Le ombre di Querciabella

Adolfo Leoni*

Il bambino alzò il braccio a mezz’aria con la mano aperta e le dita verso l’alto. Poi, pian piano chiuse il palmo e lo riaprì. Più volte, più volte, ritmicamente. Come se stesse salutando persone conosciute.

Il padre girò il volto là dove il piccolo guardava. Non vide anima viva. Solo la grande quercia si stagliava dinanzi a loro, imponente e scheletrica. Abbandonata. Non aveva più un fiore che l’addolcisse, né una foglia che adornasse i rami secchi. Da anni, ormai, era un albero senza vita che protendeva al cielo le sue braccia esangui e mozzate. I giovani del luogo non si erano però rassegnati a quella morte. Così, la quercia era stata avviluppata con decine di nastri colorati che spiccavano sul grigio spento della sua corteccia antica. Un gesto semplice di chi avrebbe voluto vedere quella grande pianta ancora viva. Una testimonianza d’amore per quell’albero secolare.

In primavera, ed ancor più in estate, quando Querciabella era ancora florida e prospera, i ragazzi di Belmonte, di Montegiorgio, di Falerone, delle Piane la raggiungevano a piccoli gruppi. Sotto quell’ampia chioma verde sostavano a lungo per le loro merende, oppure vi riparavano dopo un tonificante bagno nel Tenna. E ogni volta, prima di lasciarla, l’abbracciavano prendendosi per mano, facendo catena umana. Riuscivano a cingerla solo se erano in sette, addirittura in otto. In meno non sarebbero riusciti.

Da secoli, Querciabella vigilava il quadrivio. Sorvegliava i viandanti e li rifocillava con la sua ombra. Se avesse avuto un viso umano, avrebbe sorriso ai falciatori e alle loro donne che, d’estate, montati sui grandi carri agricoli, risalivano il fiume per la mietitura in montagna. Ascoltava silenziosa le

loro canzoni spensierate, cantate con serenità e vigore sul fare del mattino. Guardava, la quercia, i bambini di campagna che le passavano davanti ogni mattina per recarsi a scuola, e i drappelli di persone che di buon'ora si dirigevano per la messa a villa Fontebella.

Nella graziosa chiesetta adiacente alla maestosa villa dei conti, nel giorno di festa si ritrovavano fianco a fianco nobili e popolani. Spesso, carovane di zingari sostavano in quei luoghi. Era allora che le nenie dei figli del vento si spandevano per la valle.

Di tanti matrimoni, di tante feste popolari, di tanti balli tradizionali l'albero era stato testimone. Anche della morte, però, l'immensa quercia restava muta spettatrice. Come quando la quercia sorella era stata abbattuta.

Su quella piana, poi, secoli prima era stata combattuta una battaglia sanguinosa, una delle più feroci del Rinascimento. Le milizie dell'Euffreducci s'erano scontrate con quelle del vescovo Bonafede. A centinaia erano caduti gli uomini con la testa fracassata dai colpi di bombarda, con il petto squarciato dalle pesanti spade, calpestati dagli zoccoli dei cavalli al galoppo. E Querciabella si domandava il perché di tanto strazio. Qualche secolo più tardi, le truppe giacobine s'erano riposate sotto quelle fronde prima dell'attacco a Castel Clementino che avrebbe portato all'uccisione del giovane Navarra e alla strage dell'ignara popolazione.

L'altezza di Querciabella, inoltre, le aveva dato la possibilità di vedere lontano, verso il Tenna. In quelle acque cercate per refrigerio, in tanti erano scomparsi tra i flutti. Buche sconosciute, mulinelli improvvisi avevano rubato i corpi di giovani e di adulti. Più tardi e più avanti il fiume avrebbe restituito cadaveri gonfi e rigidi in un gesto che sembrava imprecare contro una fine ingiusta.

Ma non solo le guerre e le acque avevano fatto le loro

vittime. Anche la strada aveva preteso le sue. E in numero sempre maggiore. Prima, uomini stritolati dalle ruote dei carri; poi, con la modernità, l'inferno delle lamiere d'auto contorte nello scontro a velocità pazzesche.

Il bambino non sapeva tutto ciò. La vita gli regalava ancora qualche anno di spensieratezza.

Ora salutava con la mano quella quercia maestosa. Ma non solo essa. Ai piedi dell'albero, seduti uno accanto all'altro e sorridenti, erano in molti a rispondere al suo saluto. Paolo e Luigi, Aurelio e Mario, Antonia, Maria, Duilio…

Le Ombre guardavano in silenzio la strada e i passanti. Nessuno notava quelle presenze. Solo i bambini, ancora dal cuore stupito, potevano vedere. E salutare. Non per un addio. Per un a Dio.

Novità sull'Astragalo: gli effetti terapeutici dell'Astragaloside IV secondo le ultime ricerche

Emanuela Naticchi*

L'astragalo è chiamato **huang qi** in Cina, dove viene considerato un medicinale molto potente poiché in grado di fortificare il *qi*, termine che indica la forza vitale, il vigore fisico e la capacità di affrontare le malattie, lo stress fisico e psicologico.

L’astragalo è la radice essiccata di *Astragalus membranaceus*, una pianta erbacea perenne che viene impiegata in medicina tradizionale cinese come tonico, per aumentare la vitalità, contrastare l’affaticamento, lo stress fisico e combattere numerose malattie, quali influenza, insufficienza respiratoria, cardiopatie, diabete e cancro.

La droga ha forma cilindrica, una lunghezza compresa tra i 30 e i 90 cm, un diametro di 1-3,5 cm e ha sapore dolciastro. La radice può essere utilizzata sia fresca che trattata con miele.

I principali componenti dell’astragalo sono: polisaccaridi (astragalani I-IV), saponine triterpeniche (astragalosidi I-VII), soiasaponine e flavonoidi (isoflavoni, isoflavani e pterocarpani). Sono state identificati più di 40 costituenti del fitocomplesso dell’astragalo, di cui l’astragaloside IV rappresenta il componente principale. L’astragaloside IV viene utilizzato come composto marker per il controllo di qualità delle formulazioni cinesi contenenti astragalo. Inoltre è considerato il principio attivo fondamentale responsabile degli effetti benefici della radice di astragalo.

L’astragaloside IV o 3-O-beta-D-xylopyranosyl-6-O-beta-D-glucopyranosylcycloastragenolo, è un glucoside triterpenico cicloalcano, avente formula chimica C14H68O14.

L’astragaloside IV presenta, dopo somministrazione orale, una lenta biodisponibilità che è correlata al suo alto peso molecolare e ad una bassa solubilità nei grassi.

Studi farmacologici hanno evidenziato che l’astragaloside IV possiede molte importanti attività, quali cardioprotettiva, epatoprotettiva, neuroprotettiva, antinfiammatoria e immunoregolatoria.

Studi sperimentali hanno ampiamente evidenziato un'azione protettiva sul sistema cardiovascolare dell'astragaloside IV. In vivo, esperimenti condotti sugli animali hanno dimostrato un'attività profilattica sul danno miocardico e l'ipertrofia cardiaca indotta da isoproterenolo. L'astragaloside IV è in grado di aumentare il flusso coronarico e ridurre la severità dell'infarto miocardico dopo occlusione coronarica e di incrementare il contenuto e l'attività dell'enzima superossidodismutasi (SOD) nel citoplasma. Esercita un'azione calcio-antagonista in quanto blocca l'ingresso di calcio e il rilascio intracellulare di calcio quando questo risulta aumentato a causa dell'ipossia e dell'ischemia e migliora l'attività della pompa del calcio della membrana plasmatica eritrocitaria. È stato anche confermato che l'astragaloside IV inibisce l'apoptosi delle cellule miocardiche colpite da danno ossidativo e delle cellule epiteliali tubulari renali dopo un severo danno renale, in quanto riduce l'espressione delle proteine pro-apoptotiche Bax e Caspasi-3 mentre aumenta l'espressione della proteina anti-apoptotica Bcl-2.

In conclusione, il meccanismo attraverso cui l'astragaloside IV è in grado di ridurre i danni al miocardio è riconducibile alla sua azione di regolazione dell'omeostasi di calcio, antiapoptosi e antiossidante.

Un aspetto singolare è quello relativo agli effetti dell'astragaloside IV sul metabolismo del collagene; infatti, se da una parte esercita un'azione protettiva dai danni da fotoinvecchiamento causati dall'azione lesiva dei raggi ultravioletti sulle cellule della pelle, promuovendo la proliferazione dei fibroblasti e prevenendo la degradazione del collagene, al contrario è anche in grado di contrastare la deposizione di collagene e di intervenire sullo sviluppo delle fibrosi di organo ad esempio in cuore, polmoni, fegato e reni. Lo stress ossidativo è stato correlato con le fibrosi d'organo, in particolare quella epatica.

Recenti studi hanno dimostrato che l'astragaloside IV è in

grado di sopprimere la produzione di collagene mediata dall'attivazione delle cellule stellate epatiche. Tale secrezione di collagene è responsabile della fibrosi epatica e può portare alla cirrosi epatica. Il potenziale effetto antifibrotico dell'astragaloside IV è riconducibile alla sua attività di "scavenger" di specie reattive dell'ossigeno e di riduzione della perossidazione lipidica, inoltre può elevare i livelli di glutatione cellulare per stimolazione dell'espressione del gene Nrf2.

L'astragaloside IV è ampiamente conosciuto per i suoi effetti immunomodulatori e viene utilizzato da tempo nella cura del cancro, anche in virtù dei suoi scarsi effetti collaterali. L'astragaloside IV va ad aumentare l'espressione del MHC, o complesso maggiore di istocompatibilità, e delle molecole di costimolazione presenti sulla membrana delle cellule dendritiche (DCs), può potenziare l'attività antitumorale di interleuchina 2 e 6, attivare i linfociti T e le cellule NK. Ulteriori studi hanno evidenziato un aumento dei livelli di interferone-r, la riduzione dell'espressione del fattore di crescita trasformante beta (TGF-β) e della linfoproteina timica stromale (TSLP).

Bibliografia

Capasso F, Grandolini G, Izzo A., *Fitoterapia. Impiego razionale delle droghe vegetali*, Springher 2006.

Castleman M. *Le erbe curative*, Tecniche Nuove, 2007.

L. Sotte, M. Muccioli, L. Pippa, M. Piastrelloni, P. Quaia, E. Naticchi, A. Vannacci. F*armacologia*

cinese, CEA, Milano, 2010.

Li X, Wang X, Han C, Wang X, Xing G, Zhou L, Li G, Niu Y. *Astragaloside IV suppresses collagen production of activated*

hepatic stellate cells via oxidative stress-mediated p38 MAPK pathway. Free Radic Biol Med. 2013 Jul;60:168-76.

Shang L, Qu Z, Sun L, Wang Y, Liu F, Wang S, Gao H, Jiang F. *Astragaloside IV inhibits adenovirus replication and apoptosis in A549 cells in vitro*. J Pharm Pharmacol. 2011 May. 63(5):688-94.

S Ren, H Zhang, YP Mu, MY Sun, P Liu *Pharmacological effects of Astragaloside IV: a literature review*. J Tradit Chin Med 2013 June 15; 33 (3): 413-416.

Zhao J, Yang P, Li F, Tao L, Ding H, Rui Y, Cao Z, Zhang W. *Therapeutic effects of astragaloside IV on myocardial injuries: multi-target identification and network analysis*. PLoS One. 2012;7(9):e44938.

I Ching e medicina tradizionale cinese: parte terza I Ching ed agopuntura

Alessandro Mazzocchi*

Come già accennato, sia l'I *Ching* che la Medicina Cinese sono

basati sulla filosofia duale dello yin e dello yang, quindi è lecito mettere in relazione questi due campi di conoscenza anche in epoca moderna. L'*I Ching*, infatti, si presta a simboleggiare i concetti della medicina cinese, poiché entrambi sono basati sulla stessa visione: la descrizione binaria della realtà. I due noti diagrammi, ossia quello di *Fu Xi* (o del Cielo anteriore) e quello di *Re Wen* (o del Cielo posteriore), sono di fondamentale importanza nello studio delle fondamenta dell'agopuntura. Nella figura che segue, i due diagrammi sono schematizzati in unico quadro come proposto da Lama Anagarika Govinda nel suo studio sulla struttura dell'*I Ching* (il cerchio esterno è l'ordine temporale del *Re Wen*, il cerchio interno è l'ordine astratto di *Fu Xi*, i segmenti interni a questo rappresentano le possibili trasformazioni):

La sequenza del Cielo anteriore è precedente la comparsa dell'uomo sulla terra ed esprime una perfetta armonia senza una reale ciclicità: il Cielo, massimo Yang, e la Terra, massimo Yin, si trovano agli antipodi e non c'è reale movimento. L'Uno primordiale si è scisso nei suoi costituenti basilari. La sequenza del Cielo posteriore è ciclica ed è in stretta relazione con la legge dei 5 elementi e quindi anche con i meridiani, con gli organi *Zang* e i visceri *Fu*. Notare che nel diagramma di *Re Wen*, Cielo e Terra non si trovano più in opposizione, ma entrano in un ciclo a periodicità annuale scandito dal susseguirsi delle stagioni, che comincia con la Primavera-Legno e finisce con l'Inverno-Acqua, mentre la Terra viene a rappresentare un periodo di transizione. Mentre *Fu Xi* parte dai principi del Cielo e della Terra – ossia dalle due componenti primordiali del creato – e ne fa gli assi principali del suo sistema, il *Re Wen*, più interessato all'uomo, al tempo e alle faccende terrene, costruisce attorno all'asse Fuoco e Acqua – le due principali forze terrene – il suo sistema. La disposizione di *Re Wen* dà importanza alla successione dei segni *Gua* nel tempo più che alla staticità degli opposti. Diventano quindi molto stretti i rapporti con

la legge dei 5 elementi: i 5 elementi non sono forze immote, bensì principi dinamici in azione reciproca (*Wu Hsin*g: agire). La prima descrizione della legge dei Cinque elementi si trova nell'*Hong Fan* (Grande Regola), la cui data di origine è controversa (400-500 a.C.?), comunque lo troviamo inserito nel *Chou Ching*, uno dei libri canonici di Confucio. Fra l'altro, la settima rubrica dell'*Hong Fan* accenna alla divinazione con gli steli di Achillea (*achilleomanzia*). Va sottolineata una discrepanza fra il sistema del saggio *Re Wen* e la legge dei Cinque Elementi, evidenziata anche da Lama Anagarika Govinda: a fronte dei 5 elementi, i trigrammi sono otto. Per ovviare a questo problema, successivi commentari hanno diviso in due classi i trigrammi originali, quelli con significato di principi universali, come Cielo-*Kian* e Terra-*Kun*, e quelli assimilabili ad elementi materiali (il Monte-*Gen* diventa, per esempio, l'aspetto più materiale della Terra). Yang Li, nel suo testo, insiste a lungo sugli stretti rapporti fra *I Ching* e l'agopuntura. Del resto, esiste una Scuola medica, che utilizza proprio i trigrammi e gli esagrammi del Libro dei Mutamenti per impostare la diagnosi ed un protocollo terapeutico. Tale metodica, conosciuta come *I Ching* acupuncture (altrimenti nota come Balance Method), è stata elaborata da un celebre maestro di agopuntura – Chao Chen – ed è stata divulgata dal figlio Yu Chen e da David Twicken negli Stati Uniti e in Occidente. Simile, almeno nelle sue implicazioni teoriche oltre che nelle applicazioni pratiche (ad es.: terapia delle sindromi dolorose), è il metodo perfezionato da Richard Tan in California. Lo stesso Chao Chen ricorda nei suoi scritti le parole di Sun Si-Miao, Maestro di medicina della dinastia *Tang* (618-907): "*Senza studiare l'I Ching non è assolutamente possibile capire la Medicina*". Va detto, a titolo di esempio, che la celebre tecnica di armonizzazione dei punti (Twelve channel-taking Stem method), nota agli agopuntori, è la semplificazione ultima, attraverso qualche scorciatoia teorica, di tale metodica. Il bilanciamento destra-sinistra (es: 4GI e 3F), avanti-dietro (*Shu-Mu*), yin-yang (4Rt,36E; 3F,34VB; 6MC,6TR; 63V,6F) e

l’accoppiamento dei punti *Luo-Yuan* il punto *Luo* del meridiano sano e il punto *Yuan* del meridiano malato) e la tecnica mezzogiorno-mezzanotte *Na-Zi* (Middnight-Noon Ebb-flow), sono tutti esempi del cosiddetto *Balance Method*. In quest’ultimo, si utilizzano gli otto trigrammi disposti in uno schema ottagonale con le relative corrispondenze e analogie, così come avviene, in base al pensiero correlativo taoista, nella Legge dei 5 movimenti o “fasi”. Yang Li esemplifica la correlazione fra i trigrammi e alcuni agopunti utilizzati nella tecnica detta “Eight Magic Tourtle”: *Ken* corrispone a *Shenmai*; *Kun* a *Zhaohai*; *Zhen* a *Waiguan*; *Xun* a *Linqi*; *Qian* a *Gongsun*; *Dui* a *Houxi*; *Gen* a *Neiguan* e *Li* a *Lieque*. Per un approfondimento si rimanda al manuale di Yang Li e alle monografie degli autori citati. Altre metodiche invece utilizzano i 64 esagrammi dell’*I Ching*, secondo tecniche che consentono di affinare la diagnosi e di scegliere i punti da trattare con agopuntura. Il Dottor Twicken, per esempio, ha sviluppato una metodica, che nella sua forma originaria risale alla dinastia *Song* (960-1127) e rappresenta un’evoluzione di altre tecniche divinatorie più antiche basate sulla numerologia (due lavori basilari sulla numerologia sono quelli di Alfred Huang e di Da Liu). In breve, si individua il canale coinvolto nell’affezione dolorosa e si raffrontano l’esagramma corrispondente, risultante da specifiche tabelle di simboli elaborate da Maestri del passato, con l’esagramma cosiddetto favorevole, ricavato dallo studio dell’agopuntura taoista e quindi delle versioni taoiste dell’*I Ching*. Esaminando poi le linee differenti dei due esagrammi, si trattano gli agopunti distali corrispondenti alle linee divergenti e contro lateralmente per ottenere il tradizionale bilanciamento Yin/Yang. In quest’ultima metodica, appena accennata, sembrano convergere e trovare un loro equilibrio antiche pratiche taoiste e tecniche più moderne di agopuntura.

In conclusione, si è cercato di evidenziare, in questo

articolo, l'importanza dell'*I Ching* nella Medicina Tradizionale, anche perché, a fronte di ciò, il suo studio non costituisce parte integrante dei principali programmi didattici di Agopuntura e Medicina cinese. Questi ultimi, come è giusto che sia, dedicano grande attenzione allo *Huang Di Nei Jing*, o Classico di Medicina Interna dell'Imperatore Giallo, compilato nella sua stesura definitiva durante il periodo degli Stati Belligeranti (475-221 a.C.), di importanza uguale al *Corpus Ippocraticum* in Occidente, ma rispetto a questo, ancora indispensabile testo di consultazione per gli agopuntori.

Pur tuttavia, come si è cercato di evidenziare precedentemente, l'importanza del Libro dei Mutamenti è addirittura duplice: un primo aspetto riguarda infatti la divinazione medica, che ha una tradizione antichissima risalente alle tre antiche dinastie *sandai (al periodo Zhou, in particolare).* D'altra parte, i moderni modelli estrapolati dalla fisica quantistica hanno avvalorato la teoria della Sincronicità, elaborata a metà del '900 da Pauli e Jung, con la quale i due scienziati cercarono di fornire una spiegazione fisica dei cosiddetti eventi paralleli (o sincronici) percepibili attraverso la "visione remota" al di là del tempo e dello spazio; secondo aspetto da sottolineare è che, a prescindere dalla divinazione medica, completamente avulsa dal nostro paradigma, ma di grande rilevanza storico-mitologica, l'*I Ching* costituisce forse l'opera più completa e importante sullo studio dello Yin e dello Yang e rappresenta il *fundamentum* della Medicina Tradizionale. Come abbiamo accennato nell'ultima parte del lavoro, esso diventa la base teorica e filosofica per taluni metodi di diagnosi e di terapia in Agopuntura (*I Ching* acupuncture). Del dettaglio di quest'ultima, per ragioni ovvie e di spazio, ci si potrà occupare più compiutamente solo in un altro momento.

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

Yang Li. (1998) Book of Change and Traditional Chinese Medicine. Beijing Science and Technology Press;

Tan Fu. (2003) *Dr.Tan's* Strategy of Twelve Magical Points. (2003) Richard The-Fu Tan, O.M.D., L.Ac. San Diego, California;

David Twiken, Chao Chen, Yu Chen (2006) I Ching Acupuncture, the balance method, clinical applications of the Ba Gua & I Ching. Dr. David Twiken. DOM, L.Ac. Los Angeles, Ca.;

Carlos-Augusto Gonzales-Correa. Toward a Binary Interpretation of Acupuncture Theory: principles and practical consequences. The Journal of Alternative and Complementary Medicine. Volume 10, Number 3, 2004, pp. 573-579.;

Miki Shima (1993) The Medical I Ching Di The Medical I Ching: Oracle of the Healer Within Pubblicato da Blue Poppy Enterprises, Inc.;

Carl G. Jung. (1976) La sincronicità. Biblioteca Bollati Boringhieri. Torino;

David Peat (1987) Synchronicity: The Bridge Between Matter and Mind. Bantam ed;

Massimo Teodorani. (2003) Sincronicità. Macro Edizioni;

Ervin Laszlo. (2009) Science and the Akashic Field. An Integral Theory of Everything. Inner Traditions;

Bozza Edi. (1992), Miti della Cina arcaica, Mondadori, Milano;

J.A.G Roberts (2006), Storia dell’antica Cina. Newton Compton editore, Roma;

Pino Ferroni (2008), I tredici demoni, dalla medicina sciamanica all’agopuntura. L’Altare del sole Editrice, Parma;

Li Yan. (2004) I KING illustrato. Luni Editrice, Milano;

Da Liu (1979) I King e la numerologia. Astrolabio, Roma;

Michel Vinogradoff (2006) L’esprit de l’aiguille. L’apport du Yi Jing à la pratique de l’acupuncture. Spriger-Verlag France, Paris;

Rao Ramakrishna (1967) Parapsicologia sperimentale. Astrolabio editore, Roma;

Richard Wilhelm, a cura di. (1995) I KING. Il libro dei mutamenti. Astrolabio-Ubaldini editore, Roma;

Alfred Huang (2000) The Numerology of the I Ching: A Sourcebook of Symbols, Structures, and traditional windson. Inner Tradition International;

Lama Anagarika Govinda. (1998) La struttura interna dell’I King. Astrolabio-Ubaldini editore,

Roma.

Alessandro Mazzocchi Agopuntura e paradigmi scientifici. Rivista Italiana di Medicina Tradizionale Cinese numero 112 (2) aprile-giugno 2008, pp. 30-35.

Profilassi pediatrica antivaiolosa e medicina tradizionale cinese

Carlo Moiraghi*

Riassunto

Già almeno un secolo prima dell'introduzione della vaccinazione contro il vaiolo in Occidente, la medicina tradizionale cinese praticava una precisa profilassi infantile antivaiolosa mediante inoculazione del vaiolo attraverso le vie respiratorie. A riguardo viene presentata la traduzione di un antico breve testo. Gli attuali timori circa possibili utilizzi di armi biologiche in eventuali futuri attentati e guerre riportano questi temi d'attualità.

Abstract

Almost one hundred years before introduction in west of vaccination against smallpox, traditional chinese medicine used an accurate prophylaxis against smallpox, by inoculation of smallpox by respiratory organs. About it an antique short chinese book is translated. Current fears about any uses of biological weapons in possible future terrorist attacks and wears bring back these arguments to our actuality.

Parole chiave

Padre D'Entrecolles, profilassi infantile antivaiolosa tradizionale cinese, *Tchung-teou-kan-fa,* Metodiche da osservare per "seminare" il vaiolo, vaccino antivaioloso, Voltaire.

Keywords

Father D'Entrecolles, Traditional chinese pediatric prophylaxis against smallpox, *Tchung-teou-kan-fa,* Methodology for practise prophylaxis against smallpox, vaccination against smallpox, Voltaire.

Di recente il vaiolo, oggi relegato nel passato, si è riaffacciato, al pari di vari altri morbi e sostanze tossiche, quale rischio futuro per l'umanità, affiorando nei possibili scenari di attentati e guerre di questo avvio di terzo millennio, quale arma biologica dal dirompente potenziale letale. A motivo di questo allarme si ripreso la produzione di vaccini antivaiolosi e si sono approntate linee d'emergenza atte alla massiva produzione di antidoti in caso di eventuali attacchi batteriologici. Sotto questo profilo questa relazione si pone quale contributo della millenaria tradizione medica cinese ad indirizzare la medicina moderna verso indagini e ricerche volte ad individuare possibili evoluzioni delle proprie attuali metodiche vaccinatorie, nella certezza che, ripercorrendo le passate esperienze dell'arte della cura alla luce delle moderne capacità e conoscenze scientifiche si possa al meglio realizzare la medicina dell'oggi e del domani. Dalla triste attualità del rischio vaiolo deriva dunque il primo interesse di questa relazione, dedicata ad illustrare le particolari modalità della profilassi antivaiolosa tradizionale cinese, prima fra queste la sua via di inoculazione, che era infatti inalatoria, a differenza della moderna vaccinazione antivaiolosa attuata per via parenterale. Si colga bene la peculiarità della modalità di somministrazione cinese. Considerando infatti la familiarità della medicina gialla con la puntura e la cauterizzazione del corpo, viene da ritenere che la via respiratoria quale metodica di inoculazione del vaiolo, "semina" per dirla alla cinese, non derivi da approssimazione o da casualità, ma sia piuttosto scelta considerata la più adatta ed utile. È per altro vero che la medicina moderna ha più volte tentato la via

inalatoria per somministrazioni vaccinali e che i risultati sono parsi parziali, resta però che della via parenterale può non essere stata appieno compresa e valutata la violenza e l'insulto per l'organismo. Fonte di questa relazione è principalmente una lettera, qui presentata in stralci, scritta da Padre D'Entrecolles, missionario in Cina nella prima metà del diciottesimo secolo. Il gesuita la invia in Occidente ad un suo confratello della Compagnia di Gesù. La lettera è pubblicata in *Lettere edificanti e curiose di missionari gesuiti in Cina,* Guanda 1993 Milano. Per la licenza di citazione si ringrazia la Casa Editrice. Queste lettere di Padri gesuiti, e più in generale le missive di tanti missionari cristiani, precisi carteggi che oggi riposano anonimi nelle biblioteche, contengono la più vasta documentazione sulla viva cultura cinese, arte, scienza e vita vissuta e testimoniano la portata del tentativo di evangelizzare il continente giallo, sforzo grandioso e composito, certo forgiato in contrasti e contraddizioni, ma anche quotidiana pratica di fertile confronto, mediazione e scambio, umano, intellettuale, culturale e scientifico, tra Oriente e Occidente. Raggiunta l'Europa in tempo reale, questi precisi resoconti dei Padri gesuiti, unici per la puntualità e la varietà delle informazioni circa la cultura dell'altra metà del mondo, hanno incontrato il più grande successo fra i lettori occidentali, contando fra questi gli intellettuali, gli eruditi, i filosofi, delle epoche successive, e collaborando a diffondere conoscenza e fraternità e tolleranza e amore nell'umanità. Da rilevare ancora la puntualità scientifica con cui Padre d'Entrecolles presenta la profilassi antivaiolosa cinese, su cui in precedenza si era a lungo documentato. Emergono in ogni riga il rispetto e la stima con cui il gesuita tratta la cultura e la medicina cinese. Il Padre precisa per altro come il metodo cinese gli risulti anteriore almeno di un secolo al metodo vaccino che egli riferisce essere stato dapprima praticato a Costantinopoli e che in seguito da lì era approdato in Inghilterra verso il 1720. Al fine di una completa e imparziale visione

scientifica, la profilassi antivaiolosa cinese è introdotta nella lettera secondo tre metodiche tradizionali, per la più parte fra loro simili. La presente relazione congressuale riporta solo la terza metodica, ove a riguardo è compreso un breve ma puntuale testo cinese di cui il Padre era venuto in possesso, il *Tchung-teou-kan-fa, Metodiche da osservare per seminare il vaiolo.* Per ulteriori informazioni si rimanda alla bibliografia. Quelli che seguono sono stralci della lettera di Padre d'Entrecolles.

"Pechino, addì il maggio1726. Da Padre D'Entrecolles, missionario della Compagnia di Gesù, al reverendo Padre du Halde, della stessa Compagnia.

Mio reverendo Padre, la pace di Nostro Signore. Avendo letto da poco le memorie di Trévoux dell'anno 1724, mi sono imbattuto nell'estratto di una lettera del signor de la Coste nella quale parla dell'innesto o inoculazione del vaiolo, e mi sono rammentato di aver letto qualcosa di somigliante in un libro cinese. Ciò mi ha spinto a trascriverne il testo e a cercare altrove dei particolari in grado di accontentare le persone curiose su di un'operazione la cui novità ha colpito le menti e diviso le opinioni. Sorprende non poco il vedere che un metodo circa simile a quello giunto da Costantinopoli in Inghilterra sia utilizzato in Cina da un secolo. (…) Il nome cinese che si dà qui a questo metodo non sarebbe tradotto molto fedelmente con i termini *innesto* o *inoculazione.* A parlare con esattezza, occorrerebbe chiamarlo semente del vaiolo, oppure modo di seminarlo, *tchungteou,* essendo *tchung* seminare, e *teou* il vaiolo. Quest'ultimo termine, senza alcuna differenza per la pronuncia, significa anche *pisello mangereccio.* Il carattere è quasi lo stesso, al punto che vi è stato aggiunto a fianco il carattere che significa malattia. Sono dell'avviso che i cinesi, nel dare il nome di *teou* a questa malattia, hanno tenuto da conto la manifestazione del vaiolo, le cui pustole appaiono sulla pelle sotto forma di piccoli piselli. Si vedrà

nel seguito di questa lettera che le narici sono come i solchi entro i quali si getta il seme del vaiolo. L'uso del tabacco in polvere preso attraverso il naso è troppo recente in Cina, e anche a corte, per attribuirgli questo modo, molto più antico e universale, di attirare con il naso la semente del vaiolo. Bisogna che qualcuno abbia notato in questa parte del corpo umano una qualche connessione con il fine della cura. Forse qualcuno si è accorto che uno dei principali sintomi del vaiolo è il violento prurito che i fanciulli asseriscono di sentire al naso, e avrà pensato che il luogo in cui esso comincia a mostrarsi sia il più adatto a porvi la sua semenza. (…) Giacché sapevo che, nonostante i pregiudizi correnti contro le nuove scoperte e contro le antiche che vengono rinnovate, l'arte di seminare il vaiolo era in voga, ma era un segreto da non divulgare, feci di tutto per procurarmi conoscenze certe, non fu facile. Oltre ai regali che dovetti fare, mi fecero promettere di non divulgare mai in Cina quanto mi avrebbero insegnato a favore dell'Europa. Era necessario avere sull'argomento le diverse ricette di luoghi disparati per confrontarle e vedere in cosa concordassero, dato che le metodiche sono spesso diverse, e per ciò stesso diventano istruttive. Le tre ricette che sto per riportare mi sono state comunicate da medici di palazzo; in verità non da quelli che hanno più alta reputazione, ma da altri che servono a corte e i cui emolumenti non sono altrettanto considerevoli. (…) Ottenere l'ultima ricetta mi è costato molto di più. Mi è stata fornita sotto forma di piccolo manoscritto, suddiviso in piccoli articoli.

Il titolo è *Tchung-teou-kan-fa, Metodiche da osservare per seminare il vaiolo:*

1. Occorre che il fanciullo al quale si vuol inoculare il vaiolo sia sano, robusto ed esente da ogni malattia.

1. *1. Ci si assicuri che la sutura sagittale, sin muen, sia perfettamente riunita e chiusa. Questo perché non si deve assolutamente procurare il vaiolo a fanciulli che*

abbiano meno di tre anni; ed è un'esperienza che non si può fare più quando hanno oltrepassato i sette.

2. *2. Occorre che il fanciullo sia esente da infermità interne e abituali; che non abbia in parte alcuna del corpo scabbia, apostemi, dermatosi a squama, e nemmeno leggeri fermenti del sangue e infine che il suo ventre non sia troppo libero.*
3. *3. Occorre astenersi dal seminare il vaiolo quando il fanciullo guarda spesso di sbieco, come se fosse guercio; quando ha l'orecchio duro o peggio ancora se è sordo, quando ha il naso chiuso o se orina con difficoltà.*
4. *4. Sarebbe un tentativo inutile se il fanciullo avesse grandi occhi sprovvisti di caroncula, che è situata nell'angolo dell'occhio, o se ha l'hircus, la parte superiore dell'orecchio, a forma di punta, e non arrotondato come nella maggior parte degli uomini.*
5. *La stagione dei grandi calori o dei freddi eccessivi è contraria a questa operazione; lo stesso dicasi se regnano malattie o se il cielo è irregolare; e se è troppo secco, troppo umido, troppo coperto. Quando si vedrà che il fanciullo è nello stato adatto, occorre prepararlo con una pozione necessaria a dissipare la malignità o a purificare il sangue e gli umori del corpo. Solo dieci o undici giorni dopo la somministrazione di questi rimedi si seminerà il vaiolo. Quella che segue è la composizione del rimedio. Si prendano dei piselli rossi, dei piselli neri, dei piselli verdi e della glicirriza frantumata e spezzettata, un'oncia di peso per ogni ingrediente, e si riduca tutto in una polvere molto fine che va messa in una canna di bambù (può servire anche il sambuco) dalla quale si leverà la pelle lasciando il nodo che è ad ogni estremità. Si riempia questa canna con la polvere medicinale, poi si chiudano le due aperture con dei pezzetti di legno di abete sui quali si stenderà uno spesso strato di cera affinché non restino fessure né*

aperture alle due estremità del bambù. Tutto questo va fatto durante l'inverno, e la canna va appesa in un mao-cang, un luogo di decenza, dal quale non sarà prelevata che dopo uno o due mesi. Dopo averne pulito l'esterno, si aggiungeranno a questa mistura, che sarà fatta seccare all'ombra, per ogni oncia di polvere, tre mas (tre decimi di oncia) di foglie del fiore di moei-tse, credo che si tratti un albicocco selvatico che fiorisce durante l'inverno, ve ne sono certi che hanno solo fiori. (Stando ad altri Autori, si tratta della pruna acida, il cui frutto maturo è molto aspro, e ha l'odore dell'albicocca. N.d.A) Queste foglie, che si trovano a terra, sulla neve, non vanno raccolte con le dita ma forate con un ago, vanno messe su della carta ed esposte al calore di un fuoco chiaro per farle seccare interamente. Queste foglie vanno ridotte in una polvere molto fine e mescolate con l'altra polvere, e si utilizzerà poi nel modo seguente. La presa deve essere di un mas, o di un mezzo mas, in proporzione all'età del fanciullo. Si diluisca questa polvere in una pozione d'acqua in cui sono stati fatti bollire degli steli rampicanti di se-koua, una specie di zucca lunga, sottile e pelosa, commestibile. (Questa specie di zucca lunga e delicata è considerata qui rinfrescante, diuretica, e atta a fugare il veleno. N.d.A.). In mancanza di questi steli di se-koua, si possono fare bollire dei fiori di kin-inhoa. Spiegherò poco oltre di cosa si tratta. Quando si somministra questo rimedio, occorre proibire l'assunzione di ogni tipo di cibo il cui gusto o aroma sia troppo piccante. Dieci o dodici giorni dopo averlo somministrato, si seminerà il vaiolo nel mondo seguente. Si sceglierà nella buona stagione un giovane forte e robusto che abbia un vaiolo ben condizionato e rado. Si raccolgano le scaglie delle sue pustole, le più spesse, e si chiudano in un vaso, così che gli spiriti non possano punto svaporare. Con questa precauzione, potranno servire per un anno, e

conserveranno la loro virtù. Quando si desidera seminare il vaiolo, si prendano cinque o sei di queste scaglie. Se il bambino non è più molto giovane, vi si aggiungeranno due grani di peso di hiung-hoang e si polverizzi il tutto insieme per poi avvolgerlo nel cotone e insinuano nel naso del bambino. Ve lo si lasci due o tre giorni, dopodiché apparirà vaiolo. Se il bambino è molto giovane, sono sufficienti due o tre scaglie, e si prende in proporzione la quantità di muschio e di hiung-hoang. Il secondo giorno dopo aver seminato il vaiolo, glielo si farà prendere per bocca. La dose sarà di due o tre scaglie polverizzate, da mettere in un brodo di chinma. Lo si chiama così perché il chinma è l'ingrediente dominante, ma non è il solo. Vi si fa bollire assieme anche del kotem, del choyo e della glicirriza. Quando questa pozione, che deve essere abbondante, sarà quasi al punto di cottura, vi si getterà la polvere delle due o tre scaglie di cui ho parlato. Dopo aver preso queste precauzioni, occorre attendere l'effetto del rimedio. Se dopo il terzo giorno si vedono apparire i segni del vaiolo, è un felice indizio. Se il vaiolo appare fin dal secondo giorno, v'è pericolo; e in genere, di dieci bambini ai quali è stato procurato, solo sei o sette si salveranno. Il pericolo sarà ancor più grande se appare fin dal primo giorno, Su dieci bambini, se ne salveranno appena uno o due. Ecco quel che si dice. Ma bisogna rassicurarsi perché, osservando il metodo che ho prescritto, e prendendo il rimedio che disperde la malignità del vaiolo, il bambino non sarà soggetto ai sintomi e agli spiacevoli incidenti di cui ho parlato. Nel qual caso, bisogna far ricorso ai rimedi indicati nei nostri libri per il vaiolo naturale allorché diviene pericoloso. Infine, se dopo questi rimedi il vaiolo non appare né il quarto né il quinto giorno, bisogna togliere le polveri inserite nel naso del fanciullo e ricorrere nuovamente al rimedio che ho indicato per dissipare la malignità dei veleno.

> *Prendendo questa precauzione, garantisco che in seguito sarà esente dal vaiolo. Occorrerà soltanto ricordare di fare assumere per qualche giorno di seguito lo stesso rimedio alla quarta e quinta luna, come pure alla ottava e alla nona. È una schiavitù da cui il fanciullo sarà liberato quando avrà compiuto dieci anni”.* (…)

Fin qui gli stralci della missiva di Padre D’Entrecolles, e vale notare come questa lettera al tempo della sua scrittura conobbe vasta risonanza in Occidente, ove la vaccinazione antivaiolosa, da poco introdotta, suscitava profonde controversie. Voltaire ad esempio partecipò al dibattito scrivendo parole entusiaste della profilassi antivaiolosa cinese al termine della sua *XI Lettera filosofica:* “Apprendo che da cento anni i cinesi utilizzano questa metodica di profilassi. È importante precedente, esempio di una nazione conosciuta come la più saggia e civilizzata dell’universo. In verità i cinesi la praticano in modo diverso. Non fanno nessuna incisione, fanno invece inalare il vaiolo attraverso il naso, come il tabacco in polvere. Questo metodo è più gradevole e dà lo stesso risultato. E serve ugualmente a confermare che se in Francia fosse stata praticata l’inoculazione si sarebbe salvata la vita a milioni di uomini”.

A chiudere questa relazione vale ampliare lo sguardo dall’antica vaccinazione antivaiolosa cinese all’attuale nostro dilatato orizzonte vaccinatorio. L’ultimo scorcio del passato millennio è infatti certo stato del tutto innovativo quanto all’introduzione di successive pratiche vaccinatorie la cui progressione pare andare ancora aumentando. Vaccinare un individuo, cioè infettarlo con un morbo, preventivamente ucciso o devirulentato o considerato tale, può portare a un’immunità duratura nei confronti del morbo inoculato, ma richiede certamente un grosso e duraturo impegno delle capacità di immunizzazione dell’organismo infettato dal

vaccino. Il fatto che queste capacità di immunizzazione, e l'impegno organico richiesto, non siano misurabili mediante le unità di misura convenzionali della medicina moderna, non significa affatto che impegno e costo energetico non vi sia, significa solo che oggi la moderna tecnologia non è oggi in grado di farne misura e forse non è neppure appieno motivata a farlo. A meno di ritenere infinite le capacità funzionali di immunità di un organismo, ma evidentemente nulla è infinito e tutto è limitato in un individuo vivente, pare credibile come la capacità totale di immunizzarsi di un individuo, come detto limitata, abbia a subire un detrimento dall'essere vaccinato, e l'intero sistema immunitario abbia a subire disagio. Se questo accade, è evidente che quanti maggiori impegni e richieste di immunizzazione la medicina moderna pretende in un organismo mediante inoculazioni e infezioni in esso scientemente procurate, tanto maggiore sarà la diminuzione della capacità globale del suo sistema immunitario e tanto maggiori saranno i rischi di malattie riguardo a questo sistema, come pure agli altri sistemi organici ad esso connessi, e all'organismo nel suo complesso. Che dunque il morbo oggi più temuto sul pianeta riguardi l'immunodeficienza, e che la patogenesi autoimmune si riveli oggi sempre più frequente in un numero sempre maggiore di patologie, non pare stupire, considerando che il sistema immunitario sia il sistema organico che più subisce pressioni ed insulti dalla moderna medicina. Sotto questo avviso le nostre nuove generazioni di bimbi vanno oggi considerate in tutto sottoposte a pura sperimentazione in vivo, tale è il numero di innovative vaccinazioni cui vengono sottoposte, e va notato come ai loro genitori e alle loro famiglie non sia consentita una scelta medica diversa dalla pratica vaccinatoria, nel nostro paese tassativamente obbligatoria per legge.

Bibliografia

Lettere edificanti e curiose di missionari gesuiti in

Cina. Guanda 1993 Milano, Longanesi 1987, Garnier Flammarion 1978

Il libro della medicina cinese. Carlo Moiraghi. Fabbri 2000 Milano

Qi gong. Carlo Moiraghi. Fabbri 2002 Milano

I ching segreto. A cura di Carlo Moiraghi. Sperling&Kupfer 2002 Milano

La via della forza interiore. Carlo Moiraghi. Jaca Book. 2003 Milano

---

Intervista al Professor Gioacchino Pagliaro

a cura di Lucio Sotte*

D: Lei è riconosciuto in Italia come il primo che ha introdotto la meditazione nel Servizio Sanitario Nazionale, vuole raccontarci la sua esperienza?

R: Nel 1990 ho iniziato a utilizzare la meditazione presso il Centro di Psicologia Clinica di Chiavenna dell'ASL di Sondrio di cui ero Responsabile, utilizzandola prevalentemente nel trattamento dei disturbi psicopatologici e successivamente con i pazienti oncologici. Quell'esperienza accolta con grande interesse dei pazienti, mi ha permesso di consolidare una visione olistica dell'uomo, della cura e della salute.

Da allora, sulla scorta di una letteratura scientifica che ne consolidava le prove di efficacia, è venuta a delinearsi la richiesta anche da altre tipologie di utenza.

Nel 2002, arrivato a Bologna, con l'attivazione della UOC di Psicologia Ospedaliera nel Dipartimento Oncologico dell'AUSL di Bologna, ho diffuso l'applicazione della meditazione non solo nell'ambito oncologico ma anche in quello cardiologico e neurologico.

L'interesse per questa pratica si è consolidato nel tempo anche tra i professionisti sanitari (infermieri, medici, fisioterapisti, ecc.), che hanno iniziato a richiederla per la gestione dello stress e per la promozione del benessere organizzativo.

D: L'AIREMP, di cui è Vicepresidente, si occupa di introdurre il nuovo paradigma della Fisica Quantistica e dell'Entanglement in Medicina e in Psicologia, per questo motivo voi vi occupate di un nuovo orientamento della PNEI, ce ne vuole parlare?

R.: la PNEI di cui si occupa l'AIREMP fa riferimento a un nuovo ambito di ricerca e di applicazione clinica che evidenzia il profondo collegamento tra i processi fisiologici e bio-chimici del nostro organismo e i processi quantistici, abbiamo denominato questo ambito PNEI Quantistica.

Questo nuovo modello modifica la precedente convinzione che i geni condizionino il nostro funzionamento e il nostro comportamento e privilegia l'idea che i sistemi di credenze, le emozioni, le pratiche meditative e le pratiche bio-naturali svolgano un ruolo determinante sulla nostra dimensione biologica.

La PNEI Quantistica sostiene che la mente non sia un epifenomeno del cervello (come dimostrano le teorie di molti scienziati di fama mondiale Penrose, Libet, Hamerof, Davidson, Pribram e Shaldrake) e concepisce la Mente come eterna ed infinita, in grado di manifestarsi con specifiche proprietà e limiti in termini di mente individuale nel corpo umano.

L’Entanglement è la struttura teorico scientifica introdotta dalla Fisica Quantistica che supera le teorie deterministiche riduzionistiche e considera l’uomo come un’entità processuale, dove la mente individuale e il corpo sono tutt’uno. L’unità mente-corpo sarebbe pervasa dall’energia/informazione della Mente, intendendo con tale termine quella forma di intelligenza atemporale che sottende ogni forma e ogni entità che percepiamo intorno a noi, e che è caratterizzata dalla interconnessione e dall’interdipendenza con la realtà circostante. In questo senso la terapia e la cura per noi psicologi, medici, biologi e professionisti sanitari dell’AIREMP vanno oltre la “riparazione di una parte malata”, curare vuol dire prendersi cura, interagire anche energeticamente con la persona malata per aiutarla ad attivare il processo di guarigione che è dentro di lei. Tutto questo implica la possibilità di integrare le cure bio-mediche con le pratiche bio-naturali, con le M.N.C., superando le visioni neo-riduzioniste (Modello bio-psico-sociale, e psicosomatico) che generano oggi pasticci semantici e linguistici.

D.: Il 29 e 30 novembre l’AIREMP organizzerà a Bologna un Congresso Internazionale che voi avete definito un vero e proprio evento scientifico, di che cosa si tratta?

R.: Obiettivamente come Consiglio Direttivo, man mano che il congresso prendeva forma, ci siamo resi conto che stavamo lavorando intorno a un vero e proprio evento, in quanto per la prima volta in Italia tre grandi Scienziati Olistici saranno presenti per discutere l’introduzione del nuovo paradigma nel campo della salute, della cura e della guarigione. Il Congresso infatti avrà come ospiti:

Luc Montagnier, premio Nobel per la Medicina, 2008, noto per i suoi studi sulla rimodulazione dell’informazione a livello cellulare;

Amit Goswami già prestigioso e autorevole Fisico all'Università dell'Oregon, fondatore del Movimento Quantistico Mondiale, ha dedicato tutta la sua vita professionale all'incontro tra la fisica, i sistemi biologici dell'uomo e la spiritualità;

Ervin Laszlo, considerato uno dei fondatori della Teoria Generale dei Sistemi, è tra i più autorevoli teorici al mondo del Modello Olistico.

Il Congresso Internazionale intende offrire una importante riflessione sul modo in cui i processi quantistici e mentali che sottendono la dimensione biologica (campi morfici, risonanza, coerenza, interferenza, bio-fotonica, rimodulazione, etc) possono influenzare la saluto genesi o l'insorgenza della malattia. Per questa ragione il Congresso sarà organizzato in tre grandi sezioni :

Olismo nuovi ambiti della ricerca e nuove prospettive nelle cure

Entanglement non località e guarigione

Olismo, Medicine Non Convenzionali e umanizzazione delle cure

Al Congresso parteciperanno i più autorevoli Clinici e Studiosi Italiani di questo innovativo modello scientifico.

Per le informazioni sull'iscrizione si rimanda al Programma allegato.

Dal "vuoto del cuore" a Carlo

Rogers: analogie tra filosofia cinese e l’approccio psicoterapeutico centrato sulla persona

Giovanna Albertini*

Mi sono avvicinata alla Medicina Tradizionale Cinese nel 2000 quando, frequentando dei seminari di *Qi Gong* tenuti da Li Xiao Ming, un medico cinese, per la prima volta e in modo semplice e chiaro sentii parlare della relazione tra malattia e stato emozionale.

La medicina cinese è una medicina globale, che concepisce l’Uomo come un’unica entità, costituita da corpo, mente e spirito. Nata circa 3000 anni fa nell’antica società rurale, studia i fenomeni della natura osservando come vi sia sempre risonanza tra l’Uomo e la Natura.

Secondo il pensiero cosmologico cinese, la realtà deriva da un quid unico, inizialmente indistinto, un’unità primordiale da cui tutto prende origine: il *Tao*. Privo di forma, di tempo e di limiti, il *Tao* dà origine all’uno (il *Qi* primordiale) e l’uno si differenzia in Yin e Yang.

Il *Tao* è anche una *summa oppositorum*, il punto e il momento in cui tutte le polarità si incontrano e si completano, è l’insieme dell’essere e del non essere, del principio maschile e del femminile, della luce e dell’ombra. È l’armonia di tutti i contrasti, di tutto ciò che si alterna.

Yin e Yang sono le due manifestazioni del *Tao*, opposte ma complementari per cui ogni fenomeno è se stesso ma contiene la radice del suo opposto.

Il concetto Yin-Yang è applicato all'interpretazione della realtà e di tutti i fenomeni naturali.

Lo Yang, rappresenta lo stato più rarefatto della materia, leggero ed etereo si eleva a formare il Cielo. Lo Yin, più denso, scende pesante e dà vita alla Terra.

Tra il Cielo e la Terra si apre uno spazio per l'Uomo: un sistema energetico aperto, in stretto interscambio tra i due. Il Cielo corrisponde alla sua parte psichica e spirituale. La Terra, madre e produttrice di forme, determina la struttura del corpo.

Il Taoismo, complesso sistema di dottrine fiorite nella Cina antica (VI-V secolo a.C.) ha avuto un significativo impatto sullo sviluppo della civiltà cinese e ha successivamente influenzato l'Occidente. Il richiamo esercitato risiede nel suo misticismo naturalistico e nella sua concezione dell'universo che prevede l'integrazione tra essere umano e mondo naturale.

La condizione prima per la ricerca del *Tao* è rendersi disponibili a cogliere la musica che ci viene incessantemente dall'Universo, dalla Natura, dal nostro Corpo.

L'uomo che ritrova il *Tao* dentro di sé, si ritrova e si realizza, partecipando della stessa armonia che scandisce i ritmi universali. Non cerca più l'affermazione di sé nel fare, ma mira ad *essere in modo autentico*, ad agire conformemente al Cielo e la Terra, a vivere in armonia con l'universo.

L'acqua è il simbolo di chi vuole seguire il *Tao*: segue il suo corso naturale, aggira gli ostacoli senza volerli modificare, va al suo scopo e raggiunge il mare.

L'aneddoto di Confucio e il nuotatore fa comprendere che cosa i taoisti intendessero con il "seguire il *Tao*".

Confucio contemplava la cascate di *Luliang*. Ad un certo punto vide un uomo che si tuffava dall'alto delle cascate. Confucio, pensò che l'uomo si volesse uccidere. In realtà quell'uomo, dopo avere nuotato, uscì dall'acqua e camminò sulla sponda, cantando. Confucio gli chiese come ciò fosse stato possibile.

L'uomo rispose: «*Sono partito da un dato riguardante la mia origine, ho sviluppato la mia natura e ho perseguito il mio destino. Mi immergo con l'acqua che cade ed emergo, seguendo l'onda. In questo modo seguo il Tao dell'acqua senza imporre il mio io. Io sono nato su queste colline e quindi sono a casa mia: ecco il dato. Sono cresciuto nell'acqua e mi trovo nel mio elemento: è la mia natura. È così senza che io sappia il perché: questo è il destino".*

Il taoismo offre metodi di cura fisica e spirituale. Molte pratiche sono ad esso connesse: *Tai Ji*, *Qi Gong*, Medicina tradizionale cinese e Agopuntura.

Per la medicina tradizionale cinese, come per altre medicine tradizionali, l'inscindibilità tra mente e corpo è un assunto fondamentale. Psiche e soma vivono l'una nell'altro in un'unità/dualità altrettanto inscindibile quanto quella che unisce Yin e Yang.

La teoria dello Yin e dello Yang è applicata anche al funzionamento dell'essere umano sia in condizioni di salute che di malattia. La buona salute è vista infatti come l'espressione di una situazione di equilibrio dinamico tra le componenti Yin e Yang dell'organismo. La malattia come uno squilibrio.

A completamento e approfondimento della teoria dello Yin e dello Yang vi è la teoria dei cinque elementi.

I cinque elementi: Legno, Fuoco, Terra, Metallo e Acqua, rappresentano cinque diverse qualità e direzioni di movimento dei fenomeni naturali.

Ad ogni elemento corrisponde una stagione: il Legno corrisponde alla primavera ed è associato alla nascita, il Fuoco corrisponde all'estate ed è associato alla crescita, il Metallo corrisponde all'autunno ed è associato al raccolto, l'Acqua corrisponde all'inverno ed è associata all'accumulo, la Terra corrisponde all'ultimo periodo di ogni stagione ed è associata alla trasformazione.

Oltre alla stagione, ad ogni elemento corrisponde anche un colore, un sapore, un suono, un clima ma anche un organo, un viscere e un'emozione.

Questa teoria rappresenta un complesso di relazioni funzionali che comportano una totale integrazione delle funzioni del corpo, degli organi, dei tessuti, delle attività mentali, delle emozioni e delle influenze ambientali.

Gli organi come gli elementi sono cinque: fegato, cuore, milza, polmone e rene.

Ad ogni organo corrisponde un'emozione: rabbia, gioia, preoccupazione, tristezza e paura.

Mentre nella medicina occidentale i processi emozionali e mentali sono attribuiti al cervello, nella medicina cinese sono parte della sfera d'azione degli organi. La relazione tra ciascun organo e una particolare emozione è mutua: lo stato di salute dell'organo influisce sull'emozione e l'emozione influisce sullo stato di salute dell'organo.

In ognuno degli organi alloggia uno *Shen*. L'ideogramma cinese *Shen*, significa Spirito, principio vitale. Indica le forze della natura poste sotto l'autorità del Cielo.

Gli *Shen* sono lo spirito vitale di una persona e ne strutturano le istanze psichiche, mentali, affettive ed emotive.

Al momento del concepimento gli *Shen* vengono ad "animare"

l’embrione, costituendo così l’aspetto “celeste” dell’uomo.

Rappresentano anche la coscienza e la consapevolezza. Costituiscono il principio organizzatore che armonizza l’innato e l’acquisito per svolgere il progetto di vita e favorire lo sviluppo spirituale dell’individuo.

Pensare agli *Shen* vuol dire pensare ad una manifestazione del Cielo che abita in noi. Gli *Shen*, si caratterizzano per l’andare e venire, il muoversi liberamente e incessantemente. Sono la parte del Cielo che entra in ogni uomo, gli dà vita, lo custodisce, permette tutti i meccanismi più intimi e profondi. Gli *Shen* si proiettano incessantemente al di fuori, verso il mondo esterno, verso gli altri per relazionarsi ad essi e, contemporaneamente, si dirigono verso l’interno per raccogliere e vagliare sensazioni, pensieri, sogni. Infatti è grazie agli *Shen* che l’uomo è capace di intuire la propria anima e quella degli altri, di riconoscere ed elaborare i pensieri, di memorizzare.

Gli *Shen* abitano tutto l’uomo, ma la loro dimora privilegiata è il Cuore.

Dallo *Shen* del cuore dipende l’equilibrio psicofisico della persona e la sua capacità di correlarsi agli altri.

Figura 1. Il cuore *Xin*

L’ideogramma cinese del Cuore, aperto in alto, suggerisce come lo *Shen* possa discendere e trovare in esso dimora proprio per questa sua “apertura”.

Il Cuore per accogliere gli *Shen* deve essere vuoto, se c’è pienezza non può ricevere. Questo concetto di “Cuore vuoto”,

non è tanto un concetto energetico ma piuttosto un elemento di tipo filosofico: è necessario un atteggiamento di *accoglienza*, di *apertura*, di non interferenza per lasciare spazio all'azione degli *Shen*.

Gli eventi dovrebbero scorrere nel cuore come l'acqua.

L'acqua che passa in ogni istante, viene accolta nel letto del fiume e subito dopo essere fluita lascia un letto "vuoto" che permette lo scorrere di nuova acqua. Questo vuoto, che costantemente si rinnova, permette all'Uomo di vivere ogni avvenimento contemporaneamente con piena passione e sereno distacco e di focalizzare la propria attenzione sugli elementi più autentici della vita che sono il presupposto per seguire il *Tao*.

È attraverso questo percorso che si può diventare "*Zhen ren*" cioè "Uomini autentici" capaci di conoscere il mistero della propria vita e di "rispondere sempre al Cielo e alla Terra".

La responsabilità e il lavoro di ogni Uomo consiste nell'esercitare l'*arte del Cuore*, cioè mantenere l'apertura attraverso la ricerca del "Vuoto del Cuore", presupposto per la dimora stabile dello *Shen*.

"Vuoto del Cuore" significa che tutto è accolto e nulla è trattenuto: la vita deve scorrere nel cuore come l'acqua di un fiume.

Secondo la medicina tradizionale cinese la tecnica del Vuoto del cuore è di fondamentale importanza anche per esercitare la pratica medica. Infatti, secondo l'antica tradizione, il medico può instaurare una *relazione autentica* con chi deve curare, solamente mettendosi in relazione con la verità di sé. Egli non può giungere a cogliere la realtà del suo paziente, il suo stato di salute o di malattia se prima non ha fatto il Vuoto dentro di sé. Questa è la premessa del trattamento. Il medico "svuota" il suo cuore e si concentra, prima di relazionarsi con il paziente.

Il *Ling shu* (Perno spirituale) afferma:

«*Quando trattate, siate come colui che spinge il suo sguardo in fondo all'abisso. Niente turbi il vostro animo: nella calma considerate il paziente senza girare lo sguardo a destra e a sinistra. La vostra dirittura richiamerà la rettificazione. Prima di tutto rettificate il vostro Shen: perché è lo sguardo che voi portate al malato che richiama la regolazione del suo Shen*»

Il Vuoto del cuore permette al medico di accogliere veramente il suo paziente, di capire il suo stato, di intervenire con parole e gesti esatti e con una terapia efficace, rivolgendo un messaggio preciso al suo spirito. L'incontro tra lo *Shen* del terapeuta e quello del paziente è possibile solo se il terapeuta vive il Vuoto del Cuore e questo incontro è ciò che consente di attivare le forze di autoguarigione presenti nel paziente.

Carl Rogers, psicologo umanista, aspirava all'armonizzazione con l'universo, inteso come totalità di rapporti possibili con la natura e gli altri esseri umani. Per la sua infanzia e i suoi studi in agraria traeva dal mondo naturale metafore come il seme, la patata, ecc… Credeva che per favorire la tendenza attualizzante bisognasse agire sull'ambiente, creando un clima facilitante di congruenza, accettazione incondizionata ed empatia.

Lun yu, discepolo di Confucio, nei suoi dialoghi scriveva che: «*l'Uomo non diviene tale se non nella relazione (Zhen ren, che significa "Uomo autentico", è costituito dal radicale Uomo e dal numero Due)*».

Rogers riteneva che la relazione costituisca il fattore terapeutico di gran lunga preminente e, all'interno della relazione, conferiva al paziente pari dignità e responsabilità. Dava grande valore alla congruenza: i sentimenti provati nei confronti del cliente devono essere

pienamente disponibili alla sua coscienza. Asseriva che il terapeuta deve essere quindi in uno stato di buon funzionamento della personalità. La congruenza e l'accettazione sono due valenze della stessa attitudine di apertura all'esperienza propria e altrui. La congruenza del terapeuta viene percepita dal paziente come una genuinità, un fare spontaneo ed autentico.

Quando il terapeuta non è pienamente se stesso, quando non è consapevole dei vari aspetti del proprio vissuto, spesso manca di efficacia. Quando è pienamente se stesso, in contatto con il proprio organismo e pienamente consapevole del proprio vissuto, allora è affidabile e il suo comportamento è costruttivo.

Oltre ad un elevato grado di maturità emotiva e di comprensione di sé, tre sono le condizioni dell'approccio centrato sulla persona essenziali per consentire al cliente di affrontare i problemi: *empatia, accettazione e autenticità*. Quando il terapeuta attua tali condizioni, esse hanno un effetto talmente potente che, come numerose ricerche hanno dimostrato, esse sono necessarie e sufficienti a favorire la crescita personale e il cambiamento del cliente.

L'*empatia* è la comprensione sensibile e profonda dei pensieri e delle emozioni dell'altro, la capacità di comunicare la propria percezione dell'esperienza dell'altro e di ritrasmettergliela in modo che egli possa sentirsi compreso e riconosciuto. Si intende la capacità di immergersi nel mondo soggettivo altrui e di partecipare alla sua esperienza in tutta la misura in cui la comunicazione verbale e non verbale lo permetta. Consiste nel captare e nel riflettere il significato personale delle parole del cliente molto di più che nel rispondere al loro contenuto intellettuale. Per riuscire in questo compito il terapeuta deve fare astrazione dai propri valori, sentimenti e bisogni e deve entrare nel mondo del cliente. In sostanza, si focalizza sul paziente e lascia il resto fuori. Diventa compagno per l'individuo,

diceva Rogers, mentre esso ricerca la sua esperienza personale e relaziona il suo nucleo interiore con il nucleo interiore dell'altra persona, partecipando alla sua esperienza, restando del tutto indipendente emotivamente. L'empatia evita ogni valutazione diagnostica e trova le sue radici nella personalità di colui che la pratica.

L'atteggiamento principale del terapeuta rogersiano, quello che domina tutti gli altri, è l'atteggiamento di considerazione positiva incondizionata. La caratteristica di questo atteggiamento è, oltre al suo carattere incondizionato, l'*autenticità*. In effetti il terapeuta non deve soltanto dare testimonianza di un simile atteggiamento, ma anche provarlo. Per essere terapeuticamente fecondo, questo atteggiamento deve ancorarsi profondamente nel sistema del professionista in quanto persona. È soltanto quando questo rappresenta un'espressione della sua personalità, più precisamente del suo concetto di uomo e delle relazioni umane, che può esercitarsi in modo diretto.

Si tratta, diceva Rogers, di dimostrare un reale interesse per l'essenza del cliente. Un modo di porsi aperto e non giudicante verso un altro essere umano anche se diverso da noi e con valori e convinzioni diverse. Consentendo al cliente di avere ed esprimere qualsiasi pensiero ed emozione provato nel momento in cui parla.

La terza condizione è l'*autenticità*, una capacità di essere genuini, schietti e congruenti. Un agire secondo i propri pensieri e le proprie vere emozioni, essendo disponibili a mostrarsi per quello che si è veramente, senza rigide facciate di ruolo. È l'evidenza di uno stato di accordo tra l'esperienza e la sua rappresentazione nella coscienza dell'individuo. All'inizio Rogers si serviva di un termine molto simile alla nozione di sincerità. Tuttavia, traducendo l'esperienza in concetti teorici, egli si rese conto del fatto che il termine non era adatto. L'accordo di cui si tratta presuppone che non vi sia errore nella percezione

dell’esperienza, quindi che la sua rappresentazione sia autentica. Maggiore è la comprensione di se stessi, maggiore è la capacità di raggiungere tale accordo interno.

Oltre alle tre condizioni, l’Approccio centrato sulla Persona presuppone un elevato grado di maturità emotiva e di comprensione di sé.

Con maturità emotiva si intende anche la capacità di partecipare al cambiamento di un’altra persona senza essere tentati di modellare questo cambiamento sull’immagine di sé. Una qualità che può descriversi come la volontà autentica di servire non da guida, da giudice o da modello, ma semplicemente da risonatore o amplificatore degli sforzi di risanamento del cliente e la capacità di prestarsi, in quanto persona, ai bisogni dell’individuo impegnato nella ricerca e nell’attualizzazione di se stesso.

Nel *Tao Te Ching* (Classico della Via e della Virtù) di *Lao Tzu* come in altri testi taoisti è data molta importanza alla meditazione.

Nel 1986 Rogers scriveva: «*Noto che quando sono più vicino al mio Sé interiore e intuitivo, quando sono in qualche modo in contatto con l’ignoto in me, quando sono forse in uno stato di coscienza lievemente alterata, allora, tutto ciò che faccio sembra possedere un’intima qualità curativa. Allora, la mia semplice presenza è liberante e utile per l’altro. Non c’è niente che io possa fare per forzare la sua esperienza, ma quando sono in grado di rilassarmi ed essere vicino al nucleo trascendentale che è in me, allora posso comportarmi in modi che non potrei giustificare razionalmente, che non hanno niente a che fare con i miei processi di pensiero. Ma questi strani comportamenti alla fine risultano essere giusti, sembra che il mio spirito interiore abbia raggiunto e toccato lo spirito interiore dell’altro. Il nostro rapporto trascende se stesso e diventa parte di qualcosa di più grande. Sono presenti una crescita, un’energia e un potere guaritore*

profondi. Questo tipo di fenomeno trascendente è stato talvolta sicuramente sperimentato nei gruppi in cui ho lavorato, e ha trasformato le esistenze di alcuni che vi si trovavano. È chiaro che le nostre esperienze nella terapia e nei gruppi coinvolgono il trascendente, l'indescrivibile, lo spirituale. Sono costretto ad ammettere che io, come molti altri, ho sottovalutato l'importanza di questa dimensione mistica e spirituale. C'è nell'universo una tendenza formativa e direzionata, che può essere osservata e ricostruita nello spazio stellare, nei cristalli, nei micro-organismi, nella più complessa vita organica e negli esseri umani. Nella specie umana, questa tendenza si rivela come la serie progressiva che ha origine nella singola cellula e che giunge ad un complesso funzionamento organico, al conoscere e percepire al di sotto del livello di coscienza, al farsi conscio dell'organismo e del mondo esterno, alla consapevolezza trascendente dell'armonia e dell'unità del sistema cosmico. Siamo in armonia con una potente tendenza creativa che ha dato forma al nostro universo, dal più piccolo fiocco di neve alla galassia più grande, dall'umile ameba al più sensibile e dotato essere umano. E forse stiamo toccando il limite estremo della nostra capacità di trascenderci, di creare direzioni nuove e più spirituali nell'evoluzione umana. Questo tipo di formulazione, per me, costituisce una base filosofica all'approccio centrato sulla persona. Un'altra importante caratteristica del processo di formazione di una comunità, è la sua trascendenza o spiritualità. Queste sono parole che, in anni passati, non avrei mai usato. Ma la saggezza che raccoglie il gruppo, il senso dell'esistenza di "qualcosa di più grande", sembrano rendere necessario un tale termine".

In ogni psicoterapia il terapeuta stesso è una parte molto importante dell'equazione umana. Ciò che egli fa, il suo atteggiamento, l'idea che ha del suo ruolo, tutto ciò ha un'influenza sulla terapia. Orientamenti terapeutici diversi

hanno idee diverse su questi punti. Il terapeuta utilizza un insieme coerente di atteggiamenti profondamente radicati nella sua organizzazione personale, un sistema di atteggiamenti che si realizza con metodi coerenti con quello stesso sistema. Esiste infatti una relazione tra la filosofia di base e il lavoro scientifico professionale e di primaria importanza è la posizione del terapeuta nei confronti della dignità e del significato dell'individuo.

La persona con maggior rispetto per l'individuo trova nell'ACP una conferma ed una implementazione del suo orientamento. Scopre che questo è il modo di concepire le relazioni umane che, da un punto di vista filosofico, porta a posizioni più avanzate di quelle finora concepite e mette a sua disposizione una tecnica operazionale atta a realizzare pienamente quel rispetto della persona che già esiste nel suo pensiero.

Rogers arrivò alla conclusione che quello che conta, in questo approccio, è la presenza nel terapeuta di certi atteggiamenti verso il cliente e di una certa concezione delle relazioni umane. In altri termini, egli giunse a realizzare che l'essenza del suo approccio non consisteva tanto in un modo di agire, quanto in un modo di essere. Se il comportamento del terapeuta non è l'espressione di certi atteggiamenti e convinzioni profondamente radicate nella sua personalità, egli non giungerà mai a far scattare nel cliente quel genere di processo chiamato "attualizzazione di sé".

Lo studio dell'Approccio centrato sulla persona e la frequentazione della Comunità di apprendimento mi ha permesso quindi di implementare alle conoscenze della filosofia cinese e alla pratica dell'agopuntura, quello che andavo cercando. Ho cioè dato un più profondo significato alle conoscenze e al mio modo di essere.

In Un modo di essere (1980) libro nel quale Rogers abbraccia i cambiamenti che hanno avuto luogo nella sua vita negli anni '70, scriveva che sarebbe dovuto emergere un nuovo tipo di

persona, pienamente funzionante e capace di accettare i propri sentimenti senza averne paura, lasciando che la consapevolezza fluisca liberamente dentro e fuori dalla proprie esperienze.

Le qualità di quella che Rogers indicava come la persona di domani sono:

L'apertura e cioè un atteggiamento di recettività e apertura all'esperienza. Si riferisce sempre a uno stato che permette a ogni stimolo di percorrere l'intero organismo senza essere deformato o intercettato da qualche meccanismo di difesa; in altri termini, l'organismo è completamente aperto e disponibile all'effetto dell'esperienza.

Il desiderio di autenticità e cioè a quello stato di accordo interno che rende potente ed efficace la relazione terapeutica.

Il desiderio di totalità (sono persone che non amano vivere in un mondo a compartimenti stagni: corpo e mente, salute e malattia, intelletto e sentimento, individuo e gruppo, lavoro e gioco. Esse lottano invece per una totalità della vita, dove pensieri, sentimenti, energia fisica, energia psichica, energia guaritrice, siano tutti integrati nell'esperienza).

Sentimenti di vicinanza e dedizione alla natura (trovano il loro piacere da un'alleanza con le forze della natura, anziché dal dominio di essa).

Brama per lo spirituale (le persone di domani sono ricercatori. Desiderano trovare un significato e uno scopo nella vita che siano più grandi dell'individuo, desiderano vivere una vita di pace interiore. Talvolta negli stati alterati di coscienza sperimentano l'unità e l'armonia dell'universo).

Sono persone che tentano di essere persone totali, con corpo, mente, sentimenti, spirito e psiche integrati tra loro.

Persone gentili, incerte, che ricercano la verità… …come un saggio taoista "*che veste di sacco e cela in petto la giada*".

Bibliografia

M. Muccioli, *Gli Shen. Il mondo delle emozioni nella pratica clinica tradizionale cinese*. Rivista di MTC n°76, Civitanova Marche,1999.

E. Minelli, *Le cinque vie dell'agopuntura*. Gemma Editco, 2000.

G. Maciocia, *La clinica in medicina cinese*. Ed. Ambrosiana, Milano, 1994.

G. Di Concetto, *Le basi della terapia in medicina tradizionale cinese*. Ed. Ambrosiana, Milano, 2002.

Lao-Tzu, *Tao te ching (Il libro della via e della virtù*). Traduz. JJL.Duyvendak, ed. Adelphi, 1973.

Alan Watts, *Taoismo.* Ed. Red, Como, 1999.

Jennifer Oldstone-Moore, *Capire il taoismo*. Ed. Feltrinelli, Milano, 2003.

C. Rogers, *Un modo di essere*. Ed. Martinelli, 1983.

C. Rogers, D. Russell, *Un rivoluzionario silenzioso.* Ed. Meridiana, 2002.

C. Rogers, *On becoming a person. La terapia centrata sul cliente*. Ed. Martinelli, 1970.

V. Vaccari, *Una teoria umanistica della personalità: la Client-centered Therapy di Carl Rogers.* 1994.

C. Rogers, *Terapia centrata sul cliente.* Ed. Meridiana, 2007.

C. Rogers, M-Kinget, *Psicoterapia e relazioni umane.* Ed. Bollati Boringhieri, 1970.

Il riscaldamento dei punti di agopuntura nella prevenzione delle patologie respiratorie ricorrenti in età pediatrica

Lucio Sotte*

La prevenzione delle patologie respiratorie ricorrenti dell'età pediatrica può essere effettuata attraverso due tecniche "dolci" che sono assai frequentemente utilizzate in Cina perché particolarmente efficaci e contemporaneamente assai gradite al bambino.

Si tratta della moxibustione indiretta che consiste nel riscaldamento tramite la combustione di moxa e del massaggio dei punti di agopuntura.

La moxibustione è il metodo attraverso il quale la moxa secca (confezionata sotto forma di grossi sigari con la parte aerea dell'*Artemisia vulgaris* essiccata e triturata, con l'aggiunta o meno di altre erbe medicinali) viene bruciata al di sopra della cute in corrispondenza dei punti di agopuntura.

Il calore riscalda *qi* e sangue nei canali e diviene pertanto utile nel trattamento delle malattie e nel mantenimento della salute.

Talvolta la moxibustione risulta più efficace dell'agopuntura, mentre in altri casi le due metodiche hanno effetto sinergico. Nel capitolo VII del *Ling Shu* si afferma: "Quando gli aghi

falliscono, la moxibustione è appropriata”.

Il termine moxa deriva dalla parola giapponese *moe kusa*, che significa «erba che brucia». L’uso dell’*Artemisia vulgaris* come principale sostanza di combustione risale al tardo periodo *Zhou* (inizio VII sec. a.C.); questa pianta è diffusissima anche nel nostro territorio e assai spesso si possono vedere dei cespugli di artemisia in campagna ai borsi delle strade. L’artemisia viene raccolta all’inizio dell’estate, dopo che le foglie hanno sviluppato la loro caratteristica parte lanosa. Le foglie vengono fatte essiccare, stagionare e sono quindi schiacciate e setacciate, in modo da separare la lana dal resto delle foglie e dal gambo, che vengono scartati. La moxa di alta qualità, che dipende dall’età e dalla manifattura, ha un colore che varia dall’avorio al bianco ed è composta quasi interamente dalla lana delle foglie. La moxa grezza, di colore grigio o grigioverde, considerata di qualità inferiore per la maggiore quantità di particelle di foglie contenuta, viene utilizzata soprattutto per la moxibustione indiretta, procedimento in cui si brucia la moxa confezionata in sigari per riscaldare la pelle.

Azioni e tecniche di moxibustione

Trasmissione del calore ai canali

Il freddo e il calore variano il normale flusso del *qi* e del sangue; in particolare, il freddo rallenta il flusso o addirittura causa una stagnazione del *qi*. Il riscaldamento dei canali serve a promuovere la regolare circolazione di *qi* e sangue, attivandone il flusso.

Figura 1 Artemisia vulgaris

Azione contro le energie cosmopatogene e mantenimento della salute

Il trattamento di alcuni punti serve a prevenire le malattie epidemiche, la malaria e le pestilenze. Dai testi classici apprendiamo che, se una persona vuole essere sana, si deve applicare la moxa su ST-36 *zu san li* e, per vivere a lungo, occorre riscaldare CV-4 *guan yuan*, CV-6 *qi hai*, CV-12 *zhong wan* e GV-4 *ming men*.

Dispersione del freddo e dell'umidità

La moxibustione tratta le patologie da umidità freddo e le malattie persistenti causate dalla penetrazione profonda del freddo patogeno.

Armonizzazione della circolazione di qi e sangue

Oltre ad attivare la circolazione, la moxibustione ha anche la funzione di far fluire il *qi* e il sangue verso l'alto o verso il basso. Ad esempio, nei prolassi e nelle diarree causate da deficit di *qi*, la moxa su GV-20 *baihui* può condurre lo yang *qi* verso l'alto.

Tonificazione dell'energia yang

Lo yang *qi* è fondamentale per l'organismo e la sua presenza è determinante per la durata della vita. La moxibustione lo rinforza e ne previene il collasso.

Moxibustione indiretta con sticks o sigari di moxa

La tecnica di moxibustione che viene utilizzata in questi piccoli pazienti viene definita "indiretta" e viene eseguita senza contatto della moxa con la cute, utilizzando i sigari o sticks di moxa che vengono accesi e successivamente avvicinati

alla cute, alla distanza di 2-4 cm in modo che possano trasmettere il calore senza alcun disagio per il paziente. Questa tecnica è molto semplice e praticabile, non è assulutamente dolorosa ed anzi spesso assai piacevole.

Il sigaro o stick di moxa è realizzato con foglie di artemisia setacciate grossolanamente, spesso misturate ad altre erbe e arrotolate come un sigaro. Lo stick è maggiormente utilizzato perché di più facile impiego nelle tecniche di tonificazione, soprattutto nei bambini e negli anziani.

La moxibustione mediante stick fornisce un calore leggero, mobilizza *qi* e sangue localmente e tratta le sindromi *bi* da vento, freddo e umidità.

Le tecniche più tradizionali sono due.

Figura 2 Moxibustione circolare ed a becchettio

Moxibustione circolare

Si regge lo stick a una certa distanza dal punto da riscaldare e lo si muove lentamente con un movimento rotatorio, in modo da diffondere il calore sopra la zona interessata. È indicato per la tonificazione generale nelle malattie croniche e per le zone che soffrono la penetrazione di umidità-freddo patogena.

Moxibustione a becchettio

Il metodo è così definito perché ricorda il passero che becca. Lo stick è mosso su e giù per 3-5 minuti in modo da aumentare la stimolazione termica, ottenendo la tonificazione della zona circostante l’ago. Il becchettio attenua la sensazione di calore locale e permette una sua penetrazione in profondità

all’interno del puntoi di agopuntura

La moxibustione nel bambino con flogosi respiratorie ricorrenti

Principi di diagnostica

La moxibustione viene utilizzata quando il bambino presenta un quadro clinico di deficit di *qi* di polmone che si caratterizza perché le flogosi respiratorie ricorrenti sono accompagnate da alcuni sintomi patognomonici che sono:

– la sudorazione spontanea o al minimo sforzo,

– la sensibilità al freddo ed alle correnti d’aria,

– il pallore cutaneo accompagnato dall’eccessiva umidità della pelle a causa dell’iperidrosi,

– la sudorazione nella fase di addormentamento,

– l’astenia fisica e psichica.

Il medico troverà poi, nel corso della visita, che il piccolo paziente presenta una lingua pallida, umida, con patina bianca più o meno spessa, gonfia ed improntata ai bordi. La lingua assume queste caratteristiche perché il *qi* di polmone che è in deficit non è in grado di mobilizzare adeguatamente i liquidi corporei che ristagnano nella parte alta del corpo provocando il gonfiore linguale che è di natura flaccida. La lingua gonfia batte contro l’arcata dentaria che la contiene e in questa maniera si determina la comparsa di impronte dentarie sui bordi. La lingua inoltre è pallida perché il *qi* carente non è in grado di mobilizzare adeguatamente il sangue, umida per il ristagno di fluidi e patinosa a causa di questa stasi di liquidi che crea un accumulo eccessivo di umidità interna.

Il polso del piccolo paziente sarà vuoto soprattutto nella posizione del polmone che è quella del “pollice” di destra.

Principi di terapia

In queste condizioni occorre scegliere dei punti che tonifichino il *qi* di polmone sui quali effettuare quotidianamente il trattamento.

Il mio consiglio è quello di effettuare questa terapia preventiva d’estate per preparare il bambino ad una migliore risposta agli agenti patogeni che lo dovessero aggredire in autunno, in inverno ed in primavera. Inoltre d’estate è assai più semplice praticare questa metodica di terapia dal momento che l’abbigliamento assai leggero può essere tolto molto velocemente, il clima caldo impedisce che il bambino si raffreddi durante l’esecuzione della moxibustione e da ultimo si può eliminare più velocemente il fumo che deriva dalla combustione dell’artemisia praticandola all’aperto, su un terrazzo o comunque areando abbondantemente il locale che è stato utilizzato. Ciò non significa che questa metodica non possa essere effettuata durante la stagione fredda: in questo caso si dovrà scegliere il periodo successivo alla convalescenza dopo una flogosi respiratoria. L’unica avvertenza da utilizzare è quella di evitare la moxibustione quando il bambino è affetto da una flogosi respiratoria in fase acuta che si manifesta con segni di calore: è ovvio che la moxibustione vada evitata in corso di patologie acute da calore-fuoco soprattutto se febbrili.

All’inizio la moxibustione deve essere praticata in ambulatorio e sarà cura del personale paramedico di insegnare ai genitori del bambino o ai tutori che lo accompagnano come proseguire il trattamento a casa. Infatti uno dei pregi di questa terapia è che non è necessaria la presenza quotidiana del medico o dei suoi assistenti; la metodica può essere

insegnata senza nessuna difficoltà ai genitori del bambino perché continuino la terapia a domicilio. In questo caso il medico traccerà con una matita dermografica una croce in corrispondenza dei punti di agopuntura da trattare e successivamente questa croce verrà ritracciata dopo ogni doccia facendo attenzione a che non si cancelli completamente per poter continuare senza bisogno della mano del medico la moxibustione domiciliare.

I punti che generalmente utilizzo maggiormente sono:

- BL-13 *fei shu*
- CV-17 *tan zhong*
- LI-4 *he gu*
- LU-9 *tai yuan*.

BL-13 fei shu

Punto shu di Polmone

È il punto «*shu*» del dorso che agisce direttamente

sul «Polmone».

Localizzazione

Sotto il BL-12, equidistante dalla linea mediana

e dalla linea margino-scapolare, a 1.5 *cun* dallo

spazio intervertebrale D3-D4, dove si trova GV-12

nella massa dei muscoli trapezio e romboide.

Caratteristiche

Punto *shu* del dorso ad azione diretta sul Polmone.

Azioni

– Tonifica il *qi* di Polmone.

– Muove il *qi* di Polmone e disostruisce lo *shen*.

– Nutre lo yin di Polmone e ne purifica il calore da deficit.

– Purifica il fuoco in eccesso a livello polmonare.

– Dissolve i *tan* polmonari.

– Disostruisce il canale in sede locale.

Indicazioni cliniche

In combinazione con CV-17 *tan zhong*, è indicato nelle forme da deficit di *qi* di Polmone:

– astenia respiratoria con respiro «corto»;

– tosse e voce deboli;

– ipersudorazione da sforzo, pallore;

– facilità alle flogosi respiratorie.

LI-4 he gu

Riunione della valle

He, riunione, incrocio; *gu*, valle.

La denominazione del punto si riferisce alla sua localizzazione: è situato in una «valle» delimitata dalla «riunione» delle prime due ossa metacarpali.

Localizzazione

Sul dorso della mano, nell’angolo formato dalla

convergenza del primo e secondo metacarpo, oppure all’unione della metà distale e prossimale di

quest’ultimo, sul lato radiale.

Caratteristiche

Punto *yuan*-sorgente.

Azioni

– Rinforza il *qi* difensivo e stabilizza il *biao*,

– Come punto *yuan*, connesso al Polmone tramite

il *luo* trasversale, contribuisce alla tonificazione

del *qi*,

– Mobilizza il *qi* di Polmone stimolandone la discesa e la diffusione,

– Purifica il calore in generale, specie a livello del

Polmone,

– Svolge funzione diaforetica,

– Muove il *qi* in tutto l’organismo con azione analgesica, sedativa e antidepressiva,

– Estingue il vento endogeno e apre gli orifizi,

– Disostruisce il canale, specie a livello facciale,

– Provoca il parto e favorisce l’espulsione del feto.

Indicazioni

In moxibustione, abbinato a GV-14 *da zhui*, è indicato per i quadri clinici da difettosa protezione della pelle e delle mucose respiratorie imputabile a deficit di *qi* di Polmone:

– frequenti flogosi respiratorie (rinofaringiti, anosmia, rinorrea, laringo-tracheiti, bronchiti);

– pallore, ipersudorazione da sforzo;

– facilità a contrarre forme reumatiche superficiali.

LU-9 tai yuan

Grande sorgente

Tai, grande, supremo; *yuan*, sorgente, abisso.

L'azione dei punti *shu-yuan* dei canali yin è «grande» per l'importanza delle azioni e la vastità delle indicazioni cliniche. Il termine «sorgente» si riferisce alle caratteristiche del punto: l'assorbimento di *yuan qi* dal profondo.

Caratteristiche

– Punto *shu*-torrente, corrispondente al Movimento

Terra.

– Punto *yuan*-sorgente.

– Punto *hui*-riunione, ad azione sistemica sui canali

energetici.

– Punto di tonificazione.

– Punto d'inserzione del canale tendino-muscolare.

Azioni

– Tonifica il *qi* di Polmone.

– Nutre lo yin di Polmone e ne purifica il calore da

deficit.

– Dissolve i *tan* polmonari.

– Disostruisce il canale in sede locale.

Indicazioni

In combinazione con BL-13 *fei shu* e CV-17 *tan*

zhong, è prevalentemente utilizzabile nelle forme

da deficit di *qi* di Polmone:

– astenia respiratoria con respiro «corto»;

– tosse e voce deboli;

– ipersudorazione da sforzo, pallore;

– facilità alle flogosi respiratorie.

CV-17 tan zhong

Centro del torace

Tan, area centrale del torace; *zhong*, centro.

Il punto è situato nel «centro» del «torace» e agisce sugli organi toracici.

Localizzazione

In corrispondenza dell’incrocio fra la linea mediana dello sterno e la mammillare trasversa, all’altezza del quarto spazio intercostale.

Caratteristiche

– Punto *mu* di *jiao* Superiore e di Pericardio.

– Punto *hui* del *qi*.

– Punto d’incontro dei canali principali di Cuore,

Pericardio e Triplo Riscaldatore, del *luo* longitudinale di Rene e del Grande *luo* di Stomaco.

Azioni

– Tonifica il *qi* di Polmone.

– Tonifica sia il *qi* sia lo yáng di Cuore e rinforza lo *shen*.

– Contribuisce a nutrire lo yin di Polmone.

– Muove il *qi* di Polmone.

– Elimina i *tan* accumulati a livello di Polmone e

Cuore, chiarificando lo *shen*.

– Incrementa la lattazione.

– Disostruisce il torace.

Indicazioni

In tonificazione, associando preferibilmente la moxibustione, assieme a BL-13 *fei shu*, è indicato nella terapia del deficit di *qi* di Polmone: astenia respiratoria con respiro «corto», tosse e voce deboli, asma, ipersudorazione da sforzo, pallore, facilità alle flogosi respiratorie.

Assieme a BL-15 *xin shu* è utilizzabile per le sindromi da deficit di *qi* di Cuore: astenia mentale, depressione, sonno breve e di scarsa qualità, insonnia, pallore, carenza di memoria, palpitazioni, capogiri.

Punti e Meridiani di Agopuntura edito dalla CEA: volume 1 – testo atlante, volume 2 – indicazioni cliniche

Ettore Quirico e Tiziana Pedrali*

È con vivo piacere che dedico queste pagine di Olos e Logos a presentare ai lettori questi volumi di Piero Ettore Quirico e Tiziana Pedrali appena editati dalla Casa Editrice Ambrosiana di Milano.

Con Tiziana ed Ettore ho infatti una frequentazione di lunga data iniziata negli Anni ’80 e consolidata negli Anni ’90 e nei primi di questo terzo millennio. Molti avvenimenti ci hanno accomunato nella breve ma intensa storia dell’agopuntura italiana e tra questi una vicenda editoriale che è passata negli Anni ’90 attraverso la collaborazione con la Casa Editrice UTET di Torino per la quale Ettore e Tiziana hanno compilato la prima edizione di questi due volumi mentre io con dei colleghi curavo le edizioni del Trattato di Agopuntura e Medicina Cinese e del Trattato di Massaggio, Fisiochinesiterapia e Ginnastiche Mediche Cinesi.

Negli ultimi anni abbiamo entrambi “attraversato il Rubicone” per continuare la nostra avventura editoriale attraverso una fattiva collaborazione con la Casa Editrice Ambrosiana per la

quale è stata varata questa seconda edizione di Punti e Meridiani di Agopuntura che è stata completamente rivista ed aggiornata e negli scorsi anni anche la seconda edizione del Trattato di Agopuntura e Medicina Cinese questa volta in sei volumi che è stata curata da me con la collaborazione di 30 tra i più famosi studiosi italiani del settore.

Ettore e Tiziana hanno avuto anche un riconoscimento internazionale della loro opera che si è concretizzato nell'edizione inglese dei volumi a cura della Casa Editrice Thieme con il titolo Teaching Atlas of Acupunture.

A loro i miei migliori auguri perché la fatica sia ripagata dal successo editoriale di questi volumi che arricchiscono l'orizzonte della letteratura scientifica italiana di agopuntura.

Lucio Sotte

Presentazione del primo volume

A vent'anni dalla presentazione della prima, fortunata edizione del Testo Atlante "Punti e Meridiani di Agopuntura" ed a dieci dalla riedizione dell'opera in due volumi (pubblicata anche da Thieme in edizione in lingua inglese nel 2007 come *Teaching Atlas of Acupuncture, Vol I e II*), abbiamo il piacere di presentare la terza edizione dell'opera che, pur rimanendo inalterata nei suoi contenuti fondamentali, è stata corretta e riveduta in alcuni particolari , allo scopo di renderla sempre più attuale e vicina alle esigenze dei medici che studiano e praticano l'agopuntura.

Copertina dei volumi editi dalla UTET

Negli ultimi 25-30 anni, l'agopuntura europea si è finalmente confrontata con quella cinese ed è stata costretta a riconsiderare e correggere gran parte della sua impostazione dottrinale, guadagnando in concretezza.

La fisiopatologia degli organi interni ed i loro quadri sindromici sono stati ormai recepiti dalla quasi totalità delle Scuole ed anche le indicazioni cliniche degli agopunti sono state profondamente riviste, abbandonando rigidi schemi di dubbia efficacia terapeutica.

In quest'ottica abbiamo ritenuto opportuno uniformare ai principali testi cinesi i percorsi dei meridiani principali e secondari e la localizzazione di alcuni agopunti.

Per quanto riguarda le indicazioni cliniche degli agopunti, in questo primo volume abbiamo ritenuto opportuno riportare solamente quelle di più frequente utilizzo nella pratica clinica, rinviando il lettore al secondo volume per la consultazione di quelle attualmente meno citate ed utilizzate, seppur presente su alcuni testi antichi.

Sempre a proposito delle indicazioni cliniche, abbiamo ritenuto opportuno mantenere alcune definizioni di malattie (ad es. *nevrastenia*, *isteria*, *sindrome maniaco-depressiva*, ecc.) che nella nosologia moderna sono state sostituite da altri termini, perché più adatte a descrivere quadri clinici complessi caratterizzati dalla concomitanza di sintomi mentali, viscerali e somatici rispetto ai termini attuali, altamente specifici.

Lo scopo di quest'opera rimane quello di fornire allo studente ed al medico agopuntore un efficace strumento di apprendimento e di pronta consultazione, capace di indicare con chiarezza: localizzazione, modalità di repere, rapporti anatomici e principali indicazioni cliniche di ciascun agopunto.

Le tecniche terapeutiche agopunturali spesso prevedono l'infissione profonda dell'ago ed il rischio di provocare

lesioni organiche è rilevante: per tale motivo è indispensabile da parte del medico una conoscenza precisa dei diversi piani anatomici e delle sezioni degli agopunti.

Copertina dei volumi editi in inglese da Thieme

La manovra di infissione dell'agopunto non può prescindere dall'ottenimento delle tipica sensazione parestesica del *De Qi*, che ne conferma la corretta stimolazione; nella prima sezione dell'opera vengono quindi descritte le modalità del *De Qi* per ciascun agopunto, del quale vengono inoltre illustrate dettagliatamente: localizzazione, coordinate anatomiche ed indicazioni cliniche.

Lasciando giudicare al lettore se il risultato è pari agli intenti, gli proponiamo questa seconda riedizione della nostra opera, nella speranza di fornirgli un aiuto concreto per lo studio e la pratica clinica dell'agopuntura.

Presentazione del secondo volume

La conoscenza delle corrette indicazioni cliniche dei punti di agopuntura rappresenta l'elemento essenziale per la formulazione di un efficace protocollo terapeutico.

Nel corso dei secoli la Medicina Cinese ha proposto percorsi diagnostici e clinici diversi, ma gli agopunti impiegati sono stati sempre gli stessi, pur variando sensibilmente i loro criteri i prescrizione e di combinazione.

Recentemente, la sperimentazione scientifica applicata all'agopuntura ci ha consentito di verificarne l'efficacia e di comprenderne alcuni meccanismi d'azione, ma poco ci ha rivelato sull'azione dei singoli agopunti, poiché gli effetti clinici solitamente dipendono dalla loro associazione sinergica.

La conoscenza delle indicazioni tradizionali è pertanto ancor oggi indispensabile per guidare la scelta dei punti da impiegare in terapia, anche se la comprensione degli elementi fondamentali della Medicina Cinese risulta spesso ardua per il medico occidentale, formato secondo i parametri di una logica cartesiana che è assai distante da un pensiero di tipo analogico-allegorico qual è quello orientale.

La scienza medica occidentale, attualmente, tende ad affermare l'esistenza di un'unica metodica di indagine e di un'unica chiave di interpretazione della malattia, sottovalutando il patrimonio di esperienze diagnostiche e cliniche celato all'interno di antiche scienze mediche; tra queste vi è l'agopuntura che, dopo aver curato con successo milioni di malati in oltre duemila anni di storia, può essere ancor oggi assai utile, come unica terapia o a fianco dell cure convenzionali.

Nel tentativo di superare la dicotomia tra scienza antica e moderna, in quest'opera vengono confrontate le indicazioni cliniche degli agopunti, espresse nel linguaggio della Medicina Cinese, con quelle dell'attuale Medicina Occidentale, in modo da renderne meglio comprensibile l'azione nei confronti dei vari distretti corporei e delle differenti situazioni patologiche.

Per favorire una miglior comprensione della materia, viene inoltre analizzato il significato degli ideogrammi che compongono il nome di ciascun agopunto, del quale vengono discusse ed evidenziate le principali applicazioni nella pratica clinica. Sono infine riportate collaudate combinazioni terapeutiche tratte da testi antichi e moderni, che possono rivelarsi asai utili nella pratica clinica.

Progetto Agopuntura a Calcutta

Carlo Moiraghi*

Lo scorso ferragosto, anno 2013, ero in India, a Calcutta. Quale direttore della Scuola ALMA di agupuntura vi ho definito un progetto e un accordo con le Suore di Madre Teresa, le Missionarie della Carità, per introdurre l'agopuntura nelle Case della Carità mediante il volontariato di medici agopuntori.

Ho poi verificato sul campo la non facile ma reale fattività di questa innovativa collaborazione praticando l'agopuntura nella Casa di Kalighat, Nirmal Hriday, che in indi significa Puro Cuore, prima casa aperta da Madre Teresa nel 1952 in Calcutta.

Il Tempio induista di Kalì nel quartiere di Kalighat era da sempre meta dei malati, dei miseri e dei bisognosi della città, che vi venivano a elemosinare e a morire.

La beata suora albanese, al secolo Anjëzë Gonxhe Bojaxhiu, volle quindi qui, in Kalighat, attigua al Tempio di Kalì, la sua prima Casa e vi prese a raccogliere, amare, lavare, nutrire, curare, aiutare a morire con dignità, in un letto, le schiere di moribondi abbandonati nelle strade.

La sua luminosa avventura al servizio delle sofferenze degli ultimi iniziò fra queste pareti e dilagò nel mondo.

Nel 1989 la Madre riferì di avere ricoverato in questa Casa circa 54 mila persone e che di queste almeno 23 mila vi erano morte.

Oggi per fortuna Calcutta è cresciuta da quegli anni.

Il dolore e la fame e la morte non la fanno più da padroni assoluti lungo interminabili chilometri di corpi allineati lungo dedali grigi di anonimi marciapiedi. Oggi a Calcutta si respira la vita. Kalighat Nirmal Hriday è un'ordinata struttura che ospita oltre un centinaio di degenti, per lo più terminali, donne e uomini.

Non può che risultare complesso e parziale specificare la breve e profonda esperienza fattavi, composta di difficoltà e incertezze di ogni genere e grado, professionali e umane, e di chiare brezze di serenità e di soddisfazione piena.

Resta che il progetto Agopuntura a Calcutta, riservato ad agopuntori esperti, è attivo per il futuro. È un avvio, un sentiero appena abbozzato in una direzione ancora da decifrare e identificare appieno, la reale possibilità di un cammino tutto da delineare e tracciare e determinare percorrendolo con misura e buon senso e buona volontà e umiltà.

Non mi sento però di mimare certezze che riconosco di non avere.

Mi accorgo di non avere ancora metabolizzato del tutto i giorni di Kalighat e di non avere quindi oggi un'univoca chiarezza circa le mie personali future scelte in proposito.

In ogni caso i Colleghi agopuntori esperti che, dopo averne opportunamente valutato ogni risvolto, siano interessati a un periodo di volontariato con agopuntura in questo contesto indiano possono segnalarsi per gli opportuni approfondimenti presso il dr. Paola Poli, che ha condiviso con me la pratica dell'agopuntura a Kalighat ed è la referente di questo progetto. In seguito, maturata la stabile determinazione a fornire il proprio lavoro, in capo a colloqui introduttivi e specifici potranno venire avviate le procedure presso le Missionarie della Carità indiane ai pratici fini organizzativi.

È previsto il rilascio da parte delle Missionarie della Carità dell'attestazione dei singoli periodi di pratica di agopuntura svolti dai volontari. Consiglio permanenze brevi, una o due settimane, e presenze non isolate, meglio tandem di agopuntori già affiatati.

Calcutta, in indi Kolkata, è una grande metropoli, conta cinque milioni di abitanti, eppure vi è un indirizzo di cui chiunque, orientale, arabo, occidentale che sia, ti dà indicazioni. Tu chiedi di Mother House, la sede delle Missionarie della Carità, e in breve, non sai come, ci sei. Mura semplici, austere, grigie, l'esatto colore del cielo sopra di te, appena una punta di azzurro. Entrando il sorriso di una suora ti coglie. Al piano terreno, sulla destra, vi è la stanza più bella, più serena, più luminosa del mondo, una sala spoglia, un rettangolo chiaro di cemento lucido in evidenza.

La tomba di Madre Teresa reca una scritta: Ama un altro uomo come io ho amato te. *Giovanni 15.12.* Mattina, pomeriggio, ti ci ritrovi ogni giorno. Senza pensarci dici a te stesso o all'amico: andiamo a trovare la Madre, passiamo un attimo da Madre Teresa. Si è subito d'accordo e in un istante si è lì, davanti a lei, insieme a lei. Di continuo qualcuno entra, a piedi nudi, e ognuno lei prende per mano, abbraccia, ascolta, tranquillizza, rincuora, sprona.

Su quelle panche di legno è semplice aprirsi, pensare, chiedere, dire, restare in silenzio, a mente vuota, è naturale respirare con lei, di lei.

Ad ognuno lei dona fiducia e pace, chiarisce, spiega, suggerisce.

Ama un altro uomo come io ho amato te, sussurra, e ognuno ne sente la voce, il calore, l'appoggio, l'amore. Aleggia dovunque. Calcutta non sarebbe Calcutta senza il n. 54 A, A. J. C. di Bose Road, nè il mondo il mondo. Riferimenti:

Email: staff.agopuntura@yahoo.it Cel: 335-6626465 dr. Paola Poli

---

Ritornare a vedere di nuovo con tutti i sensi: il meccanismo della visione della medicina cinese

Angela Di Bari*

Gli occhi nella MTC sono uno dei sette *Qiao*, i portali della testa, strutture che più delle altre sono in relazione con gli *Shen*.

In queste sedi gli *Shen* lavorano senza tregua per mantenerli pervi, puliti, illuminati poiché da essi dipendono le capacità sensoriali. La testa è la depositaria delle essenze luminose e tutto ciò che viene ricevuto dall'esterno deve trovare un "passaggio" purificato perché le sensazioni possano essere ricevute nella giusta misura, nella giusta quantità e ne consegua la giusta interpretazione e la retta condotta. Gli organi di senso sono le porte e le finestre sul mondo esterno, ciò che rende vivace la coscienza e ci permette di fare esperienza di ciò che ci circonda. Le nostre capacità sensoriali di vedere, sentire, gustare, toccare, respirare, dipendono nella medicina tradizionale cinese (MTC) dal Cuore.

Se il Cuore è preso da pregiudizi, avversioni, sentimenti, emozioni eccessive non solo sono alterati i movimenti del *Qi* e

del Sangue, ma è persa la capacità di vedere, percepire, giudicare e reagire nel modo appropriato.

Tra tutti gli organi di senso, gli occhi sono gli orifizi meglio posizionati per essere in risonanza con il Cuore. Nel mondo antico cinese erano definiti *Ming Men* per la loro potenza di ricezione e la forza di trasmissione dello *Shen* della persona. Rappresentano lo strumento di comunicazione per eccellenza degli Spiriti e fanno parte del Sistema Visivo, così come viene riportato nei testi.

Difatti i testi di oftalmologia più antichi parlano di un "Sistema degli Occhi" che inizia con i globi oculari posti anteriormente, attraversa il sistema profondo del Cervello, il Mare dei Midolli, e raggiunge la parte posteriore della testa dove vi sono due Occhi Posteriori, due punti della Vescicola Biliare, i cui nomi sono molto evocativi , GB18 *Cheng Ling* (che giova allo Spirito Individuale) e GB19 *NaoKong* (apertura del cervello). La Vescicola Biliare è fondamentale nel processo della visione perché fornisce un quantitativo inestimabile di *jing* puro ed essenziale e il suo declino è alla base della presbiopia.

Tuttavia tutti gli organi e i visceri collaborano al nutrimento degli occhi, circa 18 meridiani giungono all'occhio e proprio in zona perioculare si concentrano tutti i meridiani yang del corpo costituendo una delle sedi privilegiate dei *Zong Mai*, i vasi ancestrali.

Questo indica che le essenze più pure e più leggere dei 5 *Zang* e 6 *Fu* salgono per nutrire, proteggere, illuminare i globi oculari e dire che il Fegato si apre negli occhi significa semplicemente che gli *Hun*, sono gli unici tra tutti gli *Shen* che hanno la capacità di vedere "oltre", al di là di ciò che è materiale e tangibile.

Se non mi fermo con lo sguardo su ciò che mi affascina e mi trattiene da vicino, offro la possibilità ai miei *Hun* di

vedere in profondità là nell'occipite, quello che è il mio destino, la lezione di vita che devo imparare, e ciò che voglio portare nella mia "Visione Celeste" che è quello a cui realmente tendono gli *Hun*.

Quindi la salute degli occhi dipende dallo stato generale di tutti gli Organi e Visceri e all'inverso curare e proteggere il Sistema Visivo significa potere intervenire su uno specifico Organo o Viscere qualora questo fosse indebolito o malato. Sappiamo che gran parte della comunicazione non verbale passa per i *Qiao*, i canali visivo-cenestesico, uditivo-motori, chimico-olfattivi e che questi utilizzano un codice analogico, cioè riproducono immagini di ciò a cui si riferiscono.

Formidabile è stata l'intuizione cinese antica che tutti gli organi di senso hanno un Signore degli Orifizi, il Cuore, oggi lo chiamiamo Sistema Nervoso Centrale, che ha la capacità di selezionare, rielaborare, correlare tutte le informazioni provenienti da tutti gli organi di senso, e integrare le sensazioni con tutte le percezioni legate alla esperienza, alla memoria, al pensiero.

La radice di quello che è il nostro "io" unico, irripetibile parte dagli Orifizi Superiori. Il senso d'identità individuale è differenziato per ciascuno di noi perché differenti sono le percezioni che derivano dal mondo esterno. Quello che noi "vediamo" non è il mondo come realmente è, ma come lo vedono i nostri occhi, una mappa estremamente funzionale alla nostra sopravvivenza e alle nostre convinzioni, specie quelle acquisite durante l'infanzia.

La mappa non è il territorio, e ognuno di noi costruisce mappe diverse dello stesso territorio e anche mappe diverse dello stesso territorio da momento a momento, in base al proprio grado di attenzione, ai propri bisogni, alle proprie motivazioni.

Gli organi di senso afferiscono alle stesse vie nervose per cui, curando un senso, per esempio la vista anche gli altri, un udito debole o un olfatto insensibile, possono rivelarsi potenziati (vedi l'esercizio dei 5 sensi).

Il globo oculare nelle medicina cinese viene studiato con due sistemi, uno più filosofico che si rifà agli 8 trigrammi di base dell'*Yi Jing* e che presenta degli incredibili risvolti medici, e uno più medico il sistema *Wu Lun* o delle Cinque Ruote non privo anch'esso di misteriosi risvolti di psicosomatica medica.

Nel *Wu Lun* si associano le varie parti dell'occhio al Sistema dei Cinque Elementi rimarcando sempre che il Sistema è unico e che l'occhio è una propaggine di ciò che è contenuto nella scatola cranica.

Nei testi antichi si parla di una ruota segreta Fuoco/Acqua che corrisponde al moderno sistema visivo, occhi, nervo ottico, corteccia visiva primaria (V1) e tutta la zona posta intorno alla scissura calcarina.

Le quintessenze del *Qi*, del Sangue e dei *Jinye* formano l'occhio, lo nutrono e lo mantengono nella sua posizione.

Esso rappresenta l'emissario del Cuore e tutto ciò che è al di là della pupilla è sotto il governo del Rene.

In particolare appartengono al Rene la pupilla, il cristallino, l'umor acqueo, l'umor vitreo, la retina e il nervo ottico.

La cornea, il corpo ciliare e l'iride sono sotto il governo del Fegato. La coroide e tutti i vasi con i canti, interno ed esterno, sono controllati dal Cuore

La visione è un fenomeno complesso che anche gli antichi oftalmologi avevano capito.

È la capacità di dare un significato e una localizzazione

spaziale a ciò che si guarda e questo processo viene compiuto con il cervello.

L’occhio è un mezzo sofisticato di ricezione di raggi luminosi rifratti dagli oggetti colpiti dalla luce, un trasduttore, e il cervello è colui che “vede” in virtù della memoria di immagini anteriori poiché raccoglie, unifica, integra due differenti immagini, rimpicciolite e rovesciate, provenienti dalle retine di ciascun occhio.

Il processo visivo è un fenomeno olistico, in cui tutti i fattori nervosi ed emozionali hanno il loro peso.

Ogni occhio lavora per proprio conto e grandi quantità di *Qi* e Sangue occorrono perché da due immagini differenti si percepisca una immagine unica, colorata, con una sua forma, una profondità, un movimento. Il tutto frutto di una elaborazione mentale.

La retina, la membrana nervosa dell’occhio, è sotto il controllo del Rene tranne che in una piccolissima zona, fondamentale per la visione nitida, detta macula lutea che è sotto il governo della Milza.

La macula lutea – ossia gialla per la presenza di un pigmento carotenoide, la xantofilla – è definita “l’occhio dell’occhio” perché è la sede dove devono essere messe a fuoco le immagini per essere viste nei dettagli. La restante parte della retina fornisce il campo visivo cioè la capacità di muoverci nell’ambiente. In particolare la macula ha un diametro di circa 5 mm. Nella sua porzione centrale vi è una depressione di 1,5 millimetri quadrati: la fovea. All’interno della fovea si riconosce una area ancora più piccola, la foveola, di 0,35 mm dove sono fittamente stipati solo gli elementi della visione fotopica, cioè la visione ai livelli d’illuminazione normale (luce del giorno)

Proprio questi 0,35 mm sono controllati dall’Elemento Terra. La visione dei dettagli, il visus, i 10/10 sono fortemente

influenzati dalla coppia Milza/Stomaco.

Vedere bene è un'arte che si apprende da adulti coltivando il *Jing* di tutti gli organi. Ma quale *Jing*? Il *Jing* acquisito che è il prodotto di intermediazione e armonizzazione di un Centro che sa presiedere l'assunzione delle "forme" di tutte le dinamiche interne ed esterne.

In condizioni normali gli occhi vengono mossi continuamente e cambiano direzione circa 5 volte al secondo, con un elevato consumo di *Qi*.

La saccade è il movimento oculare che gli occhi compiono con maggiore frequenza. Consiste in rapidissimi movimenti, 3-4 saccadi al secondo eseguite per portare la zona d'interesse visivo a coincidere con la fovea. Si calcola che ogni occhio compia in media circa 150.000 saccadi al giorno. Ogni saccade ha il duplice scopo di mantenere sulla fovea l'immagine degli oggetti e di dirigere la fovea sui vari particolari dell'ambiente circostante, per costruire l'immagine complessiva.

È incredibile la velocità con cui vengono compiute, 600-700/secondo, ossia una durata di frazioni di secondo, negli occhi considerati sani.

Gli occhi con disturbi visivi sono più fissi, meno mobili.

La coroide, la membrana vascolare del globo oculare, ha una portata ematica 20 volte superiore al Cervello e 5 volte superiore al Rene.

Tutto questo significa che agli occhi arriva una enorme quantità di *Qi*, di Sangue e di Liquidi Corporei e che il Cuore, il Fegato e la Milza sono gli organi che spingono, contro gravità, le sostanze più affini alla composizione degli occhi.

La natura ha progettato il Sistema Visivo, con grande

generosità. Gli occhi come qualunque altro organo hanno la capacità di ristabilirsi. La vista è per il 90% una funzione della mente e per il 10% legata a fattori costituzionali ed essendo mentali i veri meccanismi della visione possiamo, con una educazione visiva corretta, curare la maggior parte dei difetti visivi e migliorare la vista nei casi in cui essa sia già normale.

È possibile "reimparare" ad usare fisiologicamente gli occhi con metodi di riprogrammazione visiva che eliminano la tensione da sforzo degli occhi, facilitano i movimenti naturali, stimolano la immaginazione e la memoria, migliorano la postura e il modo in cui si respira e ci si muove.

I cinesi fanno eseguire il *Qi Gong* degli occhi nelle scuole elementari e utilizzano gli esercizi di visualizzazione delle palline soffici e del *Wu Lun Ze Mu*, 5 cerchi per umidificare gli occhi, a tutte le età.

Gli esercizi si eseguono senza gli occhiali. Spesso portare gli occhiali produce rigidità e immobilità degli occhi, si privilegia la visione centrale, la nitidezza dei dettagli, a scapito della percezione dello spazio. Domina un tipo di visione a due dimensioni, pensate al computer, focalizzato su cose vicine, senza movimento degli occhi, né allargamento del campo visivo.

Per riacquistare coscientemente un'arte appresa inconsciamente durante l'infanzia bisogna dedicare, pensieri, tempo, applicazione.

Gli occhi lavorano per 365 giorni all'anno, non è pensabile che i trattamenti di recupero del visus possano essere affidati solo agli operatori del settore. Esiste una gamma infinite di tecniche di riprogrammazione visiva. Le metodiche classiche della antica Cina sono efficaci, semplici, piacevoli da eseguire sia da soli che in gruppo.

Principi fondamentali per migliorare la propria vista sono:

accettare i sacrifici, accettare il fatto che i propri occhi sono parte di un Sistema Olistico, agire con perseveranza, costanza e regolarità e non trattenere mai il respiro.

“Un vero viaggio di scoperta non è cercare terre nuove ma avere occhi nuovi”