l'associazione di un movimento e di rotazione, dell'ago, un numero pari o un numero dispari di volte. Dopo aver apprezzato l'arrivo del Qi, occorre dirigere l'ago nella direzione della patologia, formando un angolo di 45° con la superficie del corpo, muovendo l'ago lentamente e in direzione orizzontale con il pollice e l'indice destro. Durante la manovra non bisogna ruotare l'ago, né imprimere movimenti secondo l'asse maggiore. L'operazione di

orientamento dell'ago deve essere effettuata 9, 18 o 27 volte e successivamente mantenere l'ago in sede. Questa tecnica spinge il Qi verso la zona malata e rinforza i risultati terapeutici.

(5) La tecnica “ la tigre bianca scuote la testa “

Questa tecnica prevede la combinazione della tecnica di direzionamento dell'ago con regola dei numeri pari e dispari. Dopo aver apprezzato l'arrivo del Qi, manipolare lievemente l'ago con il pollice e l'indice destro, lievemente più rapido rispetto alla tecnica del “Il Dragone verde agita la sua coda”. questa tecnica è una combinazione della tecnica di vibrazione e di direzionamento dell'ago con un numero pari o dispari di ripetizioni. Far oscillare l'ago 6, 12, o 18 volte. Premere quindi l'area al di sotto dell'ago con il pollice sinistro al fine di indirizzare la sensazione verso l'alto. Premere quindi l'area al di sopra dell'ago per indirizzare la sensazione verso il basso. Mantenere l'ago in sede per un certo tempo e durante l'estrazione agitare l'ago lentamente. Questo metodo trova indicazione in quanto regolarizza il flusso del Qi e tratta le convulsioni e arresta il dolore.

(6) La tecnica di tonificazione e dispersione che causa la sensazione di calore o freddo.

Questa tecnica è la versione semplificata della “montagna in fiamme” e della “penetrazione della freschezza celeste”. Si compone di una singola manipolazione in verticale e in rotazione in accordo con gli atti del respiro del paziente. Dopo aver apprezzato l'arrivo del Qi, spingere l'ago 0.2-0.3 cun e ruotare l'ago in direzione oraria dalle 3 alle 5 volte, contemporaneamente chiedere la paziente di espirare e ripetere questa operazione 2-3 volte. Il paziente potrebbe avvertire calore nella sede di infissione o all'arto corrispondente. Se

ciò non dovesse accadere, il terapeuta può far penetrare nuovamente l'ago e ripetere l'operazione fino a quando non viene riferita la sensazione di calore. Questa tecnica è conosciuta come il metodo di riscaldamento e tonificazione. Per indurre freddo e disperdere, la manipolazione deve essere effettuata in direzione opposta rispetto alla precedente. Dopo aver apprezzato l'arrivo del Qi, far risalire l'ago a 0.2-0.3 cun dalla superficie, ruotare l'ago in direzione antioraria dalle 3 alle 5 volte durante l'inspirazione del paziente e comparirà la sensazione di freddo. Le possibilità di indurre la sensazione di calore o freddo oscillano fra il 60% e il 70%.

La sensazione di calore è più facile da indurre rispetto a quella di freddo. La percentuale di successo dipende dal livello di abilità del medico. Le indicazioni all'uso di questa tecnica sono le stesse della tecnica della "montagna in fiamme" e della "penetrazione della freschezza celeste".