

Riflessioni e puntualizzazioni sui "Tre Tesori" in Medicina Tradizionale Cinese. Applicazioni allo Shiatsu

"Il principale problema degli uomini è cercare negli altri quello che non hanno e trascurare ciò che possiedono"
M. Yourcenar

Nel Ling Shu (Wong, 1987) si dice che "come nell'universo vi sono tre luci, esistono tre tesori (*san zhen*¹) che illuminano l'uomo". Com'è noto la fisiologia di questi "tesori" (*Qi*², *Jing*³ e *Shen*⁴) è largamente studiata (Corradin et al., 2001) e non vogliamo instere su di essa. La lettura degli ideogrammi può fornire un utile panorama riassuntivo di ciò che deve intendersi per *Qi*, *Jing* e *Shen* (Boschi, 2002; Di Stanislao et al., 2002; Bornoroni, 1999). Certamente, in chiave interpretativa più moderna e più prossima ai nostri attuali costrutti logici, possiamo affermare che *Qi* è l'animazione, *Jing* il protoplasma organico e *Shen* l'insieme dei sistemi omeostatici di controllo (AAVV, 2002). Quello che c'è utile, dovendo immaginare una pratica ricaduta nello shiatsu e nelle tecniche esterne più in generale, è valutare, principalmente, in che modo (con massaggio e moxa) influire nelle turbe dell'animazione, del parenchima o dei sistemi di controllo. E ancora considerare se esistono condizioni attuali capaci di compromettere, in modo successivo, i "Tre Tesori", immaginando, poi, adeguate strategie terapeutiche. Gli studi e le conclusioni di Jeffrey Yuen ci convincono che le diverse forme di *Qi* percorrono in modo differenziato i vari Meridiani (Yuen, 1997):

- Zhengqi Meridiani Principali
- Weiqi Meridiani Tendino Muscolari
- Yingqi Meridiani Luo
- Yuanqi Meridiani Straordinari
- Yuanqi e Weiqi Meridiani Distinti.

La domanda da considerare adesso è la seguente: quali sono i tratti meridianici per il *Qi*, il *Jing* e lo *Shen*?

Le attuali convinzioni basate sulla teoria degli *Zang/Fu* ci porterebbero a rispondere nel modo seguente (Ross, 1983; Leung, 1993):

1 三眞
2 氣
3 精
4 神

- Tai Yin per il *Qi*
- Zu Shao Yin e Zu Tai Yin per il *Jing*
- Shou Shao Yin e Shou Tai Yang per lo Shen.

Tuttavia va tenuto presente che sovrapporre gli Organi/Visceri con i Meridiani è improprio e spesso fuorviante.

A partire dai capp. 11-12-13 del *Sowen* (Husson, 1974), ma soprattutto grazie allo *Zhen Jiu Jia Yi Jing* di Huang Fumi (Milski et al., 1983-2003) sappiamo che i diversi Meridiani (o le diverse risonanze) hanno contenuti diversi in Sangue ed Energia, controlla in modo differenziato le *wubao* e i loro Rami Secondari (*Luo*⁵) s'incaricano di funzioni diverse anche solo sotto il profilo energetico. In questo modo possiamo rubricare che (Corradin et al., 2001):

- Il *Qi* è sotto il controllo di Zu Tai Yang
- Il *Jing* di Zu Shao Yang e Zu Shao Yin
- Lo *Shen* di Shou Shao Yang, Shou Shao Yin, Shou Jue Yin e Shou Tai Yang.
- Lo *Xue* di Jue Yin
- I *Jin/Ye* di Sou Yang Ming e Shou Tai Yang.

A ciò si aggiunga che, a partire dal *Nei Jing*, si afferma che ogni tecnica terapeutica si adatta meglio a specifiche turbe dei "Tre Tesori" ed ignorare questo significa produrre risultati solo parziali (Bologna et al., 1999).

- L'agopuntura e le altre tecniche esterne (moxa, massaggio, ecc.) trattano bene il *Qi*.
- La dietetica e la farmacoterapia sono indicate per il *Jing*.
- La meditazione e le tecniche corporee impattano soprattutto sullo *Shen*.

Ancora diversa e più complessa la ricerca di punti specifici da trattare nelle turbe dei "Tre Tesori". Nel caso di turbe del Qi (Di Stanislao, 2003; Konopacki, 2002; Boschi et al., in press) si impiegheranno punti diversi per le condizioni di Vuoto, Collasso, Stasi, Controcorrente. Questi punti sono piuttosto noti e possiamo riasumerli brevemente:

- *Xuqi*: 6CV, 36ST, 10LI, 9LU
- *Wangqi*: 26GV, 9H, 1LR
- *Yuqi*: 8TB, 39GB, 16LI.
- *Qini*: 5LU, 12CV, 37ST.

Nel trattamento con moxa dei Meridiani per le turbe del Qi sono utili esercizi specifici di stiramento (C.S. SIA, 2003):

- *Polmoni e Grosso Intestino*

In piedi, divaricare le gambe, braccia tese all' indietro, intrecciare i pollici, piegare il busto in avanti e portare il più in alto possibile le braccia per alcuni secondi⁶.

- *Milza e Stomaco*

In ginocchio, piegare il busto all' indietro fino a toccare terra, le gambe sono laterali alle cosce, eventualmente appoggiare sui gomiti se risulta troppo faticoso toccare terra con il busto⁷.

絡

5

6



7

- *Cuore e Piccolo Intestino*

Seduti, piegare le gambe a farfalla unendo le piante dei piedi, piegare il busto in avanti cercando di portare a terra i gomiti⁸.

- *Reni e Vescica*

Seduti a terra, gambe diritte in avanti, piegare il busto sulle gambe tenendo i piedi con le mani⁹.

- *Ministro del Cuore e Triplice Riscaldatore*

Seduti con le gambe incrociate, mettere le mani sul ginocchio opposto, piegare il busto in avanti mantenendo i glutei a terra¹⁰.

- *Fegato e Vescica Biliare*

Seduti a terra, gambe dritte e divaricate, piegare il busto da un lato, ripetere dall' altro lato¹¹.

Per quanto concerne il *Jing* gli schemi possono essere molto diversi (De Berardinis, 2002):

- Punti della Branchia Esterna della Vescica.
- Punti di Comando Anteriore degli Organi e Visceri dopo apertura del Chong Mai.
- Punti elettivi del Meridiano Zu Shao Yang.
- Punti che nel nome portano il concetto di *Jing* (52BL, 11BL, 1BL).

Soprattutto il massaggio sulla Branchia Esterna della Vescica dall'alto in basso e, nella stessa direzione, sul segmento dal ginocchio al collo piede di Zu Shao Yang, più moxe sui punti 44GB, 52-11BL ci sembra molto pratico per gli shazuca.

Dello Shen ci andiamo occupando da molti anni. Rimandiamo ad altri lavori per valutare i diversi aspetti "vegetativi" di questo ampio concetto (Corradin et al., 2001; Corradin et al., 1995, De Berardinis et al., 1992). In linea generale i punti che consigliamo sono:

- Punti *Mu*¹² nelle condizioni acute.
- Punti *Shen* quando si ha la sensazione di perdita di controllo sulle diverse funzioni.



8



9



10



11



12

募

- Punti *Ling* perdita dello "slancio vitale".
- Punti *Gui* ossessioni, false idee o false percezioni.
- Punti "Porta" eventi traumatizzanti in tappe cruciali della vita.
- Punti *Kong* confusione a causa della impossibilità da rifuggire da condizionamenti esterni.
- Punti *Ming* si fanno le cose senza vera gioia; automaticamente.

Un altro aspetto che ci preme considerare è relativo ad una condizione, affatto moderna, di strapazzo psicofisico, definita genericamente "stress". Naturalmente questo termine non è inserito fra quelli della nosografia classica, né può essere assimilato alla fatica (*lao*) derivante dal "superlavoro" che esaurisce la *Zhongqi* (Boschi, 1997; Ming, 1987). Lo stress va inteso, invece, come "esaurimento dei sistemi adattogeni individuali con ripercussioni psicofisiche di tutti i meccanismi di regolazione omeostatica" (Ganong, 1990).

Secondo il nostro punto di vista, in fasi successive, questo evento, oggi tanto frequente, interessa dapprima il *Qi*, poi lo *Shen* ed infine il *Jing*. Diversi, pertanto, dovranno essere i nostri interventi di fronte a pazienti stressati con soli segni funzionali, con disregolazioni immunitarie ed endocrinologiche, in altre parole con ripercussioni sulla struttura organica. Un conto, ad esempio, sarà trattare una dispepsia ipercinetica ed ipersecretiva (Meridiano Zu Jue Yin e punti attivi sul *Qi* del TR-Medio), ovvero una condizione che, attraverso variazioni neuropeptiche vada ad influenzare secrezione pancreato-biliare e gastro-intestinale (Meridiani Shou Shao Yang e Shou Shao Yin e punti 4SP, 25ST e 12CV), oppure una situazione d'ulcera peptica conclamata (Meridiani Shou Shao Yin e Zu Tai Yang e punti 50BL, 4SP, 6PC, 21ST). In questo modo, riteniamo, di rimanere fedeli alla tradizione senza dimenticare di doverci adattare alle nuove realtà emergenti nel cangiante universo uomo. Un'altra condizione di esaurimento simultaneo di *Qi*, *Jing* e *Shen* è rappresentata dalla neuro-involuzione senile. In questo caso debbono essere trattate le linee meridianiche (ed i punti *yuan*¹³) in relazione con le funzioni cerebrali cognitive o superiori (Yuen, 2003; Di Stanislao, 1994), secondo il seguente schema:

Meridiani	Punti
Shou ShaoYang/Shou Tai Yang Zu Shao Yang/Zu Jue Yin	3TB-4SI 42GB-3LR

Trattandosi, poi, di condizioni che necessitano di *Yuanqi* è naturale ricorrere ai cosiddetti Meridiani Curiosi (*Qi Qing Ba Mai Kao*¹⁴) e più in particolare con quello connessi strettamente con il Cervello (*nao*):

- Du Mai¹⁵
- Yang Qiao¹⁶
- Yin Qiao¹⁷

Naturalmente, dovendo tonificare, il trattamento si attuerà sullo Yang e pertanto a sinistra, indipendentemente dal sesso.

13 原
14 奇經八氣
15 督脈
16 陽蹻
17 陰蹻

Referenze

- AAVV: Dispense di Agopuntura e Medicina Cinese, Ed. AMSA, policopie, Roma, 2002.
- Bologna M., Di Stanislao C., Corradin M. et al.: Dietetica Medica Scientifica e Tradizionale. Curarsi e prevenire con il cibo, Ed. CEA, Milano, 1999.
- Bornoroni F.: Ideogrammi, <http://www.agopuntura.org/cineserie.htm>, 1999.
- Boschi G., Di Stanislao C.: Le turbe del Qi, Riv. It. D'Agopunt., in press.
- Boschi G.: Ideogrammi (www.giulia.boschi.com), 2002.
- Boschi G.: Medicina Cinese: la radice e i fiori, Ed. Erga, Genova, 1997.
- Corradin M., Di Stanislao C., Parini M. (a cura di): Medicina Cinese per lo shiatsu ed il tuina, Ed. CEA, voll I-II, Milano, 2001.
- Corradin M., Di Stanislao C. (a cura di): Lo Psicismo in Medicina Energetica, Ed. AMSA, L'Aquila, 1995.
- C.S. SIA: Principi Generali di Moxibustione, www.sia-mtc.it/Pagine culturali, 2003.
- De Berardinis D., Di Stanislao C., Corradin M., Brotzu R.: Organi e Visceri in Medicina Cinese, Ed. Snli/Bimar, Roma, 1992.
- De Berardinis D.: Armonia dei punti, Ed. AMSA, policopie, Roma, 2002.
- Di Stanislao C.: Il Qi, lo Shen, il Jing, il Sangue e i Liquidi in MTC, www.so-wen.mainpage.it/ L'Aquila/Materiale Didattico, 2003.
- Di Stanislao C. De Franco L.: Ideogrammi Cinesi, http://www.sia-mtc.it/Pag_culturali/Ideogrammi.htm, 2002.
- Di Stanislao C.: Alcune riflessioni sull'invecchiamento in MTC, Riv. It. D'Agopunt., 1994, 80: 40-65.
- Ganong F.W.: Fisiologia Medica, Ed. Piccin, Ristampa, Padova, 1990.
- Husson A.: Huang Di Nei Jing Su-wen, Ed. ASMAF, Paris, 1974.
- Konopacki D.: Punti di Agopuntura con la determinazione dei Tronchi e delle Branche, CD, Ed. AMSA, Roma, 2002.
- Leung Kwow P.: Lezioni di Agopuntura Tradizionale, voll I-III, Trad. a cura di G.P. Lucarini, Ed. Scuola Italo-Cinese di Agopuntura, policopie, Roma, 1993.
- Milski C., Andrès G.: Zhen Jiu Jia Yi Jing, trad. e comm., Rev. fr. d'Acupunct., nn 83-103, 1983-2003.
- Ming O. (chef ed.): Terminology in Traditional Chinese Medicine, Ed. Joint Publications, Hong Kong, 1987.
- Ross J.: Zang Fu. The Organs System in TCM, Ed. Churchill-Livingston, Edimburgo, 1983.
- Wong M.: Ling Shu. Pivot d'Esprit, Ed. Masdson, Paris, 1987.
- Yuen J.C.: Geriatria, Ed. It. A cura di E. Simongini e L., Bultrini, Ed. AMSA, Policopie, 2003.
- Yuen J.C.: Energetica Generale, Ed. AMSA, policopie, Roma, 1997.