

# Fondamenti introduttivi

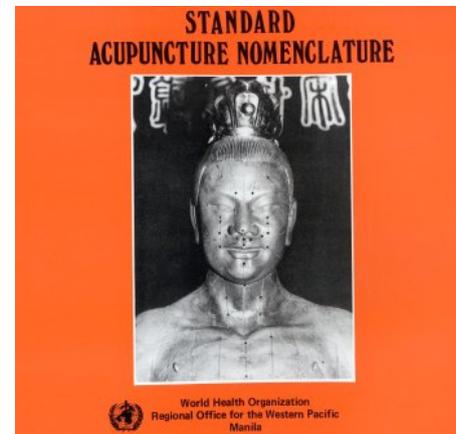
# MEDICINE ORIENTALI

## Medicina Tradizionale Cinese e Medicina Ayurvedica

a cura dott. Fabio Ambrosi  
[www.ambrosinaturalmedicine.eu](http://www.ambrosinaturalmedicine.eu)

### Premessa.

La presente dispensa intende condurre l'allievo ad una conoscenza introduttiva della Medicina Tradizionale Cinese e dell' Ayurveda, le principali Medicine Orientali. Alcuni già conoscono lo Shiatzu (massaggio Giapponese), il Tui-Na (massaggio cinese), il massaggio ayurvedico, oppure la Kinesiologia Applicata, la Cromopuntura, tutte metodiche che utilizzano agopunti. Considerato il fatto che detti punti, sono ora stati standardizzati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (conferenza di Manila, 1982) e che esiste un sistema di corrispondenza esatto tra punti cinesi, giapponesi ed ayurvedici, nel capitolo di Medicina Cinese, sono stati qui indicati alcuni punti del sistema MTC, nel paragrafo riguardante la magneto-puntura con magnetini, in appendice. Inoltre, va tenuto presente che circa l'80-85% dei Trigger Point, corrispondono ad agopunti dei meridiani orientali.



La bibliografia di approfondimento consigliata è la seguente:

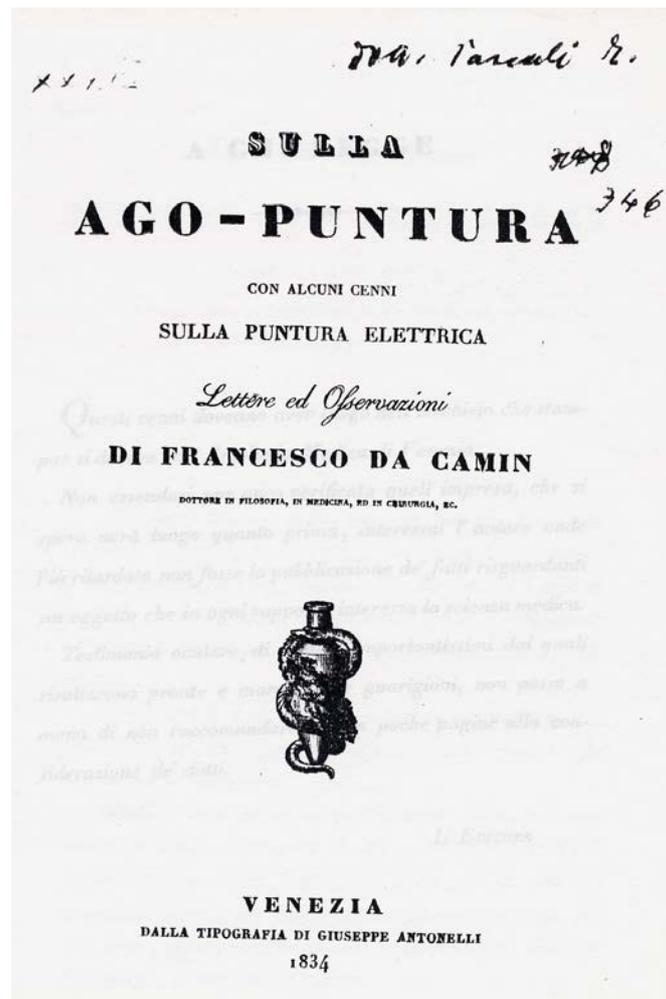
- **Hempfen Carl H. "Atlante di Agopuntura" Hoepli.** (Medicina Tradizionale Cinese)
- **L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino: "Manuale di TUI-NA" Ed. CEA** (Con 3 Dvd); consigliato; vedi scheda a fine dispensa.
- **Frank Ros "Agopuntura Ayurvedica", Ed. Punto d'Incontro.**
- F. Ambrosi: "Magnetoterapia a Campo Stabile" Ed. Tecniche Nuove.

Nota: lo studente non si spaventi per il termine "Agopuntura" indicato nei testi menzionati. In realtà essi vanno bene anche per lo studioso che non pratica l'agopuntura con aghi.

Altra bibliografia didattica e schemi riassuntivi, si trovano nel sito [www.ambrosinaturalmedicine.eu](http://www.ambrosinaturalmedicine.eu), voce "CTN Institute", paragrafo: **Medicina Tradizionale Cinese non agopuntoria.**

## Cap. I°: Medicina Tradizionale Cinese

Nella filosofia orientale, la malattia è considerata il segnale d'uno squilibrio tra *Yin* e *Yang*. Le disfunzioni accadono perché si verifica una di queste situazioni: eccesso di energia *Yang*, eccesso di energia *Yin*, scarsità di energia *Yang*, scarsità di energia *Yin*. Si può verificare anche una stagnazione nella circolazione dell'energia *Yin* o *Yang*.



Uno dei primi testi comparsi in Italia sull'agopuntura, del 1834, del Prof. Francesco Da Camin (Camin è una frazione di Padova).

## Yin e Yang

Il concetto di **yin** (jin) e **yang** (jang) ha origine dall'antica filosofia cinese e dalle riflessioni che il santo filosofo Lao-Tsu, contemporaneo di Confucio, faceva nei confronti del fuoco, notandone il colore, il calore, la luce e la propensione della fiamma di svilupparsi verso l'alto. Da qui tutta la classificazione in "yin" e "yang" anche di ogni fenomeno naturale (es. il fuoco è caldo, emette luce, sale verso il cielo quindi yang). Questa è una concezione presente nelle due religioni propriamente cinesi: Taoismo e Confucianesimo. Questo concetto è anche alla base di molte branche della scienza classica cinese, della sua filosofia ed è pure una delle linee guida della medicina tradizionale cinese.<sup>[1]</sup> Esso è pure un punto centrale di molte arti marziali cinesi o esercizi come baguazhang, taijiquan (tai chi), qi gong (Chi Kung) e della divinazione I Ching. I caratteri tradizionali per **Yin** (阴<sup>semp.</sup>, 陰<sup>trad.</sup>, yīn<sup>pinyin</sup>) e **yang** (阳<sup>semp.</sup>, 陽<sup>trad.</sup>, yáng<sup>pinyin</sup>) possono essere separati e tradotti approssimativamente come il *lato in ombra della collina* (yin) e il *lato soleggiato della collina* (yang). Il significato di questi caratteri non può che avere più di una connotazione. Siccome yang fa riferimento al "lato soleggiato della collina", esso corrisponde al giorno e alle funzioni più attive. Al contrario, yin, facendo riferimento al "lato in ombra della collina", corrisponde alla notte e alle funzioni meno attive. Il concetto di Yin e yang può essere illustrato da questa tabella:

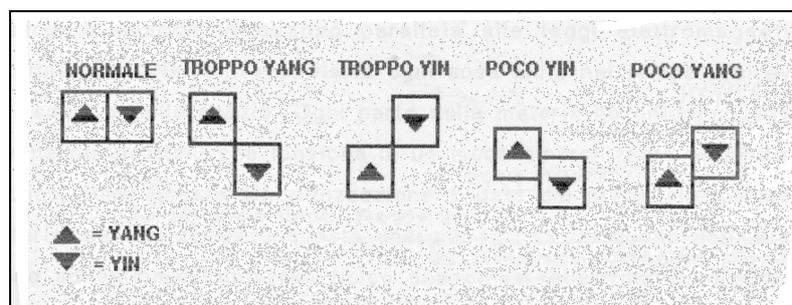
<b>Yin</b>	<b>Yang</b>
tenebre	luce
luna	sole
notte	giorno
scuro	chiaro
femminile	maschile
passivo	attivo
freddo	caldo
riposo	attività
male	bene
negativo	positivo
sud	nord
ovest	est
inverno	estate
autunno	primavera
destra	sinistra
introversione	estroversione
basso	alto
terra	cielo
acqua	fuoco
fenice	drago
morte	vita
pace	guerra

Lo yin (nero) e lo yang (bianco) sono anche detti "i due pesci Yin e Yang" (陰陽魚), perché sono due metà uguali con la maggior concentrazione al centro e sul rispettivo lato, quando lo yang raggiunge il suo massimo apice comincia inevitabilmente lo yin. Un chiaro esempio è il giorno e la notte: quando il buio più totale è arrivato comincia la sua discesa e lo yang comincia la sua ascesa. Come nel detto: "Hai toccato il fondo... adesso non puoi far altro che risalire", oppure "Più in basso di così non puoi andare", per "fondo" si intende che si è proprio nella peggiore delle situazioni (completo yin); la seconda parte, "adesso non puoi far altro che risalire" significa che adesso inevitabilmente comincia lo yang, ovvero si può solo migliorare. Una scalata in montagna è un altro esempio calzante; si sale finché non si arriva alla vetta (completo yang) e di qui non si può far altro che scendere, ovvero comincia lo yin. Il concetto di yin - yang esprime l'ambiguità umana, la sempre crescente ricerca della perfezione, ma, nel contempo, il bisogno di una vita imprecisa, non impeccabile, sempre legata alla voglia di imperfezione interiore da cui l'umanità stessa è segnata sin dall'inizio dei tempi.



Tutto il mondo manifestato si regge sui due principi yin e yang;

1. Lo yin e yang sono opposti: qualunque cosa ha un suo opposto, non assoluto, ma in termini comparativi. Nessuna cosa può essere completamente yin o completamente yang; essa contiene il seme per il proprio opposto. Per esempio, ogni uomo ha dentro di sé una parte femminile così come una donna una parte maschile.
2. Lo yin e lo yang hanno radice uno nell'altro: sono interdipendenti, hanno origine reciproca, l'uno non può esistere senza l'altro. Per esempio, il giorno non può esistere senza la notte.
3. Lo yin e lo yang diminuiscono e crescono: sono complementari, si consumano e si sostengono a vicenda, sono costantemente mantenuti in equilibrio. Però ci possono essere degli sbilanciamenti che creano problemi; i quattro possibili sbilanciamenti sono: eccesso di yin, eccesso di yang, insufficienza di yin, insufficienza di yang.
4. Lo yin e lo yang si trasformano l'uno nell'altro: a un certo punto, lo yin può trasformarsi nello yang e viceversa. Per esempio, la notte si trasforma in giorno; il calore in freddo; la vita in morte. Ma senza una netta distinzione.



*Schema dell'equilibrio normale e dello sbilanciamento tra Yin e Yang*

I mutamenti che avvengono nell'energia dell'universo fisico nello spazio si svolgono entro cinque caratteristici periodi o elementi o logge:

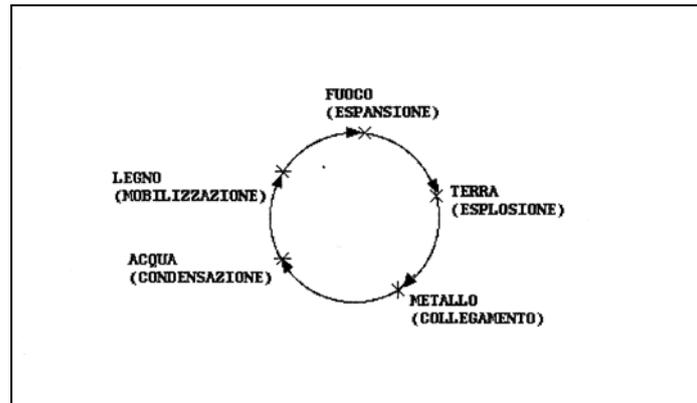
*Legno*: mobilitazione, induce il moto, la crescita.

*Fuoco*: espansione, sviluppo massimo.

*Terra*: esplosione, distribuzione, distruzione.

*Metallo*: il raccogliere, il prendere forma.

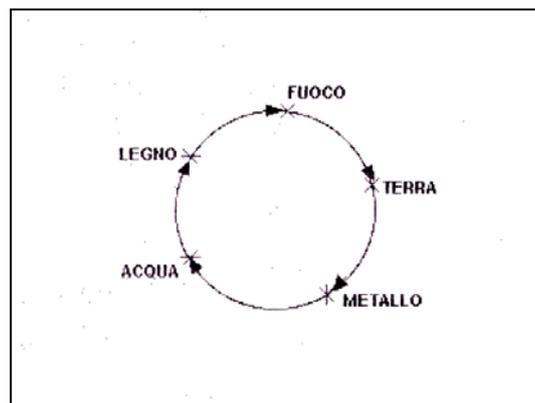
*Acqua*: condensazione, lo stare assieme.



*Le fasi di cambiamento*

## Ciclo Sheng

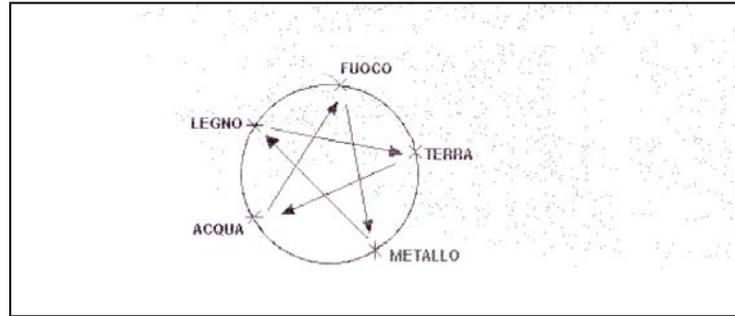
Il legno produce il fuoco, il fuoco produce la terra, la terra produce il metallo, il metallo produce l'acqua, l'acqua produce il legno. Il *C o Qi* (energia vitale), segue questo movimento.



*Ciclo Sheng*

## Ciclo Ko

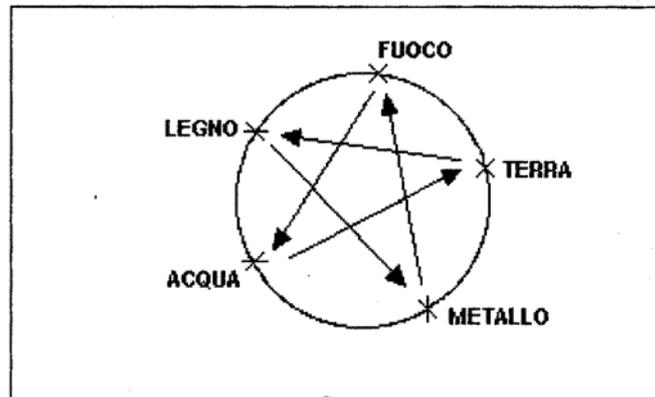
Il legno scalda la terra, il fuoco fa fondere i metalli, la terra rallenta l'acqua, il metallo può rompere il legno, l'acqua spegne il fuoco. Nel ciclo Ko il *Chi* (energia vitale) controlla le varie logge ai fini di un flusso armonico dello stesso nelle medesime.



*Ciclo Ko*

### **Ciclo Mo (inverso del ciclo Ko)**

Se ad un tratto il movimento diventa troppo forte allora gli elementi romperanno il ciclo normale sottraendosi all'influenza del loro fattore dominante.

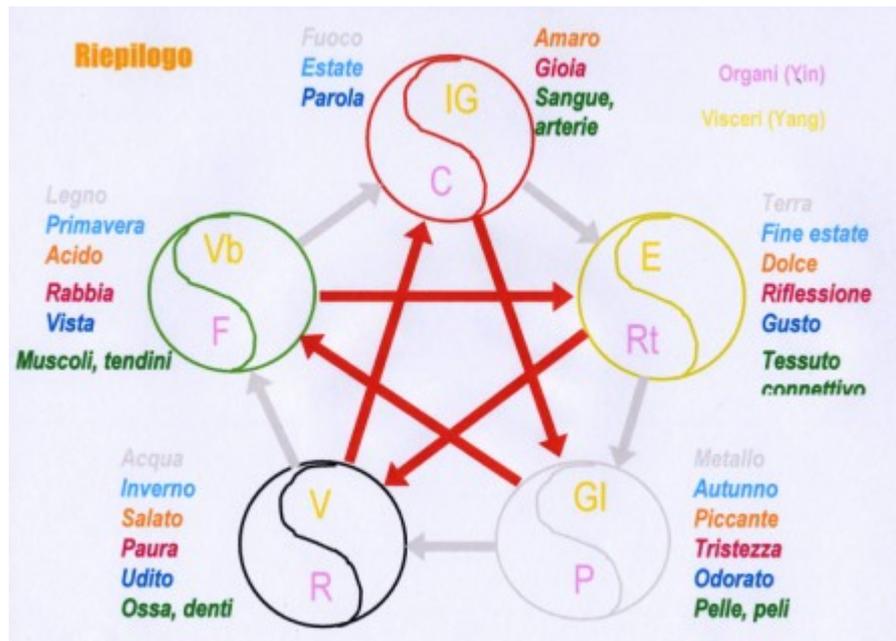


*Ciclo Mo*

Usando queste leggi è possibile accelerare o rallentare il movimento.

	<b>LEGNO</b>	<b>FUOCO</b>	<b>TERRA</b>	<b>METALLO</b>	<b>ACQUA</b>
<b>SVILUPPO</b>	NASCITA	PUBERTA'	ADULTO	ANZIANO	MORTE
<b>ORGANI</b>	FEGATO	CUORE	MILZA	POLMONE	RENE
<b>VISCERI</b>	CISTIFELLEA	INTESTINO TENUE	STOMACO	INTESTINO CRASSO	VESCICA URINARIA
<b>STAGIONI</b>	PRIMAVERA	ESTATE	FINE ESTATE	AUTUNNO	INVERNO
<b>DIREZIONE DEL VENTO</b>	EST	SUD	CENTRO	OVEST	NORD
<b>INFLUENZA AVVERSA DEL CLIMA</b>	VENTO	CALDO	UMIDO	SECCO	FREDDO
<b>TESSUTI</b>	MUSCOLI	VENE	TESSUTO CONNETTIVO	PELLE	OSSA
<b>FLUIDI DEL CORPO</b>	LACRIME	SUDORE	SALIVA	CATARRO	URINA
<b>DIAGNOSI</b>	UNGHIE	FACCIA	LABBRA	PELI	CAPELLI
<b>SAPORE</b>	ACIDO	AMARO	DOLCE	PICCANTE	SALATO
<b>ORGANI DI SENSO</b>	OCCHI	LINGUA	BOCCA	NASO	ORECCHIE
<b>VOCE</b>	CHE URLA	CHE PARLA	CHE CANTA	CHE GRIDA	LAMENTOSA
<b>EMOZIONE POSITIVA</b>	TENACIA	CALMA	SIMPATIA	FELICITA'	SICUREZZA DI SE'
<b>EMOZIONE NEGATIVA</b>	AGGRESSIONE	ECCITAZIONE	OSSESSIONE	INFELICITA'	PAURA
<b>AZIONE FISICA</b>	CONTRAZIONE	STIMOLAZIONE	RILASSAMENTO	ESPANSIONE	RALLENTAMENTO
<b>CEREALI O LEGUMI</b>	CRUSCA	RISO	GRANO	AVENA	SOYA
<b>CARNE</b>	PECORA	POLLO	MANZO	CAVALLO	MAIALE

*Caratteristiche principali dei 5 elementi*



Caratteristiche principali dei 5 elementi

I cinesi ritengono da millenni che l'energia circoli nel corpo per mezzo di particolari canali. Essi vengono definiti *Meridiani* e formano una rete chiusa all'interno dell'organismo.

- Esistono 12 meridiani principali che prendono il nome dagli organi e dagli apparati. Si dividono in *Yin e Yang*

#### *Meridiani Yang*

- Stomaco
- Cistifellea
- Vescica urinaria
- Intestino tenue
- Intestino crasso
- Triplice riscaldatore o Endocrino

#### *Meridiani Yin*

- Milza
- Fegato
- Reni
- Cuore
- Polmoni
- Maestro del cuore o Pericardio

Alcuni meridiani importanti, sono illustrati nel Pdf del *Power Point* della lezione frontale, allegato a questa dispensa.

## Nomenclatura standard internazionale dei meridiani

adottata dall'O.M.S.

<i>nome del meridiano</i>	<i>sigla O.M.S.</i>	<i>nome del meridiano</i>	<i>sigla O.M.S.</i>
<i>POLMONE</i>	<i>LU</i>	<i>VESCICA BILIARE</i>	<i>GB</i>
<i>GROSSO INTESTINO</i>	<i>LI</i>	<i>FEGATO</i>	<i>LR = LV</i>
<i>STOMACO</i>	<i>ST</i>	<i>REN MAI</i>	<i>CV</i>
<i>MILZA</i>	<i>SP</i>	<i>DU MAI</i>	<i>GV</i>
<i>CUORE</i>	<i>HT</i>	<i>CHONG MAI</i>	<i>TV</i>
<i>INTESTINO TENUE</i>	<i>SI</i>	<i>DAI MAI</i>	<i>BV</i>
<i>VESCICA</i>	<i>BL</i>	<i>YIN QIAO MAI</i>	<i>YinHV</i>
<i>RENE</i>	<i>KI</i>	<i>YANG QIAO MAI</i>	<i>YangHV</i>
<i>PERICARDIO</i>	<i>PC</i>	<i>YIN WEI MAI</i>	<i>YinLV</i>
<i>TRIPLO RISCALDATORE</i>	<i>TE=TB=TH</i>	<i>YANG WEI MAI</i>	<i>YangLV</i>

2. Esistono 60 meridiani secondari (di interesse minore o particolare, tranne gli otto curiosi)
- 12 Muscolari
  - 12 Caratteristici
  - 12 Trasversali
  - 16 Longitudinali
  - 8 Curiosi o Meravigliosi

Osservando i meridiani nel loro insieme si nota che questi, con le loro diramazioni, vanno a formare una rete. I meridiani maggiori sono presenti specularmente sia a destra che a sinistra del corpo, ad eccezione dei due meridiani curiosi principali, Vaso Cenezione (CV) e Vaso Governatore (GV) che scorrono lungo la linea mediana. Ad ogni meridiano corrispondono numerosi punti di agopuntura.

<b>MERIDIANO</b>	<b>PUNTI</b>
VESCICA URINARIA	67
STOMACO	45
CISTIFELLEA	44
RENE	27
TRIPLO RISCALDATORE	23
MILZA	21
INTESTINO TENUE	19
INTESTINO CRASSO	20
FEGATO	14
POLMONE	11
CUORE	9
PERICARDIO (P)	9

*Totale punti di agopuntura per ognuno dei 12 meridiani principali.*

Ogni punto di agopuntura può considerarsi una zona di energia concentrata. Per stimolare i punti si possono usare, oltre alle dita ed agli aghi, anche altri sistemi, tra cui i magnetini, la moxa, l'elettrostimolazione, il laser, la luce colorata (cromopuntura) le coppette ed altri ancora.

## **Cap. II°: Medicina Tradizionale Indiana o AYURVEDA**

Scienza millenaria dell'India, il cui significato etimologico è "Scienza della Vita"; essa vede la salute come l'armonia di tre forze, o *Dosha*, auscultabili nel polso e percepibili anche da altri aspetti del paziente: *Vata* (vento-circolazione), *Pitta* (fuoco-vapore), *Kapha* (Terra umido-fredda). La terapia tende sempre ad armonizzare questi valori, sia essa nutrizionale, fitoterapica o manuale. E' particolarmente noto per la sua efficacia il "panchakarma", un metodo di trattamenti ayurvedici associati, anch'esso di tradizione millenaria, che occupa il paziente almeno sette giorni e mira al ringiovanimento generale del medesimo.

In occidente, il medico ayurvedico possiede nozioni di medicina occidentale ed ayurvedica, dopo aver superato appositi corsi pluriennali. Negli Stati Uniti e nel continente asiatico indiano, ricerche universitarie recenti hanno avvalorato l'efficacia dei trattamenti ayurvedici e l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha ufficialmente riconosciuto questa arte medica, come efficace e sicura.

Come accennato, secondo la visione dell'AYURVEDA le molteplici funzioni del corpo, dalle più grossolane alle più sottili, sono governate da tre principi metabolici fondamentali chiamati DOSHA: **Dosha Vata**, **Dosha Pitta** e **Dosha Kapha**. Per raggiungere una salute ideale è indispensabile creare equilibrio tra queste tre funzioni o dosha, cioè creare e mantenere l'equilibrio della propria costituzione. Ciò significa mantenere la giusta proporzione e il giusto rapporto tra i tre principi fisiologici basilari Vata, Pitta e Kapha. Questi principi possiedono speciali qualità e controllano specifiche funzioni nella fisiologia. Qui di seguito ne elenchiamo solo alcune importanti:

- **VATA** è leggero, instabile, freddo, secco, mobile. Vata **rappresenta il principio del movimento e dell'attivazione**. Controlla tutte le funzioni del sistema nervoso e presiede alle funzioni del sistema respiratorio e circolatorio, dell'apparato di locomozione e degli organi escretori.
- **PITTA** è caldo, leggero, acuto, leggermente maleodorante. Pitta **rappresenta il principio della digestione e del metabolismo, della trasformazione e della produzione di energia e calore**. Controlla le funzioni digestive e metaboliche attraverso il meccanismo della regolazione ormonale.
- **KAPHA** è pesante, stabile, unto, lento. Kapha **rappresenta il principio della coesione e della struttura**. Preserva l'integrità dei tessuti e dell'organismo nella sua totalità mediante il controllo delle funzioni immunitarie. **Governa l'equilibrio dei fluidi** a livello cellulare e tissutale, promuove la crescita bilanciata del corpo.

Ogni persona, a causa di fattori genetici, della dieta della madre durante la gravidanza e a causa di altri fattori, nasce già con una specifica proporzione di questi tre principi. Se per esempio il dosha Vata è dominante rispetto agli altri, diremmo allora che questa persona è di costituzione Vata. Se tutti e tre i dosha sono ben rappresentati ed espressi, allora questa persona sarà di costituzione **Tridosha**, la costituzione che garantisce una vita naturalmente più sana di qualsiasi altra perché appunto i dosha sono in equilibrio fin dalla nascita. La sostanza di tutto questo è di sapere che al fine di mantenere la salute o di rafforzarla, ogni costituzione va preservata nel suo unico e speciale equilibrio.

I testi ayurvedici classici affermano: "I tre dosha, quando sono in equilibrio, sostengono il corpo e quando sono in squilibrio causano ogni sorta di malanno".

Molti fattori influenzano i DOSHA come: l'alimentazione, il lavoro, la routine giornaliera, l'ambiente, le stagioni, lo stress e tutte le influenze che assimiliamo giorno dopo giorno.

Per equilibrare i DOSHA si possono assumere degli accorgimenti come qualità opposte all'influenza disturbante. *Vata* per esempio è riequilibrato dal riposo, dalla regolarità, dal calore e dal massaggio caldo di olio. *Pitta* dal fresco, dalla tranquillità, evitando spezie e alcool. Per *Kapha* è necessario il caldo, il piccante, l'attività e l'esercizio fisico.

***“Equilibrio significa la giusta proporzione  
dei tre principi fisiologici basilari a seconda della propria costituzione”.***

La comprensione dell'ayurveda, può essere interpretata anche partendo dalla conoscenza della medicina cinese. Ciò rappresenta un vantaggio per chi possiede già conoscenze di quest'ultima, e permette anche a chi non ne abbia dall'inizio, di ragionare correttamente in entrambe le discipline. Tuttavia, va tenuto presente che le due dottrine, pur avendo molto in comune, parlano due linguaggi che sono traducibili uno nell'altro, ma possiedono due grammatiche diverse. Un po' come con le lingue inglese e quella francese. Con le medesime lettere, possiamo scrivere un testo in una o nell'altra lingua, esprimendo pressoché i medesimi concetti. Le due grammatiche, tuttavia, non sono sovrapponibili, solo i testi sono traducibili una nell'altra. Così è per queste due importantissime medicine Orientali, approvate dall'OMS.

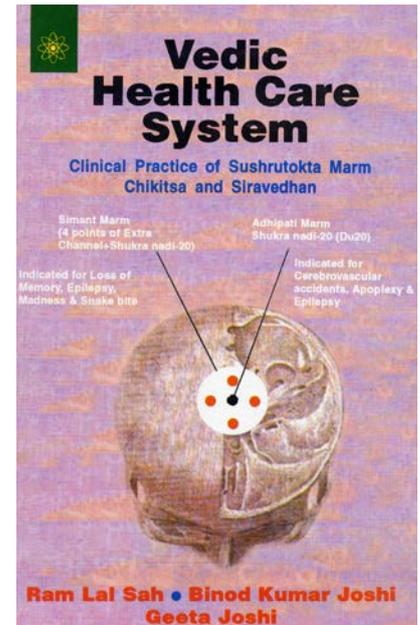
Nei rimi anni duemila, tre giovani studenti di sanscrito di Nuova Delhi, iscritti anche ad un College governativo di Medicina Ayurvedica, analizzando la Shushruta Samitha, un testo in sanscrito del 1500 a.C., scritto da Shushruta, il grande saggio (*maha-rishi*) medico-chirurgo, l'Ippocrate dell'India, essi si accorsero che se sostituivano il termine “Dhamanis”, tradotta dai precedenti traduttori come “arterie”, in



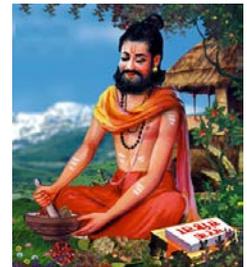
Statua di Sushruta, grande medico chirurgo,  
autore della “Sushruta Samita” (1500 a.C.) ad Aridwar (India)

“meridiani”, compariva il modello cinese dei meridiani, con tutti i punti (siras) corrispondenti (!). I Siras sono cioè gli agopunti specifici delle aree di massaggio (marma) del massaggio ayurvedico. Detti punti sono esattamente corrispondenti a quelli cinesi del massaggio cinese (Tui-Na) e dell’agopuntura e identici a quelli dello Shiatsu o massaggio giapponese.

Vedic Health Care System (Clinical Practice of Sushrutokta Marma Chikitsa and Siravedhana-highlighting Acupuncture) R.L.Shah, B.K.Joshi, G.Joshi. New Age Books New Delhi, 2005.



Il testo (a sinistra) del medico agopuntore ayurvedico australiano Dr. Frank Ross spiega l’ayurveda partendo dai concetti cinesi. Le tabelle che seguono sono tratte dall’opera menzionata.



### Yin e Yang

Un altro testo ayurvedico importante è la “Charaka Samhita”, del medico indiano Charaka (circa 1000 a.C., immagine a destra). Già allora i due concetti furono contemplati in Ayurveda.

È ovvio che Charaka decise di descrivere queste importanti qualità di dualità per scopi diagnostici e terapeutici, per cui non ebbe bisogno di elencarne altre di cui era assolutamente consapevole, quali ombra e luce, sinistra e destra, Sole e Luna, maschio e femmina, ecc. Egli elencò e descrisse le seguenti venti qualità (dieci coppie di attributi opposti):

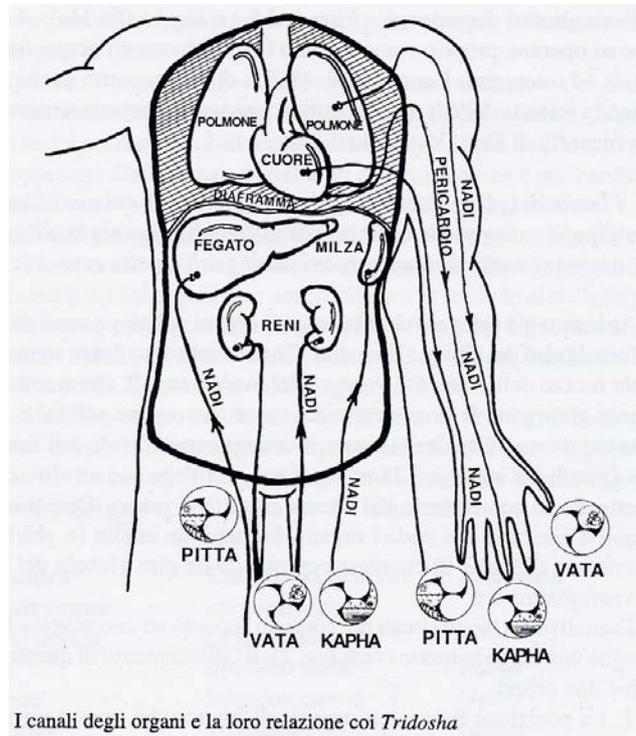
- |                                    |                                |
|------------------------------------|--------------------------------|
| 1. a) Pesante ( <i>guru</i> )      | b) Leggero ( <i>laghu</i> )    |
| 2. a) Freddo ( <i>sita</i> )       | b) Caldo ( <i>ushna</i> )      |
| 3. a) Untuoso ( <i>snigdha</i> )   | b) Secco ( <i>ruksa</i> )      |
| 4. a) Lento ( <i>manda</i> )       | b) Veloce ( <i>tiksna</i> )    |
| 5. a) Statico ( <i>sthirā</i> )    | b) Mobile ( <i>sara</i> )      |
| 6. a) Soffice ( <i>mrdu</i> )      | b) Duro ( <i>kathina</i> )     |
| 7. a) Limpido ( <i>vishada</i> )   | b) Torbido ( <i>picchila</i> ) |
| 8. a) Liscio ( <i>slakshna</i> )   | b) Ruvido ( <i>khara</i> )     |
| 9. a) Grossolano ( <i>sthula</i> ) | b) Sottile ( <i>sukhma</i> )   |
| 10. a) Solido ( <i>sandra</i> )    | b) Liquido ( <i>drava</i> )    |

Anche l'orario biologico cinese trova corrispondenza in Ayurveda.

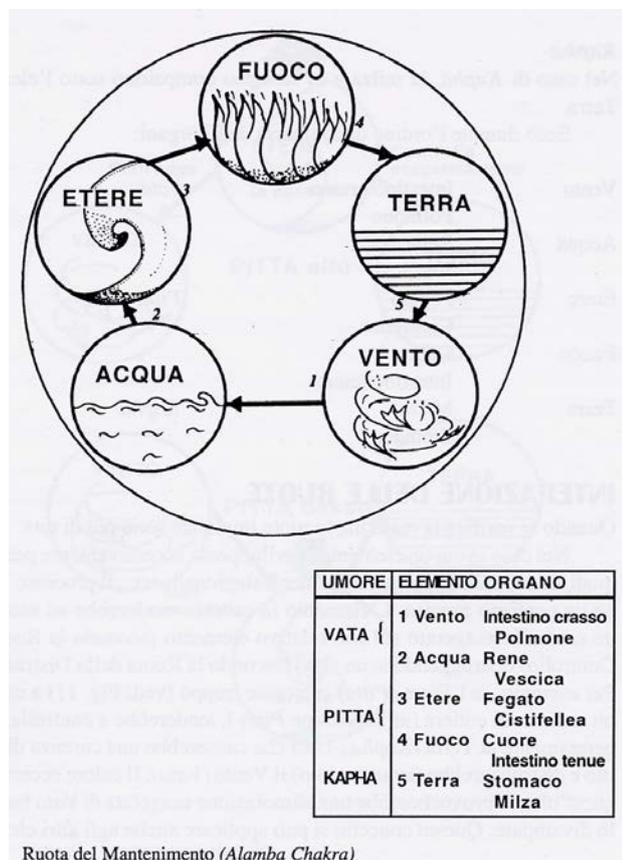
VATA (a.m.) (canali del braccio)	3 - 5 a.m. 5 - 7 a.m.	Polmone (organo solido) Intestino crasso (organo cavo)
KAPHA (canali della gamba)	7 - 9 a.m. 9 - 11 a.m.	Stomaco (organo cavo) Milza (organo solido)
PITTA (canali del braccio)	11 a.m. - 1 p.m. 1 p.m. - 3 p.m.	Cuore (organo solido) Intestino tenue (organo cavo)
VATA (p.m.) (canale della gamba)	3 - 5 p.m. 5 - 7 p.m.	Vescica Urinaria (organo cavo) Rene (organo solido)
KAPHA (canale del braccio)	7 - 9 p.m. 9 - 11 p.m.	Pericardio (organo solido) Tridosha (organo cavo)
PITTA (canale della gamba)	11 p.m. - 1 a.m. 1 a.m. - 3 a.m.	Cistifellea (organo cavo) Fegato (organo solido)

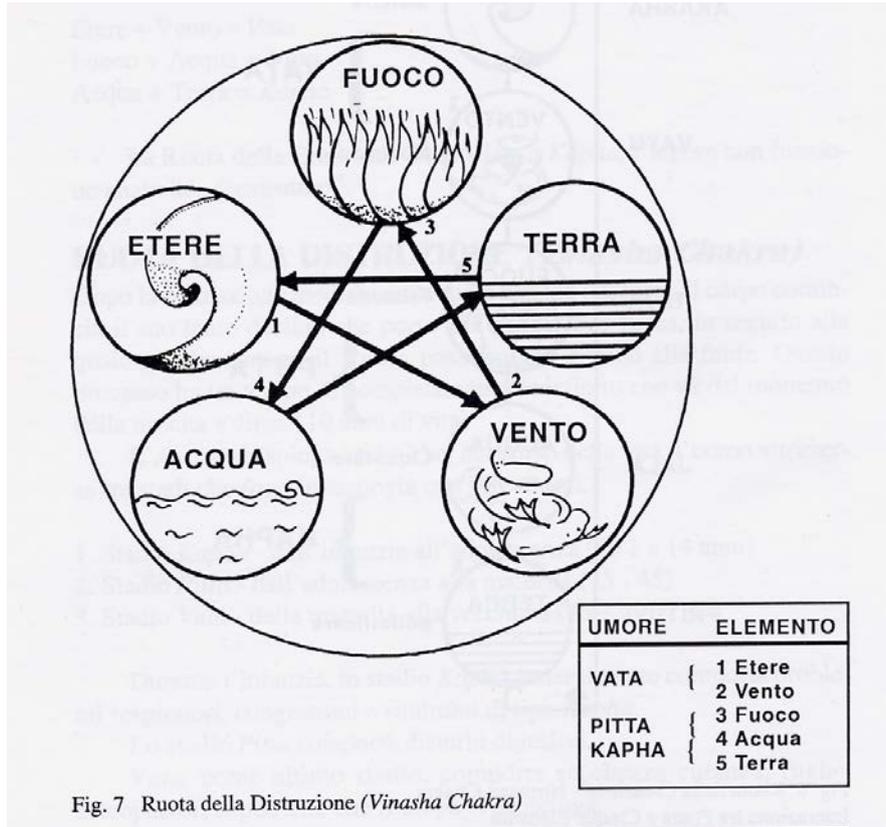
### Corrispondenza Elementi - Dosha - Organi

Vento	Intestino crasso Polmone	<i>Vata</i>
Acqua	Rene Vescica	
Etere	Fegato Cistifellea	<i>Pitta</i>
Fuoco	Cuore Intestino tenue	
Terra	Milza Stomaco	<i>Kapha</i>

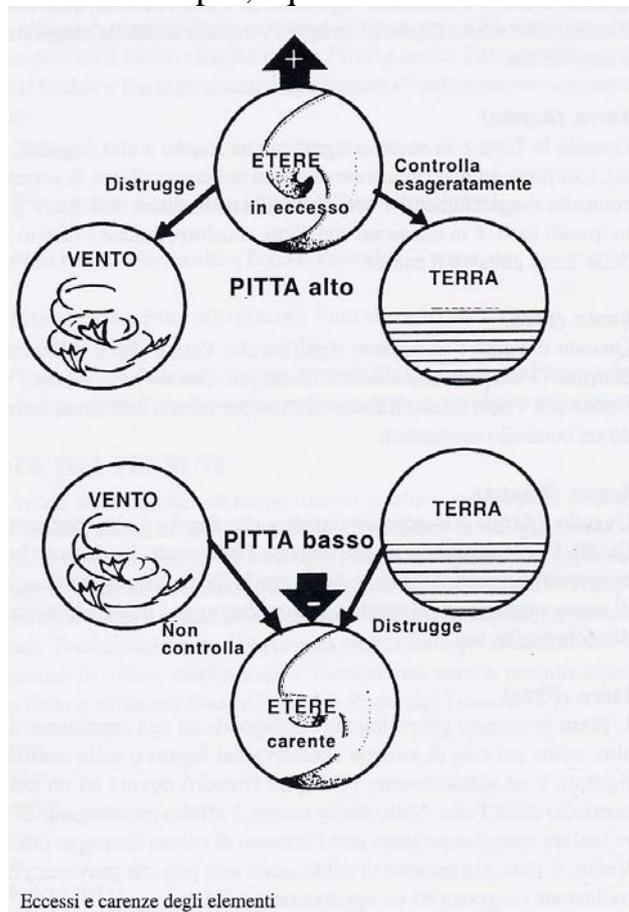


Legge della pentacoordinazione;

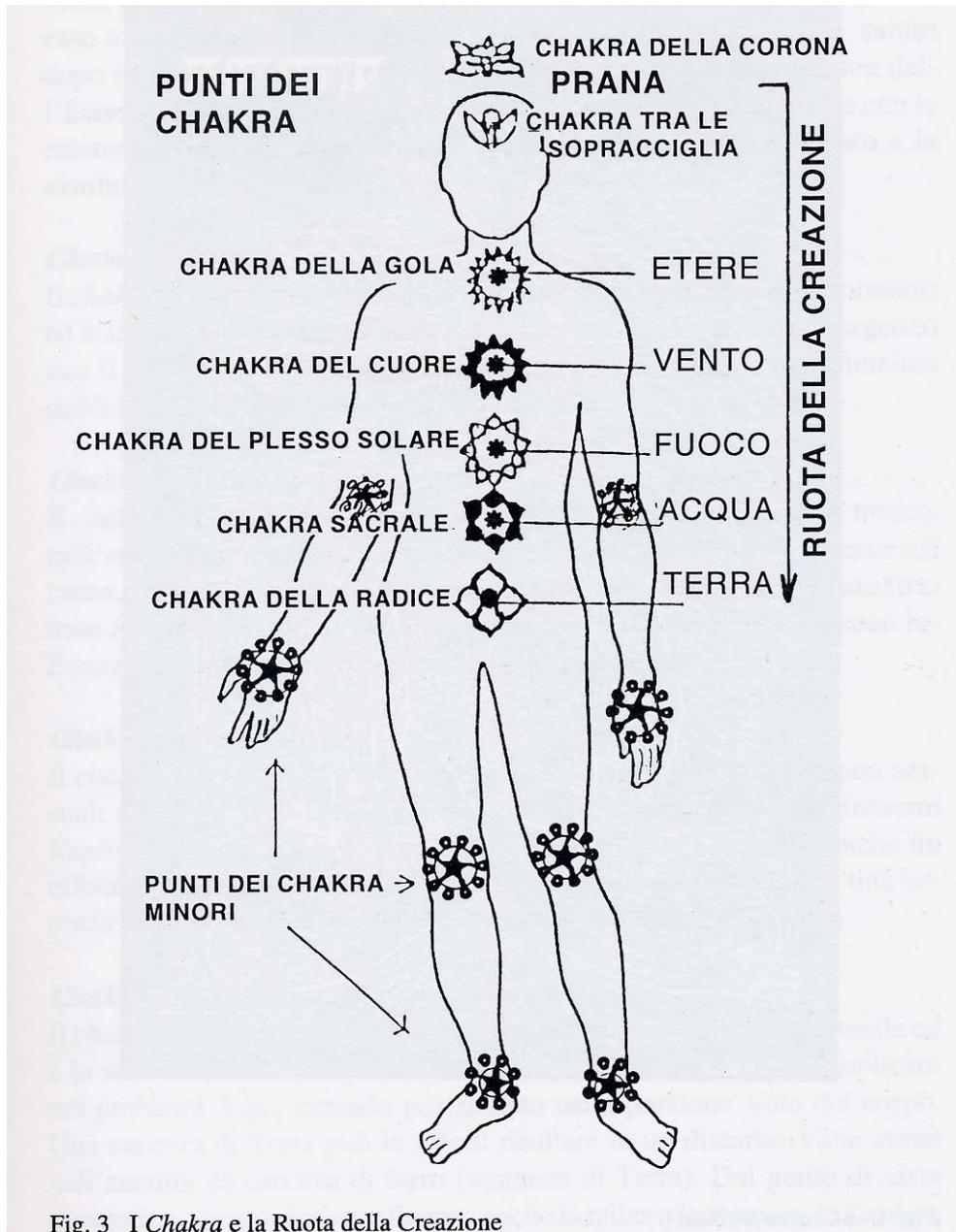




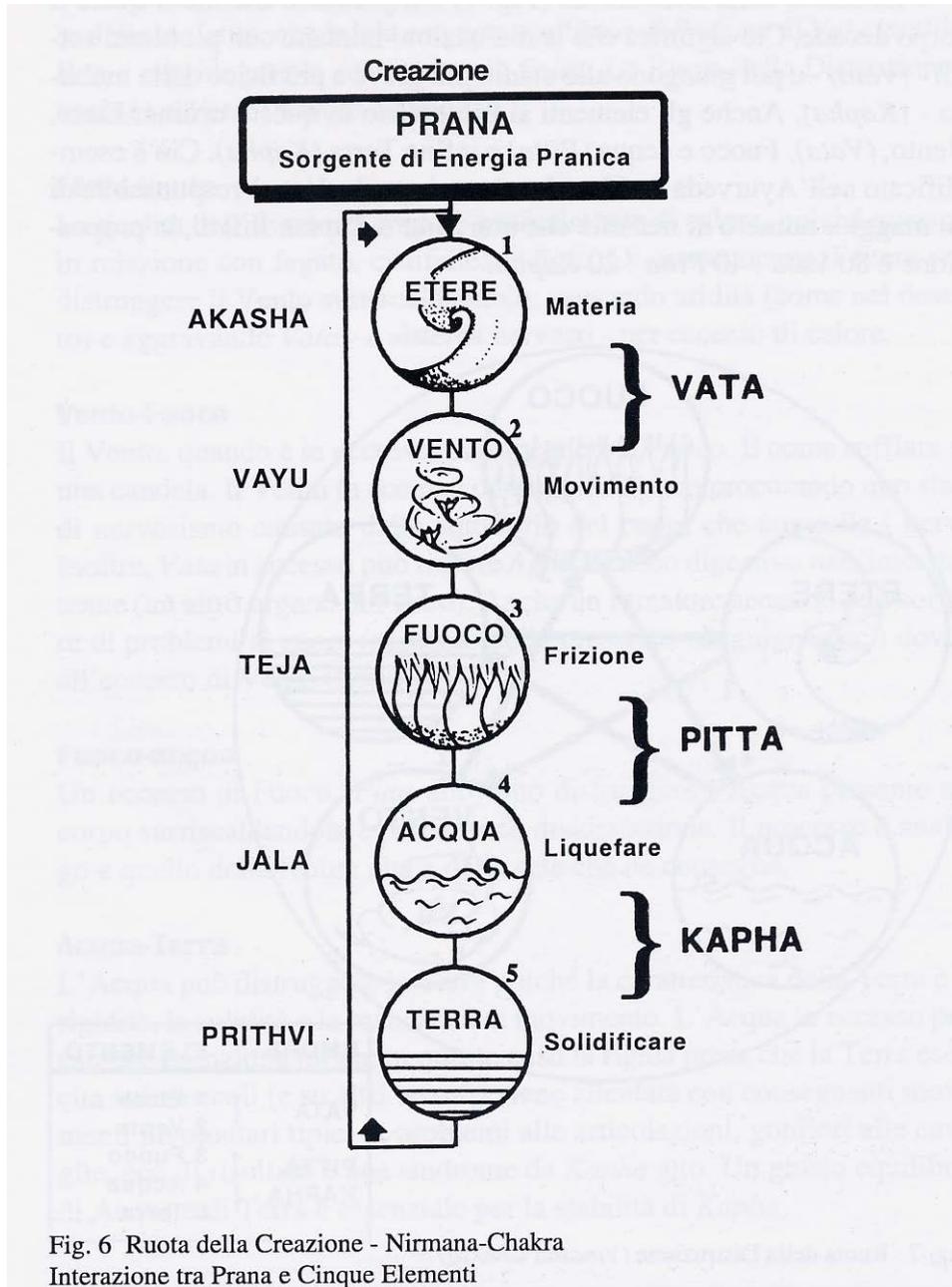
esempio, squilibrio di Pitta.



RELAZIONE TRA ELEMENTI E CHAKRA



## PRANA, ELEMENTI E DOSHA



## Esempio di possibilità operatività per Naturopati riflessologi.

### *Utilizzo dei magneti adesivi (magnetini) secondo la pratica Cino-nipponica*

La maggior parte dei terapeuti che ricorrono alla magnetoterapia impiegano il polo NEG (-) per la cura di numerosi disturbi, soprattutto in caso di infiammazioni.

Si utilizzeranno piccoli magneti adesivi, o “magnetini”. All'aumentare dell'intensità in *Gauss* aumenterà la capacità di penetrazione del flusso magnetico, in ragione della massa ristretta del magnetino e delle linee di forza molto ravvicinate che vanno ad irradiarsi sottocute.

I principi della combinazione dei magnetini a p. NEG (-) e p. POS (+) sono stati trasmessi dal Giappone all'estero principalmente da scuole anglo-nipponiche, statunitensi e australiane. L'indirizzo più aggiornato per le varie terapie, consiste nell'utilizzo di magnetini con potenza non inferiore a 3000 *Gauss* (in genere di fabbricazione giapponese) od anche e preferibilmente da 6000 o 9000 *Gauss* (apprezzati in particolare dalla scuola australiana), anche se i risultati si iniziano a vedere dopo i 600 *Gauss* (Tierras). In linea di massima si ritiene che i magnetini impieghino circa due giorni a raggiungere il massimo del loro picco d'influenza nei confronti del punto e che ciò duri per circa cinque giorni; dopo si assiste ad una sorta di assuefazione del punto, per cui, dopo circa sei-sette giorni (2+5), i magnetini vanno rimossi. Vanno riposti in loco dopo uno o due giorni di sosta, per altrettanti sei-sette giorni, e via di seguito fino a risoluzione.

Per semplicità Noel Norris della scuola australiana preferisce mantenere la sequenza di sei giorni di applicazione e 1 giorno di sosta (sequenza settimanale).

I principi fondamentali d'applicazione, sistematizzati da Nagatoma, Manaka ed Ito si configurano principalmente nelle seguenti possibilità:

- 1) Trattare l'area reagente (*trigger point* oppure agopunto) direttamente con il p. NEG (-) di un magnetino, ed un punto riflettente l'area con il p. POS (+) di un altro magnetino di uguale potenza. Ciò significa che con una mappa dei punti *trigger* per TENS (Elettro-stimolazione transcutanea) potremo applicare i magneti seguendo questo criterio. Non è necessario avere nozioni di agopuntura per adottare questo sistema.
- 2) Un altro metodo consiste, per esempio se si sta trattando una colite od un dolore o infiammazione associati al meridiano SI (intestino tenue = *small intestine*; di è adottata la nomenclatura internazionale OMS) nell'applicare uno o più magnetini a p. NEG (-) direttamente sulla parte dolorante, sopra l'addome. Nello stesso tempo, visto che la condizione suddetta coinvolge anche il LI

(grosso intestino) e forse anche i meridiani dello ST (stomaco), si dovrebbe applicare un magnetino, sempre a p. NEG (-), anche su 4LI per disperdere questo meridiano, ed un altro magnetino a p. POS (+) su 36ST, per favorire lo scorrimento dell'energia al di sotto di questa zona.

- 3) Trattare l'area reagente secondo il bilanciamento energetico dell'ordine sinistra-destra, ovvero tenendo presente che la parte destra è generalmente *yin* (forze fredde elettriche) e la sinistra è *yang* (forze calde termali). Per cui a seconda che la sindrome sia data da eccesso o difetto d'energia, si stimolerà o si sederà la parte opposta che necessita del bilanciamento (*Legge Sposo-sposa*).
- 4) Trattare l'area reagente con il p. NEG (-) di un magnetino ed utilizzare il p. POS (+) di un altro magnetino a medesima intensità sullo stesso meridiano per far defluire l'area di reazione.

Quest'ultimo metodo è il più usato ed è particolarmente efficace e semplice, e consiste nell'applicare un magnetino a p. NEG (-) sulla parte dolorante o sulla zona infiammata, ed un magnetino a p. POS (+) nella zona sottostante e soprastante, sullo stesso percorso del meridiano o in punti ad esso correlato.

\*\*\*

## **PRONTUARIO INDICATIVO DI MAGNETOPUNTURA**

*Segue un elenco schematico di punti suggeriti, tenendo presente che si tratta solo di un panorama riassuntivo; il terapeuta dovrà applicare i magnetini ai punti che ritiene più adatti al caso individuale.*

*I punti sono indicati secondo il codice internazionale OMS e tra parentesi secondo quello italo-francese.*

### **a) MANIFESTAZIONI DISFUNZIONALI DEI VARI INSIEMI FUNZIONALI E DEI VARI ORGANI O VISCERI**

#### **Manifestazioni disfunzionali del meridiano POLMONE (*Lung* = LU)**

Vanno inserite sotto questa voce tutte le funzioni che presiedono all'apparato respiratorio;

- Controllano la voce, l'olfatto e il tatto;
- Influenzano la produzione del muco nasale;
- Sottointendono alla nutrizione della pelle e delle mucose.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano polmone:

- astenia fisica e psichica
- difficoltà respiratorie di tipo funzionale;
- voce anormale, alterazioni respiratorie, tosse;
- traspirazione;
- alterazioni dell'olfatto;
- manifestazioni cutanee o mucose;
- depressione e tristezza.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

13BL (13V) - 1 LU (1P) - 7LU (7P) - 9LU (9P).

### **Manifestazioni disfunzionali del meridiano MILZA-PANCREAS (Spleen/Pancreas = SP)**

Vanno intese sotto questa voce tutte le funzioni che:

- presiedono alle reazioni metaboliche in genere;
- influenzano la distribuzione degli elementi nutritivi e delle energie prodotte con l'alimentazione a tutto il corpo;
- controllano i liquidi e la distribuzione del sangue nell'organismo;
- sottointendono il connettivo ed i tessuti di sostegno (escluso l'osso);
- regolano il trofismo del tessuto adiposo;
- presiedono al trofismo tissutale in genere;
- influenzano la riflessione ed il pensiero in generale.

Alcuni sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano milza-pancreas:

- pesantezza, obesità o magrezza;
- cellulite;
- edema;
- meteorismo, dispepsie, borborigmi, flatulenze, eruttazioni;
- alterazioni delle feci;
- produzione anomala o accumulo di mucosità, essudati ecc.
- stress e sue manifestazioni;
- rimuginazione, idee fisse.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

13LR (13F) - 20BL (20V) - 12CV (12VC) - 4 SP (4Rp)  
6SP (6Rp).

### **Manifestazioni disfunzionali del meridiano CUORE (*Heart* = HT)**

Sono sottintese sotto questa voce tutte le funzioni che:

- rappresentano il movimento di distribuzione in periferia del sangue;
- regolano la produzione del sudore;
- sottintendono il linguaggio;
- controllano le affezioni psichiche (esempio: nevrosi);
- influenzano la circolazione globale.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano cuore:

- disturbi psichici, nevrosi;
- sudorazione, sensazione di calore o freddo;
- ansia e sue manifestazioni.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

14CV (14VC) - 15BL (15V) - 7HT (7 C).

### **Manifestazioni disfunzionali del meridiano RENE (*Kidney* = KI)**

Sono sottintese sotto questa voce tutte le funzioni che:

- controllano il trofismo osseo ed articolare;
- influenzano i capelli;
- presiedono al mantenimento dello stato energetico individuale.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano rene:

- edemi,
- dolori e debolezza ossea, soprattutto lombare;
- caduta di capelli, astenia;
- turbe della sessualità.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

23 BL (23V) - 25GB (25Vb) - 3 KI (3Rn) - 6KI (6Rn)  
- 4GV (4 VG).

### **Manifestazioni disfunzionali del meridiano FEGATO (*Liver* = LR)**

Sono sottintese sotto questa voce tutte le funzioni che:

- controllano i processi difensivi dell'organismo;
- mantengono l'equilibrio tra i componenti ematici nella loro globalità;
- presiedono all'attività muscolare nel suo complesso;
- controllano la vista;
- influenzano le turbe cefaliche.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano fegato:

- vertigini, cefalee;
- turbe funzionali della vista;
- problemi muscolari;
- parestesie, paresi funzionali;
- timidezza o eccessi di collera.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

14LR (14F) - 18BL (18V) - 8LR (8F) - 3LR (3F).

### **Manifestazioni disfunzionali del meridiano STOMACO (*Stomach* = ST)**

Sono sottintese sotto questa voce tutte le funzioni che:

- presiedono all'attività digestiva e di assimilazione dei principi attivi contenuti negli alimenti;
- comprendono le funzioni digestive e di progressione del bolo alimentare a livello della cavità orale, esofago, stomaco, duodeno;
- controllano l'attività delle ghiandole salivari.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano stomaco:

- malattie del cavo orale;
- alterazioni della mucosa orale e della salivazione;
- tendenza alle flogosi odontoiatriche;
- Manifestazioni disfunzionali dell'esofago, stomaco e duodeno;
- meteorismo;
- alterazioni del transito intestinale.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:* 12CV (12VC) - 21BL (21V) - 36ST (36E).

**Manifestazioni disfunzionali del meridiano  
VESCICA BILIARE (*Gall Bladder = GB*)**

Sono sottintese sotto questa voce tutte le funzioni che:

- controllano la formazione e le funzioni escrettrici biliari.

Inoltre va tenuto presente che:

- l'attività è coordinata con quella del fegato, con il quale completa l'insieme funzionale fegato-vescica biliare,
- è importante per le ripercussioni sul sistema epato-biliare, sull'apparato venoso e sul metabolismo idrico.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano vescica biliare:

- turbe del transito intestinale;
- dolori e gonfiori nell'ipogastrio e nell'ipocondrio destro;
- turbe gastriche associate a quelle coliche;
- nausea e vomito;
- alterazioni della vista;
- cefalea;
- insonnia;
- bocca amara;
- vertigini.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

24GB (24VB) - 19BL (19V) - 37GB (37VB) - 12CV (12VC)

*Dannang (Extra 35).*

**Manifestazioni disfunzionali del meridiano  
INTESTINO TENUE (*Small Intestine = SI*)**

Sono sottintese sotto questa voce tutte le funzioni che:

- completano la digestione gastrica e duodenale e l'assorbimento dei principi attivi alimentari;
- controllano, completando l'attività di altri insiemi, il mantenimento dell'equilibrio idrico;
- partecipano a regolare le affezioni nervose con predominanza simpatico-neurotonica;

- inoltre l'intestino tenue è in collegamento funzionale con il grosso intestino e con la vescica biliare.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano intestino tenue:

- dolori addominali;
- alterazioni del transito intestinale;
- anomalie della diuresi.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

27 BL (27V) - 3CV (3VC) - 12CV (12VC) - 39ST (39E) - 3SI (3IG).

### **Manifestazioni disfunzionali del meridiano INTESTINO CRASSO (*Large Intestine* = LI)**

Sono sottointese sotto questa voce tutte le funzioni che elaborano e trasformano il contenuto intestinale;

- presiedono all'assorbimento idrico;
- eliminano i rifiuti solidi;
- partecipano, con altri insiemi, al mantenimento dei liquidi corporei.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano grosso intestino:

- dolori addominali;
- alterazioni del transito intestinale a livello del colon;
- meteorismo;
- ptosi anale;
- sintomi presenti anche a livello dello stomaco, in appoggio al trattamento specifico.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

25ST (25E) - 25BL (25V) - 37ST (37E) - 4LI (4GI) - 11LI (11GI).

### **Manifestazioni disfunzionali del meridiano VESCICA (*Bladder*: BL)**

Sono sottointese sotto questa voce tutte le funzioni che:

- sono influenzate o regolate dal rene;

- sono in stretto rapporto con la sudorazione, la minzione, gli edemi e quindi con la regolazione degli equilibri dei liquidi organici.

Sintomi di identificazione dell'interessamento del meridiano della vescica sono:

- alterazioni funzionali della diuresi e della minzione;
- edemi
- eliminazione di prodotti patologici;
- lombalgie frequenti;
- sensazione di freddo a livello lombare.

*Punti riflessogeni di magnetopuntura:*

2CV (2VC) – 17BL (17V) – 12CV (12VC) – 10CV (10VC) 6CV - (6VC).

### **Afezioni localizzate**

**Nota: non conoscendo i punti, si trovino e si trattino i Trigger Point algici locali.**

### **Meridiani dell'arto superiore**

- 1) *Meridiano del Polmone (LU):* affezioni bronco-polmonari e faringee, malattie della pelle, periartrite scapolo-omerale anteriore (dolore in adduzione – flessione - intrarotazione), tendinite del bicipite, dolori lungo il percorso del canale, dolore al gomito, al polso, algie delle articolazioni del pollice.

1LU (1P) - 5LU (5P) - 7LU (7P) - 9LU (9P).

- 2) *Meridiano del Grosso Intestino (LI):* dolori lungo il percorso, cefalea a casco, dolori dentari (arcata inferiore), torcicollo, cervicalgia bassa, dolore di spalla (soprattutto all'abduzione), epicondilite, dolori al polso e al dito indice, affezioni del colon.

4LI (4GI) - 10LI (10GI) - 11 LI (11GI) - 14LI (14GI)  
- 15LI (15GI).

- 3) *Meridiano del Triplice Riscaldatore (TH):* dolori lungo il percorso, affezioni digestive, dolori della articolazione temporomandibolare, cervicalgia CO-C1 con irradiazione lungo il nervo cervicale, dolore peri-auricolare, algia in sede pretragica, dolore alla spalla (soprattutto all'adduzione, estensione ed extrarotazione) dolori al gomito e/o al polso, dolori diffusi al dorso della mano, anche con parestesie.

4TH(4TR) – 5TH(5TR) – 10TH(10TR) – 15TH(15TR).

- 4) *Meridiano dell'Intestino Tenue (SI)*: dolori lungo il percorso, dolori al polso, rachialgie, dolori al gomito, dolori di spalla, scapolalgie diffuse, torcicollo, otalgie, dolori dentari dell'arcata superiore, dolori facciali.

3SI (3IG) - 5SI (5IG) - 8SI (8IG) - 10SI (10IG).

- 5) *Meridiano del cuore (HT)*: dolori lungo il percorso, affezioni psichiche e psicosomatiche, insonnia, dolori al gomito ed al polso, dolori al palmo della mano, sindrome del tunnel carpale.

3HT (3C) - 7HT (7C).

- 6) *Meridiano del Maestro del Cuore o Pericardio (PC)*: dolori lungo il percorso, algie al gomito ed al polso, dolori al palmo della mano, sindrome del tunnel carpale.

3PC (3MC) - 6PC (6MC) - 7PC (7MC).

### **Meridiani dell'arto inferiore**

- 1) *Meridiano della Vescica (BL)*: è il meridiano più esteso del corpo e raccoglie 67 punti; è l'unico ordinario situato a fianco del rachide. Numerose sono le affezioni in cui è chiamato in causa: rinite, cefalea parietale e/o nucale, cervicalgie, dorsalgie, lombalgie aggravate dalla flessione: estensione; rachialgie diffuse, lombosciatalgie lungo il percorso, dolori posteriori del ginocchio, tallonite, dolori laterali della caviglia e del piede, astenia, affezioni pelviche.

Punti locali dolenti dal 11BL (11V) al 35BL (35V) posti lungo il rachide - 36BL (36V) - 40BL (40V) - 58BL (58V) 60BL (60V) - 62BL (62V).

- 2) *Meridiano della Vescica Biliare (GB)*, attraversa tutto un emicranio, la parte laterale del tronco e delle gambe: affezioni temporo-mandibolari, cefalee temporali ed emicranie, affezioni oculari risolvibili con la riflessoterapia, cervicalgie, torcicollo, dolori lungo il percorso, coxalgia e periartrite dell'anca, lombalgia aggravata dalla rotazione del tronco, lombosciatalgia laterale (irradiazione in L5) gonalgie laterali della caviglia, "vampate di calore" menopausali.

21GB (21VB) - 30GB (30VB) - 34GB (34VB) - 37GB (37VB) - 40GB (40VB) - 41GB (41VB) - *Dannang* (Extra 35).

- 2) *Meridiano dello Stomaco (ST)*, attraversa dall'alto al basso il corpo ed è posto in sede anteriore: dolori facciali, nevralgia del trigemino, affezioni dentarie, dolori lungo il percorso, lombocuralgia (irradiazione in L4), gonalgia anteriore, dolori alla parte anteriore della caviglia e sul dorso del piede. Alcuni punti posti su questo meridiano sono utilizzati anche per affezioni neuro-vegetative, problemi gastrici, affezioni viscerali, cefalee, insonnia.

12ST (12E) - 25ST (25E) - 30ST (30E) - 36ST (36E) - 41ST (41E).

- 3) *Meridiano del Fegato (LR)*: contratture muscolari, cefalee, dolori lungo il percorso, affezioni della caviglia in sede mediale, coxalgia anteriore, cattiva digestione e dispepsia.

3LR (3F) - 5LR (5F) - 8LR (8F) - 11LR (11F).

- 5) *Meridiano della Milza (SP)*, riunisce punti molto attivi sul metabolismo: obesità, lipodistrofia, edemi, stasi circolatoria, dolori lungo il percorso, affezioni della caviglia in sede mediale, coxalgia anteriore, cattiva digestione e dispepsia.

3SP (3Rp) - 4SP (4 Rp) - 6SP (6Rp) - 8SP (8Rp) - 9SP (9Rp) - 10SP (10Rp).

- 6) *Meridiano del Rene (KI)*, riunisce punti di estrema reattività: dolori lungo il percorso, affezioni della pianta del piede, dolori alla caviglia, tallonite, gonalgie mediali, pubalgie, rachialgia profonda, insonnia, ansia, agitazione, astenia.

3KI (3R) - 4KI (4R) - 5KI (5R) - 6KI (6R) 10KI (10R) - 27KI (27R).

## **Meridiani mediali**

### *1) Vaso Concezione (CV):*

Si considerano separatamente i vari punti per le azioni riflessogene:

4CV (4VC) = affezioni pelviche, dismenorrea,

10CV (10VC) - 12CV (12VC) - 13CV (13VC) affezioni digestive, gastriche, meteorismo, tutti i problemi funzionali dei visceri, ansia, sindromi psicosomatiche;

17CV (17VC) = cervicaglia, cefalea nucale.

2) *Vaso Governatore (GV):*

Si considerano separatamente i vari punti per le azioni riflessogene:

3GV (3VG) = lombo-sacralgie,

4GV (4VG) = lombalgie, affezioni pelviche, dismenorrea,

dal 5GV (5VG) al 13GV (13VG) = dolori spinali,

dal 14 VG (14VG) al 16 GV (16VG) = cervicalgia, cefalea nucale.

14 VG: stimolazione immunitaria

\*\*\*

### Per le affezioni generalizzate

Si utilizzano vari punti specifici doloranti (*Ah-Shi point*) e/o i punti distali. Si noti che gli *Ah-Shi Point* corrispondono sempre a Trigger Point.

Un libro interessante.

MANUALE DI TUI-NA – CEA edizioni – CON 3 dvd

SCHEMA LIBRO

L. Crespi, P. Ercoli, V. Marino



Isbn 978-8808-18256-2  
2010  
416 pagine  
18,5x24,5 cm  
brossura  
Euro 96,50

\*\*\*\* DESTINATARI

Quest'opera è dedicata agli operatori Tuina, agli studenti di questa disciplina, agli operatori di altre tecniche olistiche e ai cultori della medicina cinese, per poter conoscere, capire e apprezzare il Tuina.

\*\*\*\* AUTORE/I

Lidia Crespi  
Paolo Ercoli

Vito Marino

A cura di Paolo Ercoli

---

\*\*\*\* CONTENUTI

In che modo è possibile costruire delle sequenze di trattamento Tuina specifiche per ogni singolo caso?

Come stabilire quali manovre utilizzare e in quale ordine?

Come e quando si inseriscono le tecniche complementari in un trattamento?

Quali principi bisogna rispettare per costruire delle sequenze efficaci e corrette?

Allo scopo di rispondere a queste domande gli autori hanno realizzato questo testo in cui presentano un percorso didattico innovativo che guida il lettore alla comprensione delle strategie di trattamento da adottare.

Il testo inizia dalla spiegazione delle manovre, delle mobilizzazioni, delle trazioni (con l'aiuto dei supporti video sui 3 DVD) e delle tecniche complementari. Nella seconda parte vengono definite le azioni energetiche delle manovre, i principi per tonificare e disperdere, le sei modalità di lavoro; di seguito viene spiegato come mettere insieme tutti questi elementi per realizzare un progetto di trattamento individualizzato.

Completano questo percorso cinque esempi in cui viene applicato passo passo il metodo descritto, accompagnando il lettore nella costruzione di un ragionamento corretto.

Nel testo viene riservato un ampio spazio al Qigong per l'operatore Tuina e alla deontologia professionale per gli operatori Tuina non sanitari.

Al testo sono allegati **3 DVD video**:

– Manovre Base di Tuina (66 min.)

– Mobilizzazioni e trazioni (yaofa e Bashenfa) di Tuina (43 min.)

– Sequenze per la pratica di Tuina (65 min.)

---

\*\*\*\* ANTEPRIMA

È possibile scaricare dal seguente link il file in formato PDF di alcune parti significative del volume:

<http://www.ceaedizioni.it/pdf/82562prefazione.pdf>

---

\*\*\*\* INDICE

Ringraziamenti – Prefazione di Giulia Boschi – Presentazione.

Introduzione – Tuina e Qigong.

**Parte I, Fondamenti:** La classificazione delle manovre Tuina – Lo studio dell'esecuzione delle tecniche Tuina – Sequenze per la pratica di Tuina.

**Parte II, Strategie di trattamento:** Per un trattamento efficace – Tonificazione e dispersione – L'azione energetica delle manovre – Le tecniche complementari: esecuzione e azione – Le sei modalità di lavoro – Come comporre una sequenza di trattamento – Manifestazioni legate all'esecuzione di un trattamento.

**Parte III – Il quadro legislativo italiano e la deontologia professionale dell'operatore Tuina non sanitario:** Deontologia professionale per operatori non sanitari (profilo e codice deontologico) – La formazione di base di Tuina in Italia– Schede didattiche complete delle manovre.

Bibliografia – Indice analitico.

È possibile scaricare dal seguente link l'indice generale dettagliato del volume:

<http://www.ceaedizioni.it/pdf/82562indice.pdf>