

Alberto Porro

*INTEGRAZIONE
BIOENERGETICA*

*il livello integrato
Medicina Tradizionale Cinese
vol. I*

MEDICINA CINESE

INTRODUZIONE

“C’era qualcosa senza forma e perfetto prima che si originasse l’universo.

Esso è sereno, Vuoto, Solitario, Immutabile, Infinito. Eternamente presente.

Esso è la Madre dell’universo. Per mancanza di un nome migliore io lo chiamo Tao.

Esso fluisce attraverso tutte le cose, dentro e fuori, e ritorna all’origine di tutte le cose.

Il Tao è grande, l’universo è grande, la Terra è grande, l’Uomo è grande.

Questi sono i quattro grandi poteri. L’Uomo segue la Terra, la Terra segue l’universo, l’universo segue il Tao. Il Tao segue solamente se stesso.”

(Tao Te Ching)

“Il Tao che può essere detto non è l’eterno Tao, il nome che può essere nominato non è l’eterno nome. Senza nome è il principio del Cielo e della Terra, quando ha nome è la madre delle diecimila creature. Perciò chi non ha mai desideri ne contempla l’arcano, chi sempre desidera ne contempla il termine. Quei due hanno la stessa estrazione anche se diverso nome ed insieme sono detti mistero, mistero del mistero, porta di tutti gli arcani”.

(Lao Tzu).

PRINCIPI DI MEDICINA CINESE

Secondo la teoria fondamentale Cinese, il mondo rappresenta un insieme a tre livelli: l’Uomo, la Terra e il Cielo. L’energia circola tra questi tre stati e l’uomo si situa tra l’elemento solido dell’energia condensata (Yin), la Terra, e l’elemento “soffio” dell’energia dispersa (Yang), il Cielo. L’uomo esiste grazie al legame equilibrato che unisce queste due energie e costituisce la sua specifica energia.

Il fondamento di tutto il pensiero cinese è il concetto di *Qi*, che viene tradotto con “energia”, mentre in realtà significa “soffi”. Tutto è *Qi*, la forza vitale. Essa però non è statica, ma in un continuo movimento che si manifesta in modo circolare, come il movimento di un’onda che si conclude dove era iniziata. E’ il continuo fluire della vita che si rivela attraverso due aspetti opposti e complementari: lo Yang – cioè il calore, la forza centripeta, l’azione, il principio maschile – e lo Yin – cioè il freddo, la forza centrifuga, la crescita, il principio femminile –. Queste due strutture universali a loro volta sono dinamiche e si trasformano costantemente l’una nell’altra.

Il Qi

L'energia primordiale "statica", a un certo punto inizia a muoversi, dando origine a una polarizzazione iniziale, Yin e Yang.

Dall'interazione tra le due forze opposte che i taoisti chiamarono Taiji, nasce tutta la molteplicità dei fenomeni, tutto l'universo, visibile o invisibile; tramite la generazione del Qi o Soffi, forza della vita, Prana o energia, che è essenzialmente la manifestazione del Tao che vitalizza tutte le cose dell'universo attraverso il ciclo di Yin e Yang.

Tutto ha due poli. Tutto possiede un a controparte. Uguale ed un uguale sono la stessa cosa. Le controparti, nel loro essere, sono la stessa cosa, portano solamente il segno opposto e hanno frequenze vibrazionali diverse. Tutte le verità sono mezze verità tranne la verità di Dio, del Tao, che è UNA. Ogni paradosso deve essere portato in armonia al centro. Non giudicare. Riconosci anche l'opinione contraria. Non condannare. Tutti hanno ragione. Tutto è bene. La sessualità è in tutto. Tutta la sessualità è contemporaneamente unità.

Il Qi può essere nell'aria che si respira, ma è qualcosa di più profondo, di più trascendente, e nel cibo.

È l'essenza che nutre Permettendo la vita, frutto e manifestazione del continuo movimento ciclico del Tao.

Tutto l'universo funziona in modo ciclico perché segue la legge cosmica del Tao, perché l'universo stesso e tutto ciò che comprende è la legge cosmica stessa, la Via, il Tao.

Andando più in profondità si può arrivare ad ulteriori distinzioni della vita ed in particolare all'espressione del **soffio vitale, del Qi**, nell'uomo. Nell'universo il *Qi* assume una forma, una manifestazione, che viene chiamata **Jing**. Essa è una **condensazione di energia cosmica** che consente al singolo individuo di prendere forma, cioè di esistere. Si suddivide in

- “*Jing del cielo anteriore*”, cioè le energie dei genitori al momento del concepimento e quindi la forza vitale personale (in Occidente è equivalente all'eredità cromosomica), e
- “*Jing del cielo posteriore*”, cioè le energie delle sostanze che si assumono dall'esterno (cibi, aria, acqua).

Lo “Jing del cielo anteriore” determina la forza e la vitalità individuale ereditata e governa la crescita e la riproduzione ed ha sede nei Reni, mentre lo “Jing del cielo posteriore” è l'energia che viene consumata rapidamente e va ricostituita ogni giorno (ha sede nella Milza e nello Stomaco).

Lo *Jing*, cioè il radicamento dell'energia cosmica nella forma umana, attrae ed accoglie gli *Shen* (mente – spiriti), che sono cinque e dimorano nell'individuo dal momento del concepimento permettendone la vita e lo sviluppo. Essi risiedono nel Cuore accolti e custoditi dall'uomo appena concepito, e rappresentano ciò che accomuna tutti gli esseri viventi.

Gli **Shen** rappresentano **l'infinito che, insediandosi nell'individuo, lo caratterizza e lo governa** esprimendo tutte le sue esigenze psichiche, emozionali e spirituali attraverso i suoi cinque organi fondamentali:

- Cuore (*Shen ming*, la luce che scende),
- Reni (*Zhi*, la capacità di agire),
- Milza (*Yi*, la strutturazione),
- Fegato (*Hun*, la creatività e l'ideazione),

- Polmone (*Po*, la pulsazione della vita).

Il *Qi* pertanto nell'uomo presiede funzioni essenziali quali

- ✓ il muovere (sangue e liquidi),
- ✓ lo scaldare (termoregolazione),
- ✓ il trasformare (processi metabolici), il proteggere (difesa dall'esterno) e
- ✓ il trasportare (diffonde le sostanze vitali),
- ✓ attraverso la forma corporea (gli *Jing*) e l'attività degli *Shen*.

Lo stesso *Qi* assume una forma più materiale e densa sotto due forme:

- il sangue (*Xue*), che nutre, umidifica e dà unità psicofisica all'essere umano, ed
- i liquidi corporei – linfa e liquidi intra ed extracellulari – (*Jin-Ye*),
- che umidificano e custodiscono la struttura profonda.

Il *Qi* (anche sotto forma di *Xue* e *Jin Ye*), gli *Jing*, gli *Shen* presiedono e regolano il funzionamento degli *Zang – Fu*, gli organi ed i visceri, che nella Medicina Tradizionale cinese sono suddivisi in cinque **Logge Energetiche**. Essi hanno una duplice finalità:

- una interna, di diffusione e trasformazione del nutrimento a tutto l'organismo, ed
- una esterna, di assimilazione ed espulsione delle sostanze.

Gli **Zang**, gli organi:

- hanno la funzione di immagazzinare le sostanze vitali,
- sono pieni di energia essenziale (sia del cielo anteriore che posteriore),

Gli *Zang* sono in comunicazione con l'interno e pertanto sono Yin,

i **Fu**, i visceri:

- si riempiono e vuotano periodicamente e proteggono gli *Zang*.
- contengono prodotti che devono essere trasformati (*Shi*).
- sono in comunicazione con l'esterno e sono Yang.

Poiché tutto fa riferimento all'unità, all'intima interconnessione di Yin e Yang, ad ogni *Zang – organo* (Cuore, Rene, Milza, Fegato, Polmone) - è collegato un *Fu – viscere* – (Intestino tenue, Vescica, Stomaco, Cistifellea, Intestino crasso).

Viscere ed organo si inseriscono in un moto vitale ciclico, giornaliero e stagionale, che coinvolge la circolazione energetica nel corpo. Ogni coppia dà origine ad un "Movimento" o "Loggia energetica" che ha un massimo ed un minimo di vitalità nell'arco delle 24 ore e nei 365 giorni dell'anno e che risente fortemente delle

cinque energie cosmiche (calore, freddo, umidità, vento, secchezza).

Queste coppie sono cinque:

1. Metallo: Polmone - Intestino crasso
2. Acqua: Rene - Vescica

3. Legno: Fegato - Cistifellea
4. Fuoco: Cuore - Intestino tenue / Maestro del cuore - Triplice riscaldatore
5. Terra: Milza (Pancreas) - Stomaco

LA CONCEZIONE DEL MONDO OCCIDENTALE MODERNA È DI TIPO "LINEARE": L'UMANITÀ CRESCE E PROGREDISCE INDEFINITAMENTE, LA STORIA È CARATTERIZZATA DA SEMPRE NUOVE CONQUISTE E NUOVE SCOPERTE. NEL CONCETTO ORIENTALE OGNI PROCESSO SI SVILUPPA CICLICAMENTE PERCORRENDO DIVERSE FASI PER POI RITORNARE ALL'INIZIO E RIPRENDERE UN NUOVO CICLO. QUESTE FASI CORRISPONDONO A 5 TIPOLOGIE GENERALI DI MOVIMENTI DIVERSI DELL'ENERGIA CHE POSSONO DESCRIVERE QUALSIASI CICLO VITALE E SONO ASSOCIATE SIMBOLICAMENTE A 5 ELEMENTI CHE LE RAPPRESENTANO:

- **ACQUA:** È IL MOVIMENTO DELL'ENERGIA CHE VA VERSO IL BASSO FINO A RAGGIUNGERE IL PUNTO PIÙ PROFONDO (NELL'I CHING VIENE CHIAMATA L'"ABISSALE") POI SI DISPONE ORIZZONTALMENTE FLUTTUANDO. E' LEGATA AL LATO OSCURO, ALL'INCONSCIO, AL SONNO ED ALLA MORTE A CUI SEGUE LA RINASCITA. RAPPRESENTA IL CAOS PRIMA DELLA CREAZIONE, L'ENERGIA ANCESTRALE CHE DEVE ANCORA PRENDERE FORMA, IL MONDO ACQUATICO BUIO E FLUTTUANTE DEL FETO PRIMA DELLA NASCITA. E' IL SEME SOTTO LA NEVE D'INVERNO.



- **LEGNO:** È IL MOVIMENTO DELL'ENERGIA CHE SALE VERSO L'ALTO. RAPPRESENTA L'INFANZIA E LA CRESCITA. E' IL TENERO FILO D'ERBA CHE GERMOGLIA IN PRIMAVERA BUCANDO IL TERRENO ANCORA DURO E GELIDO.



- **FUOCO:** È IL MOVIMENTO DELL'ENERGIA CHE SI MUOVE IN TUTTE LE DIREZIONI AVENDO RAGGIUNTO IL MASSIMO DELLA SUA ESPRESSIONE E DEL SUO FULGORE. E' L'ALBERO RIGOGLIOSO CHE DA I SUOI FRUTTI.



- **TERRA (SUOLO, NON IL PIANETA TERRA):** È IL MASSIMO DELLO YIN. SECONDO L'I CHING È LA MADRE. CORRISPONDE AL MOVIMENTO DELL'ENERGIA CHE RACCOGLIE, ACCOGLIE, ABBRACCIA, NUTRE E SOSTIENE. E' IL MOMENTO DELLA RACCOLTA DEI FRUTTI DELLA TERRA E DEL NUTRIMENTO. RAPPRESENTA IL MOMENTO DI TRANSIZIONE ED IL CAMBIAMENTO E QUINDI LA TRASFORMAZIONE E LA LAVORAZIONE DEI FRUTTI DEL RACCOLTO.



- **METALLO:** È IL MASSIMO DELLO YANG. SECONDO L'I CHING È IL PADRE. E' IL MOVIMENTO DELL'ENERGIA CHE VA VERSO IL BASSO E ALL'INTERNO. E' L'INTROSPEZIONE E LA MATURITÀ.



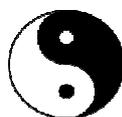
A livello fisico le energie degli organi e dei visceri non sono solo concentrate negli stessi, ma scorrono lungo canali energetici, chiamati "Meridiani", che mettono in relazione l'uomo con il suo l'ambiente.

IL QI, LA SALUTE E LA MALATTIA

Qi è l'energia primordiale statica che a un certo punto comincia a muoversi , dando origine a una polarizzazione: lo yin e lo yang. È il big bang. La materia comincia a differenziarsi. Dall'interazione tra le due forze opposte, nasce la molteplicità dei fenomeni visibili e invisibili.



Qi è energia statica , è il soffio



che crea l'energia del movimento e origina la vita = il TAO,
la legge degli opposti delle due forze yin/yang

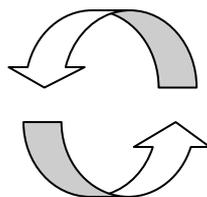
Se consideriamo che in ogni cosa c'è il suo contrario siamo sicuri che da una parte c'è la malattia e dall'altra c'è la guarigione? In realtà sono la stessa cosa, la stessa espressione. Ciò che dobbiamo fare è riportare l'equilibrio tra le due forze. Quando togli un sintomo, in realtà non hai tolto niente, non sei guarito. Guarisci quando impari cosa significa il sintomo. Il sintomo è l'indizio che qualcosa non va, che sono fuori dall'equilibrio.

La malattia pone parecchie condizioni allo stare bene. A causa di tali condizioni la nostra capacità di reagire alla situazione diventa limitata. Avere dei limiti è una misura della nostra malattia. Quando ne abbiamo, non siamo più aperti a ciò che ci sta di fronte. Al contrario, la salute è uno stare bene senza condizioni e permette all'uomo di vivere nel presente e di reagire appropriatamente e proporzionalmente alla situazione che affronta. Se la situazione richiede di conquistare una meta, egli la conquisterà. Se richiede di rimanere passivi, non si muoverà. Non deve ottenere per forza un risultato o rimanere passivo per sentirsi bene. È libero di reagire a seconda della situazione. Salute significa libertà, spontaneità e vivere nel presente. L' anima che ha dentro è libera di assecondare la situazione. La Falsa Percezione pone delle condizioni allo stare bene. Una persona non si sente bene a meno che le condizioni stabilite dalla sua Falsa Percezione non siano soddisfatte. La malattia è una limitazione del campo visivo. È un modo limitato di guardare le cose. Solo la consapevolezza della Falsa Percezione può eliminarla, proprio come una luce elimina il buio. La malattia scompare solo con la consapevolezza. Un rimedio omeopatico rende consapevoli della propria Falsa Percezione ristabilendo un contatto con la situazione originale da cui era sorta la Falsa Percezione.

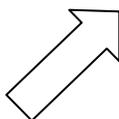
Il sintomo è l'indizio che c'è qualcosa che non funziona, un'espressione di QI che mi dice “sei fuori dall'equilibrio”.

CONFRONTO TRA IL PENSIERO ORIENTALE E IL PENSIERO OCCIDENTALE

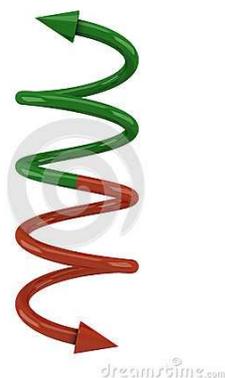
Il pensiero orientale è dominato da “tutto torna” simboleggiato da un cerchio e una freccia direzionale



il pensiero occidentale invece si basa sul “tutto cambia”, c'è un'azione progressiva e continua nel tempo



Ma ragionando sono entrambe due verità. È la legge del tao. Torniamo sempre allo stesso punto, ma non siamo mai in realtà allo stesso punto. La Terra ruota attorno al Sole e su se stessa, ma il Sole si sposta nell'universo e quindi anche la Terra. Questo spiega come mai il clima non è mai lo stesso per ogni stagione. Se dovessimo rappresentare questo pensiero, il simbolo che ne deriva è la spirale.



Posso avere dei sintomi che ritornano, ma quando si ripresentano, la causa non è mai la stessa. Esempio: male alla caviglia (è il sintomo che indica disagio, un mio non adattamento alla realtà). Lavoro sulla causa (magari rapporto con fratello) e il male alla caviglia passa. Poi sorge un'altro problema ed esprimo questo disequilibrio con lo stesso sintomo (male alla caviglia). Avrò male alla caviglia ma la causa è diversa (magari il lavoro) e non più quella originale. Se la persona ripresenta lo stesso sintomo la causa è diversa. Si alterna così sintomo-guarigione. Ma perchè spesso non lasciamo andare il sintomo? Perchè siamo nel *loop*, cioè nello stesso problema. Tanto più lo schema è strutturato (che dura da anni o magari ereditato) maggiore sarà la resistenza e quindi il lavoro sarà più complicato. Ricordiamo che nella malattia genetica, non si trasmette la malattia, ma si trasmette la **PERCEZIONE DELLA REALTA' E LA REAZIONE A QUESTA PERCEZIONE**. Per chiarire questa affermazione facciamoci questa domanda: come mai gli isolani (sicilia e sardegna) tendono ad avere maggiore facilità a contrarre malattie croniche genetiche (es: anemia mediterranea)? Perchè

per l'isolano, qualunque cosa arriva dall'esterno è visto come un pericolo, sia esso una persona, un'idea, una situazione. Un isolano tende a usare sempre i medesimi schemi e questo li porta alla tendenza ad avere malattie croniche genetiche che si ripetono da generazioni in generazione. Questo spiega come mai in questo periodo storico ci sono tante malattie genetiche! Come mai due consanguinei hanno più probabilità di avere figli con problemi fisici, emotivi o psichici? Perché dal momento che entrambi appartengono alla medesima famiglia, avranno i medesimi schemi famigliari e dunque il figlio non avrà la possibilità di scegliere tra due DNA con informazioni differenti, ma ce ne sarà solo una in entrambi. Biologicamente ogni individuo cerca di rafforzare lo schema se istintivamente va a cercare il partner in un altro gruppo, che rafforza il suo gene e non che lo indebolisce.

QI (Universo)
si condensa (staticità)



in JING (è il movimento) che nel corpo si condensa nei reni e surreni



questa energia si trasforma in materia nello stomaco

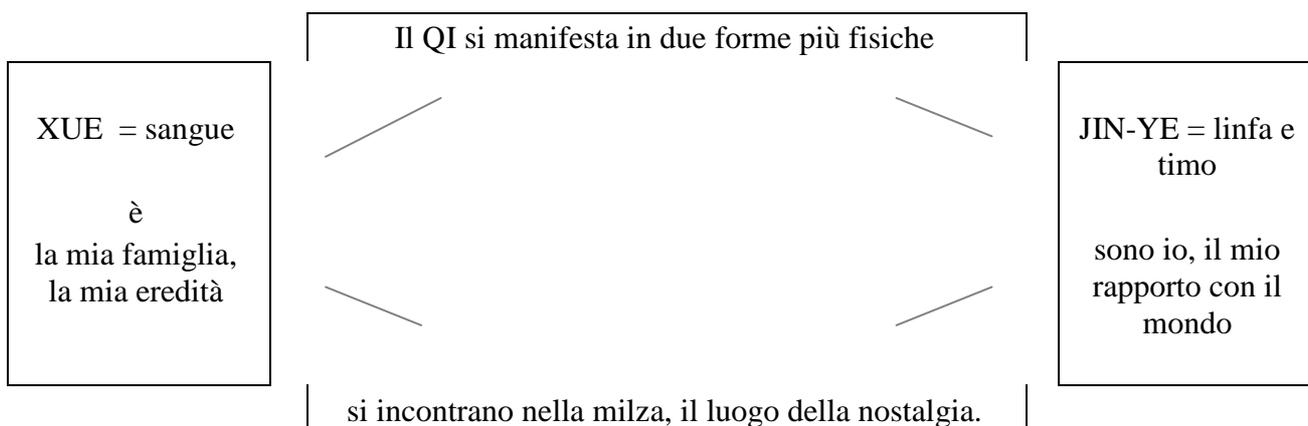
Lo Jing attrae e accoglie gli SHEN che dimora nell'individuo al momento del concepimento.

Shen significa loggia e cinque sono le sue espressioni.

Gli Shen garantiscono tutte le esigenze psichiche, emozionali, spirituali e fisiche dell'individuo.

SHEN MING	SHEN ZHI	SHEN YI	SHEN HUN	SHEN PO
cuore intestino tenue	rene vescica	milza pancreas stomaco	fegato cistifellea	polmone intestino crasso

il QI attraverso gli SHEN smuove, scalda, trasforma, protegge, trasporta sostanze vitali. Un uomo vivo ha Shen , l'uomo morto no.



Quando una persona vuole cambiare vita, può avere problemi alla milza. Chi si spappola la milza è

perché vorrebbe cambiare la sua origine (il sangue) e quello che è (linfa). Nella milza il cibo si trasforma in energia.

Legato alla milza c'è il timo dove maturano i globuli bianchi (imparo a relazionarmi con il mondo).

Parlando dello SHEN abbiamo introdotto il concetto di “loggia energetica”. Ma cos'è? La loggia è l'insieme di organo (chiamato ZHANG) + viscere (FU).

Gli organi sono pieni, ricchi di condensazione di materia, sono in comunicazione con l'interno attraverso sangue e linfa (cuore, reni, polmoni, fegato, milza-pancreas).

I visceri sono cavi, in comunicazione con l'esterno, hanno un proprio movimento peristaltico e contengono prodotti che devono essere trasformati. Il viscere nutre energeticamente l'organo e lo protegge dall'energia dell'ambiente esterno.

Le energie dell'esterno esprimono il loro effetto nel viscere.

Ad esempio: se ho un problema al polmone, esprimerò il mio sintomo sull'intestino crasso, un problema alla milza-pancreas, lo esprimerò allo stomaco. Il corpo va a scaricare il sintomo sul viscere e non sull'organo che deve proteggere in primis. Una persona soggetta a contrarre tante influenze intestinali è perché il vero problema è sul polmone. Quindi, quando è l'organo ad ammalarsi due possono essere le cause:

- 1) che il viscere non riesce a far più da filtro con l'esterno poiché ha esaurito la sua energia
- 2) che il sistema sta andando verso il crollo

Inoltre, ogni loggia ha un proprio ritmo che dura 24 ore. In questo arco di tempo, ovviamente, ci sarà un picco di massima energia ed uno di minima. Tale energia è influenzata dalle 4 stagioni e avrà in una stagione un periodo più indebolito e un periodo più tonico. Ad esempio: il rene ha il picco di massima dalle h.17-19 e l'inverno sarà la sua stagione.

Anche le energie cosmopatogene influenzano le logge. Ad esempio il vento, simbolo di movimento, è legato al fegato.

L'energia cosmopatogena inizialmente aumenta l'energia della loggia, ma quando c'è un eccesso di energia cosmopatogena la loggia viene consumata. Se ci troviamo di fronte a una loggia in iper, una energia cosmopatogena può far “esplosione” dei sintomi. Chiaro esempio il mal di testa nei soggetti fegato-biliosi durante il vento.

Per sapere come stanno energeticamente i tuoi organi, puoi “ascoltare i sapori verso cui sei più attratto”. È chiaro che in alcuni periodi della tua vita, o della giornata ricerchi nel cibo o nelle bevande di determinati sapori: salato, piccante.... siamo attratti verso le cose che in quel momento ci servono e quindi il sapore, nutre la loggia in quel momento scarica.

Anche l'ambiente ci forgia. Se nasco in un ambiente secco, avrò costituzionalmente una loggia polmone-i. crasso più debole perché essa, trovandosi nel suo ambiente più affine, non ha dovuto adattarsi a cambiamenti, e quindi rimane più impreparata nell'affrontare un cambiamento climatico. Se in queste condizioni cambio ambiente, per esempio vado a vivere in un luogo più umido, sarò più soggetto a malattie respiratorie o intestinali.

L'energia delle logge si muove lungo dei canali chiamati *meridiani* che si trovano sotto pelle, ed hanno il compito di mettere in relazione l'organo con l'ambiente.

LA LEGGE DEI CINQUE MOVIMENTI (WU XING)

Wu vuol dire cinque e Xing significa movimento, processo, condotta.

Wu Xing viene tradotto anche come “cinque fasi”. Legno, Fuoco, Terra, Metallo e Acqua sono i cinque emblemi, indicanti ognuno una categoria di funzioni e qualità tra loro collegate; e, in quanto tali, costituiscono la base di un sistema complesso di corrispondenze che governa il macro e il microcosmo.

La prima fase corrisponde all'energia a riposo, in un estremo stato di quiete e concentrazione, identificata con l'Acqua.

L'energia in quiete ha un enorme potenziale che prima o poi si manifesta, come il Wuji che da statico si attiva.

Questa seconda fase corrisponde all'esplosione dell'energia, rappresentata dal Legno. Prima o poi l'energia si stabilizza ed inizia una fase di equilibrio in cui fluisce con uniformità mantenendosi costante.

Alla stabilizzazione segue l'espansione massima dell'energia . È la terza fase, corrisponde al Fuoco, elemento in grado di sostenere un alto livello energetico per lunghi periodi.

Il Fuoco rilascia tutto il suo potenziale energetico e inizia a degenerare nella quarta fase, dove l'energia si condensa. È la fase del Metallo ovvero

uno stato di energia altamente condensato.

La quinta fase energetica corrisponde al momento in cui sopraggiunge equilibrio, armonia e interconnessione tra tutti gli altri quattro stati energetici. Questa fase finale è rappresentata dalla Terra, il frutto della combinazione degli altri elementi

La circolazione di energia nei meridiani segue una legge ciclica precisa, chiamata

“Ciclo di Generazione (Sheng)”,

nella quale ogni elemento nutre energeticamente il successivo (vedi disegno):

- L'Acqua nutrendolo genera il Legno.
- Il Legno bruciando genera il Fuoco.
- Il Fuoco riducendosi in cenere genera la Terra.
- La Terra aggregandosi genera il Metallo.
- Il Metallo sciogliendosi genera l'Acqua.

In parole semplici **“la madre alimenta il figlio”** e lo nutre.

Contemporaneamente questo ciclo è controllato dal

“Ciclo di Dominazione (Kye)”

dove una Loggia sorveglia non quella direttamente seguente, ma quella ancora successiva. Per questo motivo si dice che **“la madre controlla il nipote”** e lo stimola o lo inibisce. In genere questo ciclo è descritto in termini di attività umana:

- il Legno (aratro) scava la Terra,
- il Fuoco (fornace) fonde il Metallo,

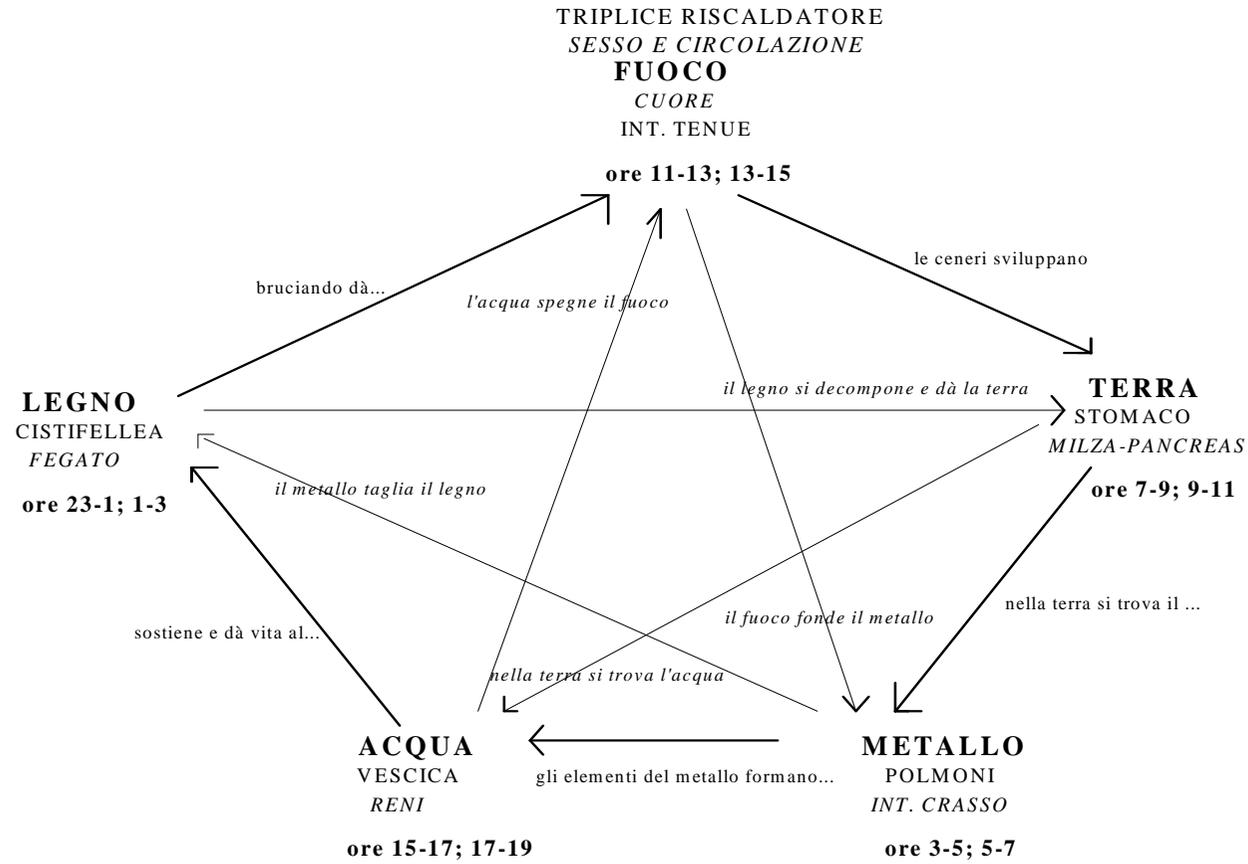
- la Terra (argini dei canali) trattiene l'Acqua,
- il Metallo (ascia) taglia il Legno,
- l'Acqua spegne il Fuoco.

E' un sistema di controllo che mette in allarme appena c'è qualcosa che non funziona nel ciclo energetico principale.

Esaminando le varie relazioni si può quindi notare come: un eccesso di attività del fegato danneggia stomaco e milza, un eccesso di attività del cuore danneggia polmoni ed intestino crasso, un eccesso di attività della milza danneggia reni e vescica, un eccesso di attività dei polmoni danneggia fegato e cistifellea, un eccesso di attività dei reni danneggia cuore e intestino tenue.

Esiste anche la possibilità che, in caso di situazione di malattia o di una alterazione grave l'intero ciclo energetico si muova in senso opposto: questo è il "Ciclo di Rivolta (*Wu*)".

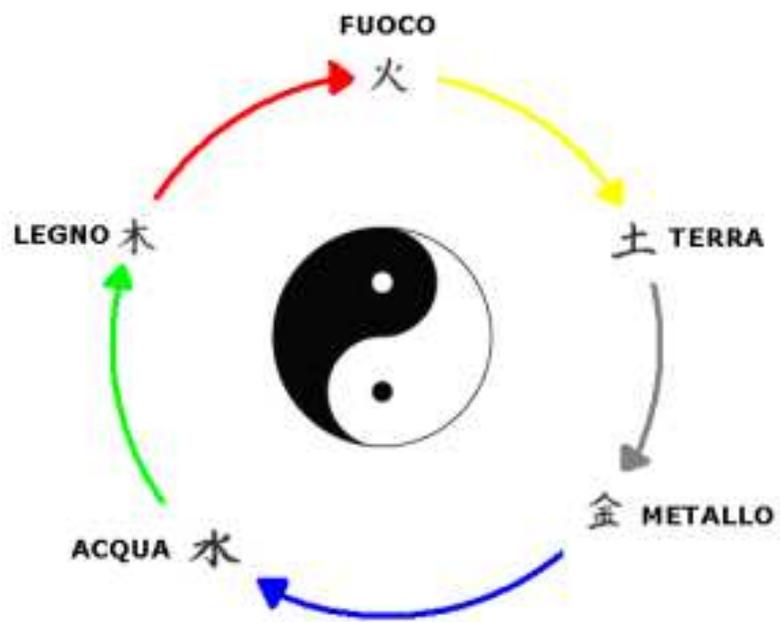
LA LEGGE DEI CINQUE ELEMENTI (CICLO SHEN E CICLO KYE)



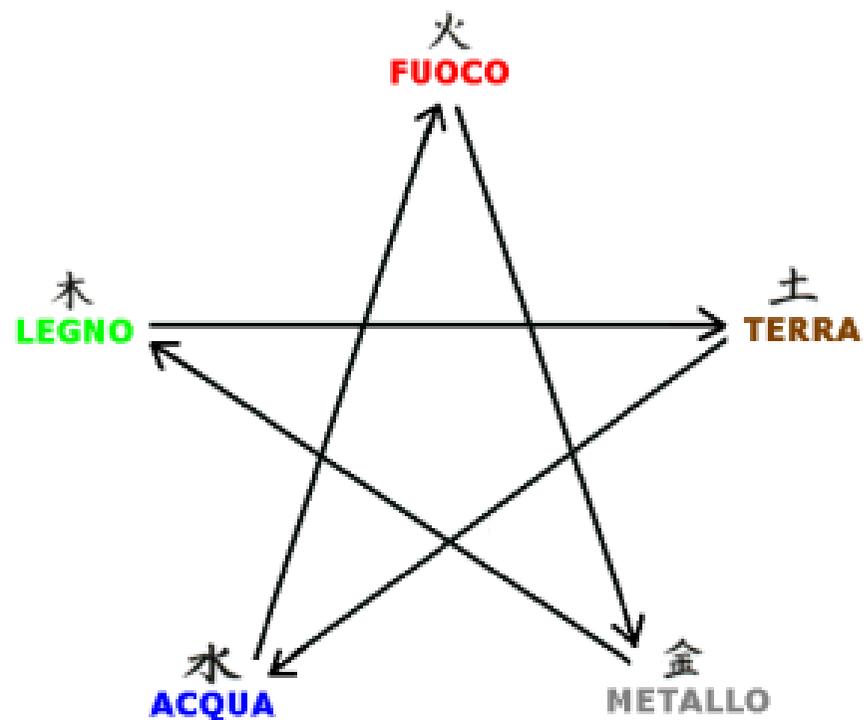
→ Ciclo Shen
 → Ciclo Kye

CUORE = organo YIN ("pieno")
 INT. TENUE = organo YANG ("vuoto")

CICLO DI GENERAZIONE



CICLO DI CONTROLLO



Esiste anche la possibilità che, in caso di situazione di malattia o di una alterazione grave l'intero ciclo energetico si muova in senso opposto: questo è il "Ciclo di Rivolta (*Wu*)".

CICLI PATOLOGICI

IN CASO DI SQUILIBRIO ENERGETICO I CICLI POSSONO ESSERE PERTURBATI E RIVOLTARSI:

- NEL CICLO DI GENERAZIONE L'ELEMENTO MADRE PUÒ ESSERE TROPPO DEBOLE O INTASATO E NON NUTRIRE ADEGUATAMENTE L'ELEMENTO FIGLIO ("SE VUOI CURARE IL FIGLIO TRATTA LA MADRE" CONSIGLIA LA TRADIZIONE CINESE). OPPURE IL FIGLIO INSAZIABILE SVUOTA COMPLETAMENTE DI ENERGIA LA MADRE.
- NEL CICLO DI CONTROLLO L'ELEMENTO NIPOTE PUÒ RIVOLTARSI "INSULTANDO" IL NONNO CHE STREMATO NON RIESCE PIÙ A LIMITARNE GLI ECCESSI. OPPURE IL NONNO È ECCESSIVAMENTE REPRESSIVO E DEPRIME IL NIPOTE.

LA SEQUENZA DI INVASIONE O SOPRAFFAZIONE (CHENG)

Segue la dinamica della sequenza di controllo, ma avviene in modo eccessivo: si dice che un elemento domina, attacca o invade trasversalmente l'elemento che dovrebbe limitarsi a controllare.

(sopraffazione del nonno sul nipote)

- il Legno invade la Terra,
- il Fuoco invade il Metallo,
- la Terra invade l'Acqua,
- il Metallo invade il Legno,
- l'Acqua invade il Fuoco.

Questo disequilibrio può avere origine da un eccesso dell'elemento dominante e/o da una debolezza dell'elemento dominato.

IL FEGATO DOMINA LA TERRA:

RISTAGNO DEL QI DI FEGATO CHE INVADE LA MILZA

- DIARREA, SE INVADE LO STOMACO

- NAUSEA

IL CUORE DOMINA IL METALLO:

SECCA I LIQUIDI DEL POLMONE E BLOCCA LO YIN DI POLMONE

(VUOTO DI YIN DI POLMONE)

LA MILZA DOMINA IL RENE:

LA MILZA BLOCCA LO YIN DI RENE CHE NON ESPELLE PIÙ L'URINA

I POLMONI DOMINANO IL FEGATO:

RARA EVENIENZA PIÙ SPESSO UN VUOTO DEL POLMONE
→ STASI QI DI LV

IL RENE DOMINA IL CUORE:
SE LO YIN DI RENE È IN VUOTO SI PUÒ LIBERARE CALORE VUOTO CHE PUÒ INVADERE
IL CUORE

LA SEQUENZA DI RIBELLIONE (WU)

Consiste nell'inversione del ciclo di controllo: un elemento che è in eccesso si ribella e aggredisce o offende l'elemento che dovrebbe essere il suo controllore.

(ribellione del nipote contro il nonno)

- il Legno si ribella al Metallo (che dovrebbe controllarlo),
- il Fuoco si ribella all'Acqua,
- la Terra si ribella al Legno,
- il Metallo si ribella al Fuoco,
- l'Acqua si ribella alla Terra.

Un quadro patologico di eccesso o di deficit può quindi dipendere direttamente da ognuno dei cinque elementi, ma può anche avere origine da ognuno dei quattro termini con cui ogni elemento è in relazione, secondo quattro diverse dinamiche.

Ad esempio, l'insufficienza della Terra può causare un deficit del figlio-Metallo, svuotare eccessivamente la madre-Fuoco, facilitare l'invasione da parte del suo controllore-Legno, permettere un aumento eccessivo dell'elemento controllato-Acqua.

Si possono ipotizzare dinamiche simili in caso di eccesso di un elemento, ma in questo caso si verifica essenzialmente l'invasione dell'elemento controllato o la ribellione all'elemento controllore, ad esempio, il Legno in eccesso invade la Terra e/o si ribella al Metallo. La trasformazione di un elemento nel seguente, così come le altre interazioni, non sono solo rappresentazioni teoriche, ma hanno luogo nel mondo reale.

IL FEGATO INSULTA IL POLMONE:
RISTAGNO DEL QI DI FEGATO IN ALTO, CON OSTRUZIONE
DEL TORACE E PROBLEMI RESPIRATORI (ASMA)

IL CUORE INSULTA I RENI:
IL FUOCO DI CUORE PUÒ DIFFONDERSI IN BASSO AI RENI
CAUSANDO UN VUOTO DI YIN DI KI

LA MILZA INSULTA IL FEGATO:
LA MILZA TRATTIENE UMIDITÀ, IMPEDENDO IL LIBERO FLUIRE DEL QI DI FEGATO

I POLMONI INSULTANO IL CUORE:
POLMONI OSTRUITI DAI TAN, COMPROMETTONO LA
CIRCOLAZIONE DEL QI DI CUORE

IL RENE INSULTA LA MILZA:
SE IL KI NON TRASFORMA I LIQUIDI, LA MILZA PUÒ SOFFRIRE ED ESSERE OSTRUITA
DALL'UMIDITÀ

FUOCO:

tende a salire, è di natura Yang, è situato in alto e corrisponde al calore, al sud, all'estate, al mezzogiorno.

ACQUA:

tende a concentrarsi in profondità, di natura yin, situata in basso, corrisponde al nord, all'inverno, a mezzanotte

LEGNO:

rappresenta l'est, la primavera, l'alba e lo stato energetico del piccolo yin (yang in crescita, yin in diminuzione).

METALLO:

si situa ad ovest e rappresenta l'autunno e lo stato energetico del piccolo yang (yin in crescita e yang in diminuzione). Sull'asse orizzontale che unisce il legno al metallo yin e yang sono in proporzioni equivalenti.

TERRA:

e' l'elemento che contiene tutti gli altri elementi (le radici degli alberi, il fuoco dei vulcani, i minerali, l'acqua sorgiva) e si colloca in centro, in quanto referenza generale, per avere rapporti diretti con tutti gli altri elementi.

I quattro stati dell'energia (nascita, crescita, equilibrio, vuoto energetico) definiti dai rapporti intercorrenti tra yin e yang, vanno riferiti all'energia neutra del centro.

YIN E YANG E LOGGE ENERGETICHE

Ogni organo e ogni viscere possiedono il Qi, che si manifesta come dualismo ed equilibrio di forze opposte: lo Yin e lo Yang.

- ✓ L'energia Yin è la strutturazione, la vitalità, mentre
- ✓ l'energia Yang è l'attività, l'azione, la funzione.

Paragonandoli ad un'automobile lo Yin è il motore e lo Yang l'acceleratore.

I tratti caratteristici dello Yin e dello Yang possono essere così schematizzati

YIN	YANG
CONTRAZIONE	ESPANSIONE
FREDDO	CALDO
NOTTE	GIORNO
ACQUA	FUOCO
FEMMINA	MASCHIO
TERRA	CIELO
LUNA	SOLE
DOLCE	SALATO
ORGANICO	PSICHICO
MATERIA	ENERGIA
OSCURITÀ	LUCE
RIPOSO	ATTIVITÀ
MORBIDO	DURO
CONSERVAZIONE	TRASFORMAZIONE

I cicli di Generazione - Dominazione - Invasione - Ribellione servono ad indicare qual è la circolazione dell'energia e come gli organi / visceri possono essere in "pieno" o "vuoto" di energia Yin e di energia Yang.

- ✓ nel Ciclo di Generazione si ha circolazione dell'energia Yin dove lo Yin di una Loggia nutre lo Yin della Loggia successiva (figlio), mentre
- ✓ nel Ciclo di Dominazione si ha inibizione dell'energia Yin da parte dell'energia Yang e lo Yang di una Loggia indebolisce lo Yin del nipote.

Tutte le patologie dipendono da un vuoto o carenza (Yin) o da un pieno o eccesso (Yang) di energia.

Partendo dal presupposto che esiste una risonanza tra i fenomeni naturali e quelli che avvengono all'interno del corpo umano la medicina cinese evidenzia tra di essi alcune corrispondenze. Il ritmo stagionale, per esempio, ha come riferimento e come centro del sistema la Terra nei suoi movimenti di rotazione e rivoluzione rispetto al Sole.

- ✓ al massimo dello Yang, cioè alla luce e al calore, corrisponde il solstizio d'estate;
- ✓ al massimo dello Yin, cioè al buio e al freddo, corrisponde il solstizio d'inverno.

Mettendo in relazione i cicli della natura con quelli che avvengono all'interno dell'essere umano si ottiene uno schema di questo tipo:

GLI ZANG E I FU

La visione degli organi interni offertaci dal Su Wen è quella di uno stato o un microcosmo, un'area geografica ben organizzata che funziona da ricettacolo delle energie dell'universo.

CUORE (XIN)

Corrisponde al sovrano e al signore supremo. Occupa il centro del corpo (plesso solare) e comanda e coordina tutti gli altri organi. In lui risiede il mentale e lo psichico (nel senso latino di *mens* e greco di *psuché*)

Il Cuore è quindi il Centro dell'Uomo, emanazione del principio di vita, nucleo di immortalità in noi .

È collegato necessariamente con tutti i centri di tutti gli esseri dell'Universo, come l'Imperatore che, fermo al centro, comanda tutta l'amministrazione della Cina .

È il concetto Taoista del Wu wei, il non - agire, l'Inattività, perché nella Via tutto si sviluppi spontaneamente, senza costrizioni ed attriti

IL CUORE - CENTRO - FUOCO

QUALITÀ LUCE: SHEN, INTELLIGENZA PROFONDA DEL CUORE

QUALITÀ CALORE: SANGUE, AMORE, AFFETTO

POLMONE (FEI)

E' il primo ministro, il cancelliere, il funzionario che riceve le direttive del sovrano-cuore, si occupa delle connessioni e istruzioni interne

FEGATO (GAN)

E' una sorta di generale, di funzionario militare che si occupa di formulare piani e strategie, più difensive però che offensive

VESCICOLA BILIARE (DAN)

E' un ufficiale giudiziario responsabile dei vedetti, un impiegato che obbedisce agli ordini del generale ed applica le sue leggi

MINISTRO DEL CUORE (XINZHU, CHANZHONG, TANZHONG)

E' una sorta di difensore ultimo del cuore, il regolatore dei messaggi, capace di fare provare gioia e armonia all'intero organismo

MILZA - STOMACO (PI - WEI)

Descritti come due funzionari che controllano i depositi, i granai, le riserve di cibo. Fanno provare all'individuo il gusto per le cose.

INTESTINO TENUE (XIAO CHANG)

Si occupa delle trasformazioni e dei raffinamenti del cibo

GROSSO INTESTINO (DA CHANG)

Si preoccupa di trasportare ai diversi organi il cibo raffinato e di eliminare le impurità

RENE (SHEN)

E' l'attivatore, il rafforzatore che obbliga il corpo a compiere le sue attività fisiche e mentali e controlla tutte le facoltà dell'individuo

VESCICA (PANGGUANG)

E' il funzionario delle acque, il viscere che si preoccupa dei territori, della messa in riserva e della trasformazione dei liquidi

TRIPLICE RISCALDATORE (SANJIAO)

E' responsabile dei corsi d'acqua, dell'apertura delle chiuse, dell'irrigazione del corpo (in questo senso è paragonato al sistema linfatico)

LA STRUTTURA DELL'UOMO ED I CANALI ENERGETICI

Per trattare di agopuntura e successivamente delle tecniche riflessologiche è indispensabile analizzare la struttura dell'uomo secondo la medicina cinese.

Nel corpo umano, come in tutto l'universo è riconoscibile il dualismo delle due forze, lo Yin e lo Yang, che si manifestano come polarità. Così ad esempio il lato destro è Yin, quello sinistro è Yang, la parte anteriore è Yin quella dorsale Yang, la parte superiore (testa, collo, braccia) è Yang, quella inferiore (addome e gambe) è Yin. E così via. In realtà questa suddivisione è relativa e può continuare all'infinito perché c'è sempre una zona più Yin o più Yang rispetto ad una adiacente.

Secondo l'anatomia cinese l'uomo è strutturato secondo due elementi base: una struttura interna ed una struttura esterna.

La **struttura interna** comprende i cinque organi ed i cinque visceri (Zang e Fu) già accennati precedentemente, associati ad un organo particolare, definibile come Pericardio (Maestro del cuore), ed un viscere particolare, identificabile con la parte inferiore, media e superiore dello stomaco (Triplice Riscaldatore).

Il Pericardio sembra in relazione con i luoghi ove il sangue ed i liquidi corporei subiscono delle trasformazioni (gola, cuore, pelvi), mentre

Il Triplice Riscaldatore è legato a luoghi ove avvengono trasformazioni metaboliche (dalla lingua al cardias, dal cardias al piloro, dal piloro all'apparato genito-urinario).

Sono anche presenti organi e visceri particolari, detti "curiosi", quali cervello e midollo spinale, sistemi osseo, circolatorio, epatobiliare, genitale ed endocrino.

La **struttura esterna** è formata dai canali energetici o meridiani (*King o Jing*) e dalle diramazioni dei vasi linfatici e sanguigni.

I meridiani principali sono 12 e costituiscono un'impalcatura della struttura esterna del corpo. Il loro tragitto termina o si origina da un organo o da un viscere.

Esistono anche dei canali di raccordo, che prendono il nome di "meridiani longitudinali e trasversali", dei "meridiani curiosi", non in collegamento diretto con organi e visceri, e dei canali energetici tendineo-muscolari in corrispondenza dei legamenti.

I percorsi dei meridiani sono a volte rettilinei, a volte curvi e lungo di essi esistono dei punti privilegiati che comandano tutto il sistema e le cui dimensioni variano da pochi millimetri ad alcuni centimetri, e sovente corrispondono a delle piccole depressioni della cute.

I 12 canali principali sono classificati secondo il modello Yin e Yang e suddivisi in gruppi ad opposta polarità.

Vi sono 6 canali Yang corrispondenti ai visceri e

6 canali Yin corrispondenti agli organi;

I primi hanno decorso alto – basso (dalle mani scendono alla testa oppure dalla testa scendono al torace, all'addome fino ai piedi),

I secondi basso – alto (dai piedi salgono all'addome e al torace oppure dal torace salgono alla mano)¹.

Dei meridiani Yang ve ne sono 3 che partono dalle mani (Intestino crasso, Triplice riscaldatore, Intestino tenue) e 3 che arrivano ai piedi (Vescica, Vescicola biliare, Stomaco).

Dei meridiani Yin ve ne sono 3 che partono dai piedi (Milza-Pancreas, Fegato, Rene) e 3 che giungono alle mani (Polmone, Mastro del Cuore, Cuore).

I **canali Yang della mano** (Intestino crasso, Triplice riscaldatore, Intestino tenue). Iniziano all'estremità delle dita, percorrono la parte dorsale della mano, la parte interna del braccio e avambraccio, la parte esterna del collo e terminano al viso.

¹ La figura umana, secondo i cinesi, è in equilibrio quando ha una posizione eretta con le mani alzate al di sopra della testa, come nell'immagine dell' *uomo di Leonardo*.

I **canali Yang del piede** (Vescica, Vescicola biliare, Stomaco). Iniziano dal viso e raggiungono piede percorrendo il tronco e le gambe dorsalmente (Vescica), lateralmente (Vescicola biliare) o ventralmente (Stomaco).

I **canali Yin della mano** (Polmone, Mastro del cuore, Cuore). Iniziano dalla parte esterna del torace, si spostano lungo la zona anteriore e laterale del braccio e terminano nella mano.

I **canali Yin del piede** (Rene, Milza, Fegato). Iniziano dalle dita dei piedi, salgono lungo la parte interna della gamba, la parte anteriore dell'addome e terminano al torace.

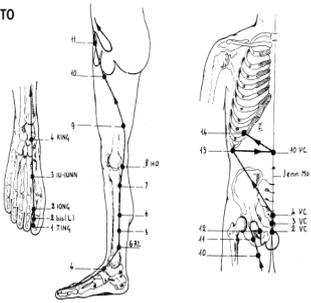
Esistono numerosi altri canali importanti, detti "curiosi", dei quali due sono molto importanti: i meridiani del Vaso Governatore e del Vaso Concezione, che percorrono l'essere umano lungo la linea sagittale, che lo divide in due parti perfettamente simmetriche.

Il Vaso Governatore (*Tou Mo*) parte dal perineo e sale lungo la colonna vertebrale, la calotta cranica e scende lungo il viso per terminare sopra il labbro superiore.

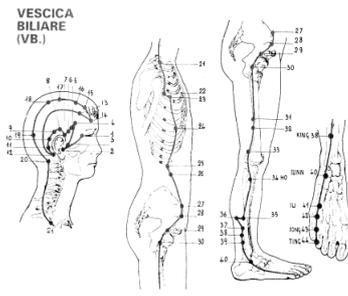
Il Vaso Concezione (*Jenn Mo*) parte anch'esso dal perineo, percorre la parte ventrale passando per l'ombelico e raggiunge la zona sotto il labbro inferiore.

PERCORSO DEI MERIDIANI

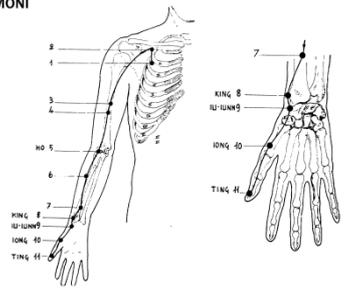
FEGATO (F.)



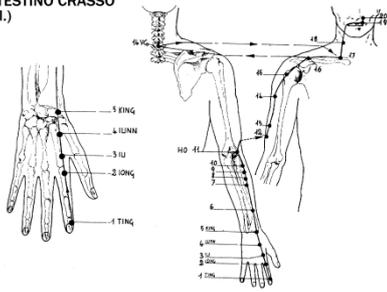
VESCICA BILIARE (VB.)



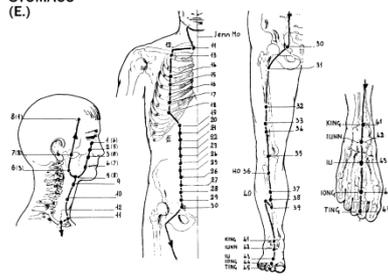
POLMONI (P.)



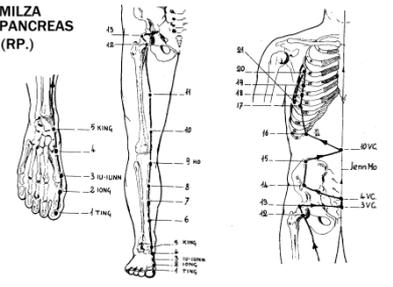
INTESTINO CRASSO (GI.)



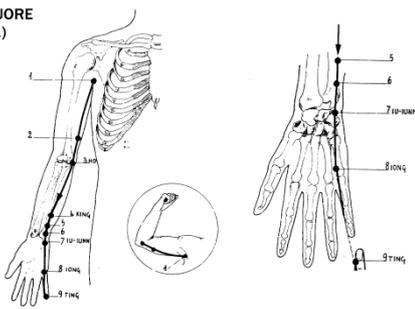
STOMACO (E.)



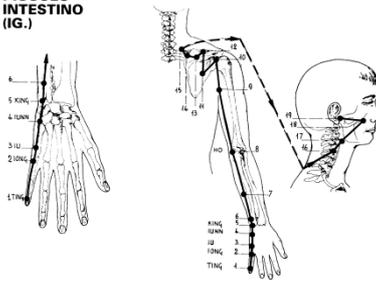
MILZA PANCREAS (RP.)



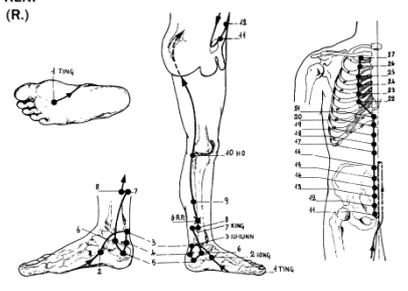
CUORE (C.)



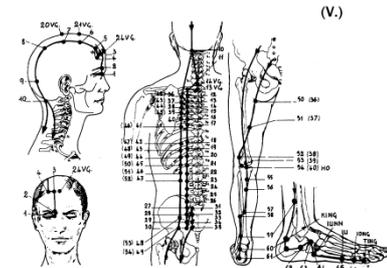
PICCOLO INTESTINO (IG.)



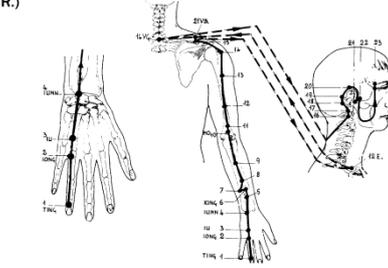
RENI (R.)



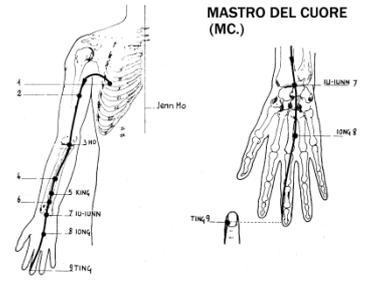
VESCICA (V.)



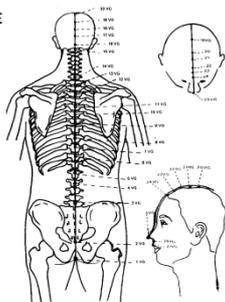
TRIPLICE RISCALDATORE (TR.)



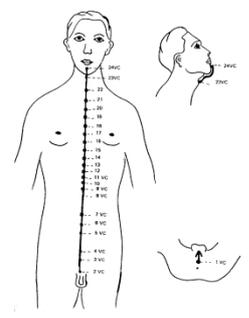
MASTRO DEL CUORE (MC.)



VASO GOVERNATORE



VASO CONCEZIONE



<p>MERIDIANO DEL FEGATO Ha 14 punti Circolazione tra l'1 e le 3 Ha più sangue che energia Tratta la stasi del qi e le turbe del sangue Dal torace un ramo secondario sale al volto, passa per l'osso zigomatico e raggiunge il vertice della testa (20gv)</p>	<p>MERIDIANO DELLA VESCICA BILIARE Possiede 44 punti Ha più energia che sangue Circolazione tra le 23 e l'1 Tratta febbri elevate da brividi, i muscoli, le articolazioni, lo yin, l'umidità- calore</p>	<p>MERIDIANO DEL POLMONE Si compone di 11 punti. Circola tra le 3 e le 5 Possiede più energia che sangue Utile nelle turbe del qi Nasce dal tr medio 12cv Entra in contatto dal centro del petto (17cv) Tocca la gola</p>
<p>MERIDIANO DELL'INTESTINO CRASSO Possiede 20 punti Circola tra le 5 e le 7 Possiede tanto sangue quanta energia Tratta le malattie da calore e quelle legate ai liquidi jin Tratta le paralisi Secondo alcuni non termina di lato al naso (dopo essersi incrociato sul la linea mediana) ma sotto l'occhio Il punto 20gi e 1 st comunicano tramite un piccolo ramo</p>	<p>MERIDIANO DELLO STOMACO Possiede 45 punti Ha tanto sangue che energia Circola tra le 7 e le 9 Tratta le paralisi, le turbe dei liquidi, le follie, il calore Si incrocia sulla linea mediana</p>	<p>MERIDIANO MILZA - PANCREAS Composto da 21 punti con due vasi (dal 4 e dal 21 sp) Ha più energia che sangue Circola tra le 9 e le 11 Tratta le turbe del qi, del sangue e dei liquidi, e le condizioni di umidità e calore Tratta le turbe digestive iposecretive</p>
<p>MERIDIANO DEL CUORE Composto da 9 punti Ha più energia che sangue circola tra le 11 e le 13 Tocca la gola e la lingua e sale all'occhio Tratta le turbe psichiche</p>	<p>MERIDIANO DEL PICCOLO INTESTINO Possiede 19 punti Ha più sangue che energia Circola tra 13 e le 15 Tratta il vento, i liquidi ye, le turbe psichiche</p>	<p>MERIDIANO DEL RENE Possiede 27 punti Ha più energia che sangue Circolazione tra le 17 e le 19 Tratta le turbe yin e yang e la volontà Secondo la scuola giapponese oltre al 1 punto sulla regione plantare del piede vi sono altri 4 punti (detti rene 1°, 2°, 3° e 4°) che trattano metatarsalgie dolorose, speroni calcaneari, dolori fasciali plantari Lungo l'addome corre a 0,5 cun dalla linea mediana, sul torace lungo la linea margino-sternale Molti punti addomino-toracici sono toccati dal chong mai ed in relazione con gli organi yin</p>
<p>MERIDIANO DELLA VESCICA Ha 67 punti, Possiede più sangue che energia Massima circolazione (marea) tra le 15 e le 17 Tratta il qi e i liquidi, espelle il vento, tratta i muscoli e combatte la febbre lieve</p>	<p>MERIDIANO DEL TRIPLICE RISCALDATORE Composto da 27 punti Permeato dall'energia yuan Circolazione tra le 21 e le 23 Più energia che sangue Tratta i deficit di yang, le turbe dei liquidi, l'umidità - calore, le malattie metaboliche, i forti rialzi febbrili Tratta a livello dell'orecchio le sordità improvvise da cause esterne (xie) Secondo alcuni corrisponde al sistema nervoso parasimpatico e al sistema linfatico</p>	<p>MERIDIANO DEL MASTRO DEL CUORE Composto da 9 punti Ha più sangue che energia Circolazione tra le 19 e le 21 Tratta le turbe del sangue (circolazione) e dello shen I suoi punti sono usati nelle turbe dell'apparato cardiovascolare Protegge il cuore e tratta gli stati ipocondriaci Mediante un ramo finale si ricongiunge al 14lr formando l'asse jue yin</p>
<p>MERIDIANO DEL VASO GOVERNATORE Ha 28 punti de è impari, mediano posteriore Tratta i fenomeni yang, cancella il vento interno, tratta le follie, le agitazioni, la perdita del controllo</p>		<p>MERIDIANO DEL VASO CONCEZIONE Ha 24 punti ed è impari, mediano anteriore Controlla i fenomeni yin, le turbe ginecologiche, digestive e respiratorie</p>

PROPRIETÀ DEI COLORI

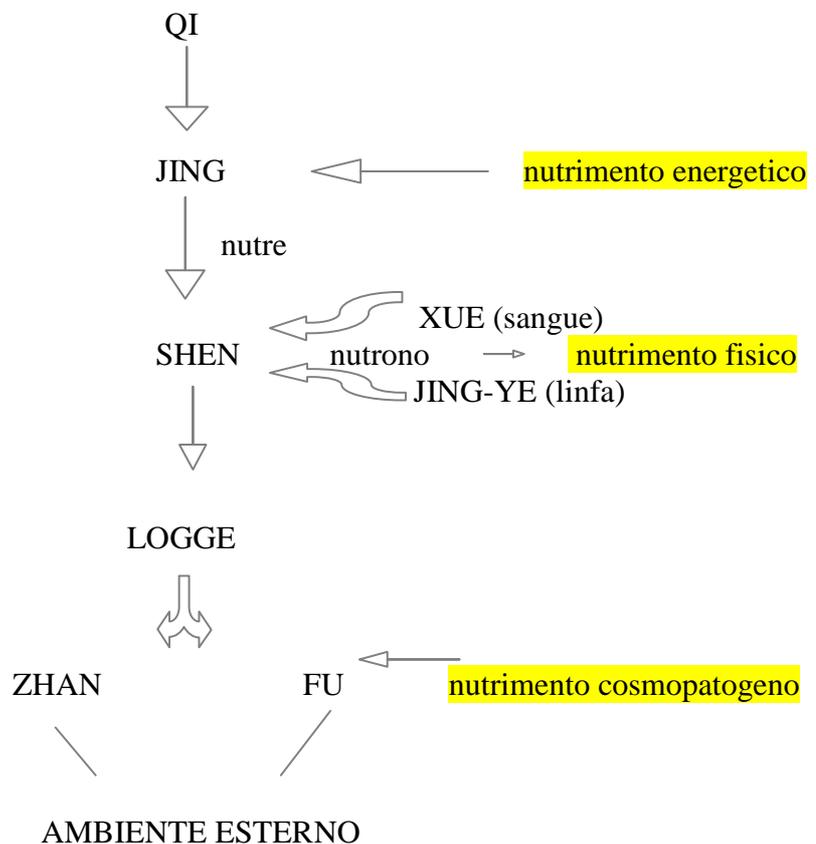
Viola	Simboleggia potere, nobiltà, ricchezza, autorevolezza, contemplazione e meditazione. Si associa all'Elemento Legno: zone est ,sud-est oppure sud
Azzurro e blu	Rilassamento. Il blu significa serietà, profondità, studio, crescita intellettuale e spirituale. Si associa all'Elemento Acqua: zona nord oppure zone est e sud-est.
Verde	Sviluppo, cambiamenti, speranze, nuovi inizi, riposante e sensazione di freschezza. Si associa all'Elemento Legno: zone est ,sud-est oppure sud
Giallo	Lealtà, obiettività, solidità, tolleranza, senso pratico e creatività. Si associa all'Elemento Terra: zone sud-ovest, nord-est oppure nord-ovest e ovest.
Marrone	Profondità e serietà, eleganza sobria, il passare del tempo, malinconia. Si associa all'Elemento Terra: zone sud-ovest, nord-est oppure nord-ovest e ovest.
Arancio	E' di buon auspicio, conferisce buon umore, fortuna, energia, persuasione e dà equilibrio fra praticità e spiritualità, pulizia e stimolante l'appetito. Si associa all'Elemento Fuoco: zone sud oppure zone sud-ovest e nord-est.
Rosso	Colore protettivo e di buon auspicio, simboleggia gioia, entusiasmo, passionalità, successo e fama, fortuna, eccitazione. Si associa all'Elemento Fuoco: zone sud oppure zone sud-ovest e nord-est.
Grigio	Equilibrio e unione degli opposti, ma anche noia e frustrazione, mancanza di incentivi o di iniziativa. Si associa all'Elemento Metallo: zone nord-ovest, ovest oppure nord.
Rosa	Amore, dolcezza, sentimenti teneri, felicità. Si associa all'Elemento Terra: zone sud-ovest, nord-est oppure nord-ovest e ovest.

SINTESI

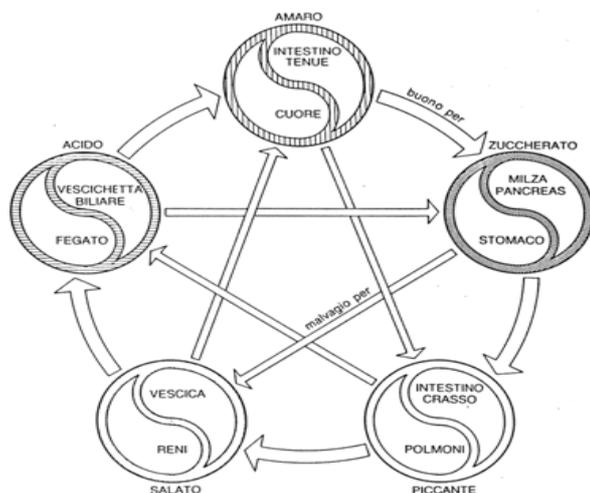
La tabella seguente riassume e mette in relazione tra loro tutte le logge.

	LOGGIA	RITMO CIRCADIANO	STAGIONE	ENERGIA COSMOPATOGENA	SAPORI
ORGANO:	RENE	17-19	INVERNO	FREDDO	SALATO
VISCERE:	VESCICA	15-17			
ORGANO:	FEGATO	1-3	PRIMAVERA	VENTO	ACIDO
VISCERE:	V. BILIARE	23-1			
ORGANO:	CUORE - MASTRO D. CUORE - TRIPLICE RISC.	11-13 19-21 21-23	ESTATE	CALDO	AMARO
VISCERE:	INT. TENUE	13-15			
ORGANO:	MILZA-PANCR.	9-11	FINE ESTATE	UMIDO	DOLCE
VISCERE:	STOMACO	7-9			
ORGANO:	POLMONE	3-5	AUTUNNO	SECCO	PICCANTE
VISCERE:	COLON	5-7			

Facciamo un altro schema riassuntivo per unire tutte queste conoscenze:



LA LEGGE DEI CINQUE ELEMENTI, LE LOGGE E IL MOVIMENTO DELL'ENERGIA NELL'ORGANISMO.



Questo schema racchiude tutti i possibili movimenti che le logge fanno per mantenere in equilibrio l'intero sistema.

Ogni ciclo ha la sua funzione.

- il ciclo di nutrimento (ciclo Shen) o di generazione. Qui a circolare è l'energia YIN. Si tratta di un vero e proprio nutrimento fisico. È un rapporto YIN-YIN. “io mi alimento, io nutro”
- il ciclo di energia (ciclo Kye) o di controllo o dominazione. Qui a circolare è l'energia YANG che va a controllare l'organo dominato (yin). È un rapporto YANG-YIN. “io prendo energia e poi agisco”. Questo ciclo entra in moto quando il ciclo di generazione si interrompe.

Prima di una qualsiasi patologia c'è sempre una situazione di eccesso che poi si trasformerà in difetto in quanto l'organo si esaurisce. Una cosa molto curiosa è che la loggia debole non manifesta mai i sintomi. I sintomi si manifestano sempre nelle logge più forti, quelle addette a proteggere la debole. Saranno le logge più forti a indebolirsi e a manifestare sintomi.

Facciamo l'esempio dell'allergia. I sintomi insorgono sulla respirazione, muco, rinite, pelle (loggia metallo), ma ci sarà anche stanchezza poiché i surreni non producono corticoidi (loggia acqua), ci sarà lacrimazioni (loggia legno), ma anche eruzioni cutanee e rossori (loggia fuoco). L'unica loggia a non manifestare sintomi è la loggia terra che rappresenta il sistema immunitario. L'allergia va curata sostenendo la loggia terra (stomaco-milza-pancreas). L'allergia manifesta due momenti più delicati e critici:

- in primavera (loggia legno) = se si guarda lo schema, si vede che la loggia legno è quella che controlla la loggia terra!
- alla fine dell'estate (loggia terra) = è il momento in cui la loggia terra è più sollecitata e quindi se ha dei problemi, sarà proprio in questa stagione che scaricherà i suoi sintomi sulle altre logge vicine.

CICLO DI GENERAZIONE – LA MADRE ALIMENTA IL FIGLIO -

Per comprendere questo ciclo, basta pensare al ciclo insito nella natura:

l'acqua nutre il legno – il quale nutre la fiamma del fuoco – il prodotto finale del fuoco è la cenere che nutre la terra – ove è contenuto il metallo che nelle profondità è fluido come l'acqua.

Questo ciclo è caratterizzato da una circolazione di energia yin. È lo yin che nutre lo yin. Lo yin è la parte molecolare, la materia, la fisicità. Si parla di nutrimento fisico. È per esempio il “cibo” dell'acqua che nutre e fa crescere il legno.

CICLO DI CONTROLLO O DI DOMINANZA – IL FIGLIO CONTROLLA LA MADRE

Quando c'è una carenza o un eccesso in una loggia, l'elemento di controllo si occupa di aumentarla o diminuirla. Per comprendere bene questo andamento, basti pensare alle radici degli alberi che controllano la terra (evitano gli smottamenti), la terra fa da argine all'acqua e ne impedisce lo straripamento, l'acqua limita la potenza del fuoco, il fuoco scioglie il metallo e il metallo taglia il legno.

In questo ciclo circola l'energia, lo yang della loggia dominante va a controllare la struttura dell'organo dominato, quindi controlla lo yin.

Il ciclo di controllo serve per impedire che il sistema salti, ma non è ovviamente questo il ciclo la soluzione per la guarigione. La sua funzione è unicamente quella di tamponare una situazione critica.

QUANDO SI FORMA IL MECCANISMO PATOLOGICO?

Se nel ciclo di generazione un elemento è in eccesso o in difetto, questo si ripercuote a monte e a valle e sull'elemento di controllo. Se nel ciclo di controllo il controllato è in eccesso e il controllore è in difetto, si può verificare il meccanismo opposto: il controllato invade il controllore.

Facciamo un esempio: se il fuoco invade l'acqua, la circolazione del sangue andrà a indebolire i reni, quindi la prima patologia importante sarà l'ipertensione (invasione del fuoco sul rene), l'eccesso di sangue non riesce ad essere filtrato dal rene, i glomeruli si intasano e quindi il sangue torna indietro sotto forma di pressione alta. Quando la pressione scende (ipotensione) avrò poca energia (loggia acqua scarica) ma un eccesso di legno che va a indebolire il fuoco. Pressione bassa la causa è da ricercarsi nella loggia legno.

LE CINQUE LOGGE E I MERIDIANI

IL MASSIMO YIN E' L'ACQUA.

Il rene è l'attivatore di tutto il sistema. Sono le leggi dell'impero. Senza rene anche l'imperatore si ferma. Sono le leggi che mettono in moto tutto.

Qual è il periodo dell'anno che nutre lo YANG di tutti gli organi? L'estate. È qui che viene concentrato il massimo yang. L'inverno invece nutrirà al massimo lo YIN di tutti gli organi.

Chi preferisce la stagione invernale è perchè ha una carenza nella loggia acqua (rene-vescica).

L'energia yin dell'ambiente invernale nutre dapprima la loggia acqua, ma un eccesso di freddo porterà stanchezza perchè consumerà ancora più energia alla loggia.

IL GRANDE YANG- è il massimo dell'energia, è il FUOCO.

Chi preferisce l'estate, è perchè avrà una carenza di fuoco.

Il cuore è l'**imperatore**, il sovrano supremo. Qui risiede lo SHEN MING. Il cuore gestisce ogni cosa, se l'imperatore non prende decisioni o non dà ordini il sistema si ferma. L'imperatore non agisce ma governa. È il non agire, il non fare.

È il centro del mentale e psichico. Il cervello è la parte yin del mentale e dello psichico è l'acqua. Quindi nell'acqua agisce il fuoco.

ASSE FUOCO-ACQUA E' L'ASSE DELLA NOSTRA VITA

Se l'acqua non spegne il fuoco e il fuoco non controlla l'acqua abbiamo un problema.

Il binomio fuoco-acqua (la M.t.C lo chiama asse) è il perno della nostra vita. Se l'acqua non controlla il fuoco e il fuoco non controlla l'acqua facendola evaporare, siamo nei guai. Il rene ha JING (energia del Qi) che il fuoco distribuisce tramite lo XUE (sangue). Se quest'asse non funziona non avremo energia o non siamo in grado di assimilarla. Il fuoco non è movimento, ma uno stato.

Il mastro cuore è la **guardia pretoriana**, il corazziere, colui che difende l'imperatore. Lo difende al costo della sua vita. Non si occupa di ciò che accade fuori, ma solo di ciò che accade nel palazzo imperiale. È il pericardio.

Per Hamer è la paura per il cuore che attiva il pericardio.

LEGNO è il fegato, è il generale.

Formula piani e strategie d'azione. Sono piani più difensivi che offensivi. Infatti nel fegato ci sono le cellule di kupfer che sono legate al sistema immunitario ed è il centro della circolazione del sangue.

È la strategia del “muoversi verso...”

La vescicola biliare è **ufficiale** colui che obbedisce agli ordini del generale e applica le sue leggi.

LA TERRA è il centro del sistema.

Stomaco e Milza sono i due **funzionari** che si occupano delle riserve di cibo.

Neutralità, stabilità e equilibrio. È il sistema immunitario. Trasforma l'energia del cibo in energia del corpo (il Jing del cielo posteriore). Tutto passa dal centro. È il luogo dove ci forminamo. È anche la destrutturazione, decomposizione. Anche il cibo che mangiamo deve decomporsi prima di essere trasformato in energia. Se la terra non crea l'humus non potrà creare. Qual è l'elemento che nutra la terra? L'acqua, l'umidità. È l'acqua che potenzia la terra, ma un suo eccesso la farà marcire.

La terra permette di accumulare l'energia che andrà in accumulo nei reni. L'energia arriva dalla terra.

Colorazione iride = azzurra con sovra pigmentazione marrone chiaro.

METALLO E' IL PASSAGGIO DALLO YANG ALLO YIN – PICCOLO YIN.

Il polmone è il **primo ministro**, colui che riceve gli ordini dall'imperatore. Fa da collegamento tra imperatore e il mondo esterno.

Polmone prende aria (yang) e la trasforma in sangue (yin). Ossigena i globuli rossi . È un passaggio dallo yang allo yin.

Il fegato trasforma in energia gli zuccheri del cibo trasformato dalla terra. Liberando gli zuccheri porta energia alla materia (yin).

Il polmone trasforma l'energia in materia. L'interiorizzazione. Inizia il processo di condensazione. La tristezza ti fa ritirare non mi fa agire ma tende a chiudere proprio come fa la depressione, ma la depressione è “acqua” ed è una completa chiusura.

Il metallo regge l'istinto di conservazione (il bocccone aria) . Paura della morte è polmone, non riesco a respirare – quindi viene paura di morire.

La mia energia del metallo è in difetto quindi il rene non riceve energia dal polmone – quindi manifesto il sintomo dell'acqua (paura). La paura di morire è il sintomo che annuncia un problema al metallo. Il metallo è la forma. È la pelle ossia la forma espressa dal metallo.

Colorazione iride = blu scuro

- Se manca il polmone non c'è collegamento e scambio tra interno/esterno
- se manca la terra il cibo non viene distribuito
- se manca il rene il sistema collassa
- se manca il triplice riscaldatore manca la distribuzione del calore/freddo.

I MERIDIANI fanno circolare l'energia ed i punti sono dove ci sono delle depressioni.

In tutto sono 12 (6 yin e 6 yang).

VC e VG passano al centro del nostro corpo = gestiscono l'energia di tutti i meridiani.

VC percorso dal perineo...pancia/addome fin sotto labbro inferiore

VG dal perineo , lungo la schiena...fin sotto il naso

IL MOVIMENTO TERRA

E' l'equilibrio, il centro attorno a cui si muovono lo Yin e lo Yang..

Stagione: Alla Terra non corrisponde una stagione, ma è in corrispondenza con una stagione del centro, conosciuta anche come quinta stagione, composta dagli ultimi diciotto giorni di ogni stagione periodo in cui si rendono evidenti le energie che presiedono al passaggio da una stagione all'altra. E' anche corrispondente alla fine dell'estate.

Clima: umidità

Qualità naturale: permette la semina e il raccolto.

Direzione: centro

Aspetto Yin-Yang: il centro

Fattore ambientale: umidità

La fase lunare: inizio luna calante

Colore: Giallo. Una carnagione di colore giallo è estremamente frequente. Di solito si nota sulle guance, sulla fronte o sul mento.

Sapore: Dolce. I cibi con un sapore dolce nutrono la Milza se assunti con moderazione. In eccesso, indeboliscono la Milza, e anche i Reni.

Odore: fragrante (come un profumo, ma con leggero tono dolce insalubre). A volte descritto come "dolciastro" che però indica un deficit di milza

Suono: il canto. Un tono di voce "musicale", simile al canto, è caratteristico delle persone con una debolezza costituzionale della Milza. Il canto, inteso come suono caratteristico della Milza, si può ravvisare anche in quelle persone che sono solite canticchiare un motivetto (spesso non riconoscibile) mentre sono dedite alle loro attività quotidiane.

Emozione: riflessione

MILZA - (PANCREAS)

Il Pancreas non viene nominato nei testi cinesi, riguardo ed esso diversi autori ritengono sia incluso, funzionalmente, nel concetto cinese di “Milza”. Le funzioni di questa nel campo della digestione sembrerebbero correlate con la secrezione di enzimi digestivi da parte del Pancreas. In merito nel Capitolo 42 del “Nan Jing” (Classico delle Difficoltà) vi è un riferimento dove esso viene descritto come uno strato di tessuto adiposo che circonda la Milza.

La Milza partecipa alla digestione operata dallo Stomaco (destrutturazione e selezione), provvedendo alla trasformazione delle essenze degli alimenti e alla distribuzione delle sostanze nutritive a tutto l'organismo.

la Milza è il Ministro delle Mutazioni. Con lo Stomaco, ha l'incarico dei fienili e dei granai, ossia della ricezione e della distribuzione del grano a seconda del fabbisogno.

Assicura la trasformazione e il trasporto

Tale funzione riguarda

- le essenze del cibo,
- il Qi
- e i liquidi corporei.

La Milza trasforma il cibo e le bevande ingerite per estrarne il Qi: elabora la quintessenza estratta dagli alimenti producendo e inviando il Gu Qi, il Soffio dei Cereali, agli organi per la produzione di Qi, Xue e Jin Ye (soffio, sangue e liquidi), da cui il soffio nutritivo che il Polmone diffonderà in tutto l'organismo. Il Gu Qi, dunque è la base per la produzione di Qi e Sangue.

Il ruolo della Milza è quindi quello di **separare le parti dei cibi utilizzabili da quelle che non lo sono** e di **dirigere il Gu Qi in alto al Polmone**, che andrà a combinarsi con l'aria per formare lo Zheng Qi del petto (il soffio autentico), e al Cuore per la formazione del Sangue (Xue).

Se la funzione è compromessa, vi saranno:

- scarso appetito, cattiva digestione, gonfiore addominale, dimagrimento e feci non formate
- astenia, faticabilità, debolezza, freddolosità, colorito spento, secchezza e cattivo nutrimento di pelle ed annessi cutanei
- dolenzia ed indebolimento delle articolazioni, indebolimento delle ossa
- lingua pallida e improntata
- polso debole

Trasforma i liquidi per lo Stomaco.

Lo Stomaco è l'origine dei liquidi nel corpo e la Milza li trasforma e li trasporta.

I liquidi dello Stomaco fanno parte dello Yin dello

Stomaco, mentre l'attività di trasporto e trasformazione dei liquidi fa parte dello Yang della

Milza. Sebbene lo Stomaco sia un Viscere (Yang), è interessante notare come esso sia l'origine dei liquidi (Yin) mentre la Milza, che è un Organo (Yin), provvede l'energia Yang per trasformare e trasportare i liquidi.

In caso di problemi i liquidi si fermano nello Stomaco e salgono al Polmone formando i catarrhi (Tan).

Quindi la milza:

- governa il movimento delle varie essenze dei cibi e le separa
- si occupa anche della trasformazione, della separazione e del movimento dei liquidi, dividendo la parte utilizzabile da quella inutilizzabile:
 - la parte “pura” viene inviata in alto verso il Polmone, per essere distribuita alla pelle e allo spazio tra la pelle e i muscoli (connettivo), e verso il Cuore, dove contribuirà alla formazione del Sangue.
 - la parte “impura” è inviata verso il basso, agli Intestini dove viene ulteriormente separata.

Se la funzione metabolica della Milza è compromessa, i liquidi non saranno trasportati o trasformati in modo adeguato e potranno accumularsi per formare umidità, flegma o edemi causando:

- feci non formate, diarrea
- edema nella parte bassa del corpo
- sensibilità all'umidità, sensazione di pesantezza
- sensazione di oppressione epigastrica e di massa addominale (pienezza in basso)
- diarrea e feci non formate

la Milza è facilmente colpita dall'umidità esterna che può danneggiare la funzione di trasformazione e trasporto. Ciò comporta che la Milza deve sempre essere trattata in presenza di umidità, flegma o edema.

Controlla la salita del Qi

La Milza dirige il Gu Qi verso l'alto al Polmone, perché si combini con l'aria a formare lo Zong Qi, e al Cuore per formare il Sangue.

(i movimenti di discesa del Qi sono attribuiti allo Stomaco)

La salita del Qi della Milza verso il Polmone ed il cuore è coordinata con la discesa del Qi dello Stomaco verso gli Intestini, il Fegato e i Reni ed è fondamentale per la produzione del Qi e del Sangue nel Riscaldatore Medio e per un corretto movimento del Qi nel corpo durante la digestione. Se non c'è coordinazione il Qi raffinato estratto dai cibi non può essere accumulato negli orifizi di senso superiori e il Qi impuro non può essere espulso dai due orifizi inferiori..

La Milza e lo Stomaco controllano il movimento e la direzione del Qi in tutti i tre riscaldatori; sono come un crocevia fondamentale per il corretto movimento, direzione e trasformazione del Qi.

Mantiene gli organi in sede

La salita del Qi della Milza ha un'altra importante funzione in quanto serve a “sollevare” gli organi interni e a mantenerli in sede. La compromissione di questo movimento ascendente può determinare il prolasso di un organo interno.

Sebbene l'azione di sollevamento del Qi della Milza

sia il principale fattore per tenere gli organi in sede, molto importante è anche la discesa del Qi. Infatti, la coordinazione tra la salita del Qi puro (di natura Yang - energia) e la discesa del Qi impuro (di natura Yin - materia) gioca un ruolo nel mantenere gli organi in sede..

Tale funzione alterata può portare a:

- prolapsi, di utero, stomaco, reni, vescica o retto
- ptosi, ernie
- dilatazione addominale

Controlla il sangue

Il termine “controlla” si riferisce

sia al fatto che il Qi della Milza mantiene il Sangue nei vasi,
sia al ruolo svolto dalla Milza nel processo di generazione del Sangue.

Se il Qi della milza è in salute, il Sangue cirolerà normalmente e rimarrà nei vasi. Se il Qi della milza è in deficit e non sale adeguatamente, si avrà incapacità di controllare il Sangue con fuoriuscita dai vasi, per cui si possono avere:

- emorragie verso il basso, come sanguinamenti uterini, vescicali o intestinali
- epistassi,
- metrorragie
- ematomi
- sangue nelle feci, nelle urine, nel vomito

la Milza ha anche un ruolo importante nella **produzione del Sangue**. Infatti, estrae il Gu Qi dal cibo che, a sua volta, forma il sangue. Questa è un'altra ragione per cui è chiamata la “radice del Qi del Cielo posteriore”. Pertanto, se si vuole tonificare il Sangue, si deve sempre tonificare la Milza.

SEBBENE LA MILZA ABBA UN RUOLO MOLTO IMPORTANTE, IL **SANGUE MESTRUALE** È DIVERSO DAL SANGUE DELLE ALTRE PARTI DEL CORPO. IL SANGUE MESTRUALE INFATTI È CHIAMATO TIAN GUI E DERIVA DIRETTAMENTE DALLO JING DEI RENI.

Controlla i muscoli dei quattro arti

La Milza estrae il Gu Qi dai cibi per nutrire tutti i tessuti del corpo. Questo Qi raffinato è trasportato nel corpo dalla Milza. Se la Milza è forte, il Qi raffinato è diretto ai muscoli, in particolare a quelli degli arti. Se il Qi della Milza è debole, il Qi raffinato non può essere trasportato ai muscoli, da cui:

- la persona potrà sentirsi stanca
- arti deboli, freddi, stanchi
- atrofia
- Lo stato della Milza è uno dei fattori più importanti che determinano la quantità di energia di una persona. La stanchezza è un sintomo di comune riscontro, e in questo caso bisogna sempre tonificare la Milza.

Il “Su Wen” (Domande Semplici dice:

1. La Milza governa i muscoli, se la Milza è affetta dal Calore, vi è sete, i muscoli sono deboli e atrofici
2. I quattro arti dipendono dallo Stomaco per il Qi, ma il Qi dello Stomaco può raggiungerli solo attraverso la trasmissione della Milza. Se la Milza è malata, non è in grado di trasportare i liquidi dello Stomaco, con il risultato che i quattro arti non possono ricevere il Gu Qi”

Regge la carne, cioè la “Forma”

Il Soffio della Milza è responsabile

- della produzione e del nutrimento di tutto il tessuto connettivo,
- interviene nella formazione e nel mantenimento dei muscoli ed è responsabile del tono e della forza muscolare (il movimento e l'elasticità di muscoli e tendini, invece, è sotto il controllo del Fegato).

I **disturbi dell'assimilazione** (persone che ingrassano anche mangiando pochissimo o, al contrario, che dimagriscono pur mangiando abbondantemente) sono anch'essi riconducibili ad un'alterazione di questa funzione, e i sintomi conseguenti saranno:

- atrofia muscolare
- dimagrimento o grassezza incontrollabili

Si apre nella bocca e si manifesta nelle labbra

La masticazione prepara i cibi affinché la Milza ne trasformi e ne trasporti le essenze. Per questa ragione la bocca è connessa funzionalmente con la Milza.

Quando il Qi della Milza è normale, il gusto è normale e la masticazione è normale. In caso contrario si potranno avere:

- difficoltà nella masticazione e assenza di appetito
- percezione anormale dei sapori, perdita del gusto
- sensazione di bocca unta o dolciastra

Le labbra sono il suo ornamento

Le labbra riflettono lo stato della Milza; in particolare riflettono più le condizioni del Sangue che il Qi della Milza. Quando il Qi e il Sangue della

- ✓ Milza sono in salute, le labbra sono rosee e umide.
- ✓ Se la Milza è in deficit, le labbra saranno pallide, secche, screpolate, con pellicine.

Controlla la saliva

Poiché la Milza controlla la bocca, naturalmente controlla anche la secrezione di saliva. “Saliva”, in cinese “Xian”, è il liquido correlato alla Milza.

La funzione della saliva è di umidificare la bocca e aiutare la digestione mescolandosi ai cibi per facilitare la digestione (gli antichi cinesi non erano ovviamente a conoscenza degli enzimi digestivi presenti nella saliva).

La saliva fluida (Xiàn) è descritta come “chiara e sottile”, in contrasto con la saliva densa (Tuò), correlata ai Reni, che è “torbida e densa”.

Nelle problematiche legate ai liquidi e quindi con ripercussioni sulla salivazione si possono avere situazioni quali:

- eccesso o carenza di salivazione
- ci si bava durante il sonno

Alloggia lo Yi (Intelletto)

La Milza è conosciuta come la “residenza” a livello dello Spirito (Shen) dello Yi (Intelletto), responsabile della nostra capacità di pensare, studiare, memorizzare, mettere a Fuoco, concentrarsi, concepire idee.

Il Qi del Cielo Posteriore e il Sangue sono la base fisiologica dello Yi. Pertanto, se il Qi della Milza è forte, il pensiero sarà chiaro, la memoria buona e le capacità di concentrazione, studio e produzione di idee saranno buone. Se il Qi della Milza è debole:

- lo Yi sarà offuscato
- il pensiero rallentato
- la memoria scarsa
- le capacità di studiare, concentrarsi e mettere a Fuoco i pensieri saranno compromesse

D'altra parte, Lo studio eccessivo, l'attività mentale e la concentrazione protratti per lunghi periodi di tempo possono indebolire la Milza.

Nella sfera del pensiero, della memoria e della memorizzazione c'è una considerevole sovrapposizione tra:

- ✓ Yi (Intelletto) della Milza
- ✓ Shen (Mente) del Cuore
- ✓ Zhi (Volontà) dei Reni.

1. La Milza influenza la nostra capacità di pensare nel senso dello studio, della concentrazione e della memorizzazione sul lavoro o nello studio. La funzione di memorizzazione dello Yi della Milza è strettamente correlata allo Zhi dei Reni
2. Il Cuore ospita lo Shen e influenza sia l'abilità di pensare chiaramente quando siamo di fronte ai problemi della vita, sia la memoria a lungo termine degli eventi del passato.
3. I reni nutrono il cervello e influenzano la memoria a breve termine della vita quotidiana (durante la vecchiaia c'è un indebolimento dello Jing dei Reni che non riesce più a nutrire il cervello). alcune persone possono avere una memoria straordinaria nel loro lavoro o nello studio (che dipende dalla Milza) e dimenticarsi continuamente delle cose della vita quotidiana (che dipende dai Reni).

Lo Yi rappresenta, nell'ambito dei vari aspetti dello Shen, la capacità di dare una forma, una concretezza a quanto ideato dallo Hun del Fegato e approvato dal Cuore affinché l'idea si materializzi, si definisca e si strutturi: è quindi la capacità di organizzare e strutturare il pensiero.

La centralità e solidità della Milza permette di dare una forma a ciò che è nel cuore, attraverso parole discorsi comportamenti, in stretta relazione alla sfera della memoria.

Governa la Riflessione

La Riflessione è “trasformazione”. A livello della sfera emozionale, consente la trasformazione delle emozioni e delle idee, dunque il loro rinnovamento.

La Riflessione ha una funzione armonizzante ed equilibrante: raccoglie il Soffio nel Centro e ne impedisce la dispersione contrastando, così, l'azione della Collera, della Gioia, della Tristezza e della Paura eccessive.

Ma i pensieri possono diventare preoccupazioni quando perdono la guida dello shen (pensare chiaramente) e a loro volta portano attacco allo Shen stesso (se pensa sempre meno chiaramente e "si perde la bussola"). Così possono verificarsi:

- preoccupazioni
- idee fisse e ossessioni
- rimuginare inutili e dannosi
- difficoltà ad equilibrare gli effetti delle altre quattro Emozioni (collera, gioia, tristezza, paura)
- un eccesso di pensosità con rimuginazione improduttiva che ha l'effetto di annodare il Soffio, il quale rimane concentrato e bloccato nel centro.

Il suo clima è l'Umidità

L'Umidità esterna, molto comune, è uno dei principali fattori patogeni; ma anche l'abitare, per esempio, in abitazioni con infiltrazioni di umidità nelle mura, o abitudini di vita come indossare un costume da bagno umido o sedersi sull'erba bagnata.

L'Umidità esterna penetra nei canali delle gambe e, soprattutto, nella Milza, insediandosi nel Riscaldatore Inferiore dove impedisce la salita del Qi e può causare molteplici problemi quali:

- leucorrea
- problemi urinari
- gonfiore addominale, problemi urinari o perdite vaginali
- cefalea sorda e un senso di pesantezza e annebbiamento

La Milza "ama la Secchezza", perché la sua attività è danneggiata dall'umidità e dal consumo eccessivo di bevande fredde (sistema immunitario). Al contrario, lo Stomaco "ama l'idratazione", ovvero cibi ricchi di liquidi e non essiccati.

La Milza è la radice del Qi del Cielo Posteriore

La Milza è l'origine del Qi e del Sangue nel corpo.

Per questo motivo è chiamata, insieme allo Stomaco, la Radice del Qi del Cielo Posteriore, cioè il Qi e il Sangue prodotto dopo la nascita (in opposizione al Qi del Cielo Anteriore correlato ai Reni che nutre il feto prima della nascita che determina la nostra costituzione ereditaria)

Essendo l'origine del Qi del sangue nutre il corpo e promuove il suo sviluppo

Sostenere i cambiamenti

La milza regge le mutazioni sia a livello metabolico che psichico. Infatti, le persone con alterazioni della funzioni della Milza sono individui testardi, con grande difficoltà cambiare idea, con carattere rigido e poco elastico; anche nelle abitudini.

Sono individui che non riescono a trasformare e quindi, oltre ad avere problemi nella trasformazione ed assimilazione degli alimenti anche, e soprattutto, nel digerire gli eventi; così ad esempio se ricevono un torto, difficilmente lo digeriranno e lo ricorderanno a lungo, quasi come se il tempo si fosse fermato.

Hanno difficoltà ad adeguarsi ai cambiamenti, vanno in crisi ad ogni cambiamento di programma; il cambiare casa, scuola, insegnanti, lavoro, partner, ecc., può rappresentare una difficoltà quasi insormontabile.

Allo stesso modo, saranno travagliate le mutazioni che segnano i passaggi fra i vari periodi della propria vita (ad esempio nella pubertà o nella menopausa).

STOMACO

Il Ministro dei Granai è colui che riceve ed amministra le derrate: è incaricato della ricezione di tutto ciò che proviene dall'esterno, della separazione dei vari generi di derrate e del loro smistamento.

Viene chiamato il Mare delle acque e dei granai, che sono le riserve di Qi e di sangue. Indica la capacità di questo viscere di ricevere e di distribuire.

La funzione propriamente di ricezione, sostenuta dallo Stomaco, si associa alla funzione di trasformazione.

Lo Stomaco assume una notevole importanza fra i Visceri e, insieme alla Milza, è detto la “Radice del Qi del Cielo posteriore” essendo l’origine di tutti i Qi e del Sangue prodotti dopo la nascita.

Controlla la ricezione

Il cibo e le bevande entrano dalla bocca e quindi raggiungono lo Stomaco attraverso la faringe e l'esofago. Lo Stomaco quindi “riceve” gli alimenti e li trattiene in basso.

Un appetito buono, sano, indica uno Stomaco che “riceve” bene, mentre una problematica legata alla funzione “ricezione” può causare:

- inappetenza
- assenza assoluta di appetito per collasso completo della funzione di “ricezione”

Controlla la frammentazione e l’omogeneizzazione dei cibi

Lo Stomaco trasforma i cibi e le bevande ingerite tramite un processo di fermentazione descritto come “frammentazione e omogeneizzazione”. Questa attività dello Stomaco prepara il terreno per la Milza, che separa ed estrae le essenze raffinate dai cibi.

A causa della funzione dello Stomaco di rottura e omogeneizzazione, il Riscaldatore Medio è spesso paragonato a un calderone in ebollizione. Dopo la trasformazione che avviene nello Stomaco, il cibo è trasferito in basso, nell'Intestino Tenue per ulteriori processi di separazione e assorbimento.

Fondamentalmente Separa il puro dall’impuro.

L’impuro viene convogliato verso il basso per subire una seconda elaborazione da parte dell'Intestino Tenue. Se lo Stomaco non opera correttamente la separazione del puro dall’impuro, si avrà una cattiva assimilazione, il Gu Qi sarà carente e di conseguenza saranno carenti Soffio, Sangue e i liquidi Organici. Così potranno manifestarsi:

- carenza di Qi, Xue e Jin Ye;
- dimagrimento

In Medicina Cinese, lo Stomaco è considerato l'origine del Qi del corpo (come Agni in ayurveda), ne consegue che "Qi dello Stomaco" diviene segno di buona salute e della vita stessa.

La patina della lingua.

Una patina normale, bianca sottile con radice, è indice di un buon funzionamento del Qi dello Stomaco.

La patina deriva dall'umidità "sporca" generata come sottoprodotto dell'attività dello Stomaco di frammentare e omogeneizzare: questa umidità sale alla lingua e forma appunto la patina. Il colore della patina rispecchia da vicino la patologia dello Stomaco:

- un patina spessa e bianca indica Freddo nello Stomaco,
- mentre spessa e gialla indica Calore.

Controlla il trasporto delle essenze dei cibi

Lo Stomaco, insieme alla Milza, è responsabile del trasporto delle essenze dei cibi al corpo intero, in particolare agli arti. Se lo Stomaco ha un Qi forte per estrarre e trasportare le essenze dei cibi nel corpo, ci si sente forti e pieni di energia. Se lo Stomaco è in deficit, le essenze dei cibi sono anch'esse deboli, di conseguenza ci sarà che:

- la persona si sente stanca
- debolezza ai muscoli

Controlla la discesa del Qi

Lo Stomaco invia i cibi trasformati in basso, all'intestino Tenue: per questa ragione, in salute, il Qi dello Stomaco ha un movimento verso il basso. Se il Qi dello Stomaco scende, la digestione è buona.

Se lo Stomaco non riesce a far discendere, si troverà in una condizione di pienezza e, nel tentativo di liberarsi, manifesterà un Qi Ni (riflusso del Soffio); pertanto, potranno manifestarsi sintomi quali:

- sensazione di pienezza e gonfiore
- rigurgiti acidi, eruttazione, singhiozzo, nausea e vomito
- vampate, insonnia e scialorrea (produzione eccessiva di saliva, dovuto a difficoltà alla deglutizione)

È l'origine dei liquidi

Per frammentare e omogeneizzare e quindi estrarre le essenze dei cibi, lo Stomaco necessita di liquidi in abbondanza. La parte non estratta si condensa ad opera dello stomaco e forma i Liquidi Corporei.

Se i liquidi dello Stomaco sono abbondanti, la digestione è buona e il senso del gusto normale. Se invece i liquidi sono in deficit, vi sarà:

- sete
- la lingua apparirà secca e con fessurazioni
- la digestione sarà cattiva

Una delle ragioni principali di deficit dei liquidi dello Stomaco è fare cene abbondanti a tarda sera.

La funzione dello Stomaco come origine dei liquidi è strettamente legata ai Reni. Essi trasformano i liquidi nel Riscaldatore Inferiore. Se questa funzione dei Reni è compromessa, i liquidi traboccano verso l'alto allo Stomaco, danneggiando la digestione. Inoltre, un deficit dei liquidi dello Stomaco che dura da molto tempo causa spesso un deficit dello Yin dei Reni.

Il ruolo dello Stomaco come origine dei liquidi evidenzia una strana anomalia nella teoria degli Organi Interni. Nonostante la Milza sia un Organo e lo Stomaco un Viscere, in molti casi la situazione è rovesciata, poiché lo Stomaco possiede molte funzioni Yin e la Milza molte Yang.

Aspetto mentale

Come sul piano somatico lo Stomaco è deputato alla ricezione degli alimenti, alla separazione del puro dall'impuro ed al loro smistamento, così, sul piano psichico, lo Stomaco Ministro è responsabile della introiezione e della separazione dell'utile dall'inutile. Le persone con una turba dello Stomaco Ministro hanno

- difficoltà ad introiettare, ad interiorizzare,
- non riescono ad accogliere in sé gli eventi dell'ambiente esteriore;
- facilmente hanno un “peso sullo Stomaco” e qualcosa o qualcuno che proprio “non va giù”;
- infine, possono avere difficoltà a separare ciò che è utile dal resto, ad esempio in un discorso, fra le proprie cose, ecc.

Lo Stomaco soffre facilmente di sindromi di eccesso, che agitano lo Shen e causano la comparsa di sintomi mentali come:

- volontà di restare chiusi in casa soli, chiudere tutte le porte e le finestre
- mancanza di controllo (parlare incontrollatamente oppure ridere o cantare; comportamento violento e il desiderio di spogliarsi)
- pensiero delirante, confusione mentale
- grave ansia, agitazione
- ipomania e iperattività
- insonnia grave

Questi sintomi, descritti nei testi classici antichi, corrispondono a quello che oggi è definito comportamento maniaco.

STOMACO			
EMOZIONI E COMPORAMENTI	FUNZIONI IN MTC	FUNZIONI IN MO	NOTE
Governa la riflessione			
	Porta il Qi in basso		Agni il fuoco digestivo che permette di fare funzionare l'organismo
	Controlla la frammentazione dei cibi	Se la digestione non avviene bene, i cibi indigeriti fungono da antigeni	
	Origine dei liquidi		
	Trasporto delle essenze dei cibi al corpo ed in particolare agli arti		
	Separa il puro dall'impuro	Prepara la digestione delle proteine e dei grassi per gli enzimi pancreatici	
	Controlla la ricezione	Funzioni del cardiac e SNA	

MILZA - PANCREAS			
EMOZIONI E COMPORAMENTI	FUNZIONI IN MTC	FUNZIONI IN MO	NOTE
Sostiene i cambiamenti			
	Porta il Qi in alto		
	Ristagno di liquidi provoca catarri (pancreas)		
	Funzione di difesa (milza)	Sistema immunitario	
	Controlla il sangue (origine del sangue)	Mette il sangue a disposizione quando serve	
	Mantiene il sangue nei vasi (emorragie)	In caso di emorragia la milza si attiva per trattenere sangue che potrà servire	
	Capacità di memorizzare e mettere a fuoco le idee	Disponibilità di sangue in più per poter svolgere varie funzioni tra cui quelle intellettive	
	Regola la forma e sostiene gli organi	Funzioni de tessuto connettivo	
	Disturbi dell'assimilazione Caratteristiche della saliva		
	Trasformazione e trasporto dei cibi		

IL MOVIMENTO FUOCO

E' il massimo yang.

Stagione: l'estate.

Clima: caldo

Qualità naturale: Il Fuoco comanda le reti di comunicazione composte dai vasi sanguigni, i quali scorrendo dal centro alla periferia apportano calore, nutrimento e Shen a tutto il corpo.

Direzione: sud

Aspetto Yin-Yang: massimo yang

Fattore ambientale: caldo

La fase lunare: luna piena

Colore: colore è quello del fuoco, cioè il rosso

Sapore: il sapore sarà quello del bruciato, ossia l'amaro

Odore: del sudore

Suono: La nota associata al Fuoco è la nota zhi, simile al Do, nota iniziale della scala pentatonica. In MTC le cinque note permettono ai Cinque organi di stimolarsi e correlarsi tra loro.

Zang: Cuore, Triplice riscaldatore

Fu: Intestino tenue, Mastro del cuore

Emozione: A livello di coscienza è allora lo stato di veglia attiva, la luce della piena coscienza, ed è il sentimento maturo, pieno, radiante, ossia la gioia, che può degenerare nell'ilarità, come pure nell'attivismo frenetico, nell'ansia e nell'insonnia.

PREMESSA

Il fuoco porta luce e calore, quindi anche nell'uomo o sarà segno di luce (intelletto) e di calore (trasporto del calore nell'organismo, mediante le ramificazioni vascolari).

Secondo i cinesi quindi i fuochi sono due:

- ✓ un fuoco imperiale, rappresentato dal calore -luce, più energetico,
- ✓ un fuoco ministeriale, rappresentato dal calore - tepore, più biologico.

CUORE

Il cuore, che tutte le medicine considerano il centro pensante dell'uomo, ha la funzione di assicurare la circolazione continua del calore legato al sangue.

In Medicina Tradizionale Cinese (MTC) il cuore, i vasi, e tutte le funzioni e le inter-relazioni che afferiscono all'apparato cardiovascolare.

Le azioni fondamentali dell'organo cuore sono:

- Il controllo del sangue e dei vasi
- La sede dello shen
- L'apertura nella lingua
- La manifestazione nel colorito del viso
- Il controllo del sudore
- Il senso che consente la relazione con l'esterno, ossia il tatto.

il cuore rappresenta il punto di impatto tra la nostra mente e l'esterno sia a livello emotivo (una tachicardia da stress), sia a livello organico (una tachicardia da sforzo).

Il controllo del sangue e dei vasi.

il cuore governa la circolazione del sangue, in quanto propulsore del sangue stesso, con la collaborazione dell'energia del polmone, secondo un ciclo ritmico governato dall'energia pettorale Zong Qi.

Il cuore ha anche il compito di determinare la struttura del sangue trasformando gli elementi nutritivi puri che la milza gli trasmette, e questo concetto può trovare un'ipotesi di parallelismo con la MO nella funzione del versante yang del cuore, ossia l'intestino tenue, che come sappiamo è deputato fra l'altro all'assorbimento del ferro, della vitamina B12 e dei folati, importanti fattori nutritivi che condizionano le caratteristiche del globulo rosso.

Pertanto, se il cuore è sano, anche il sangue sarà sano, e l'individuo sarà tonico e vigoroso; un cuore sofferente provocherà invece un deficit del sangue, con conseguente indebolimento della costituzione dell'individuo.

La sede dello shen

"il cuore è il capo dei 5 organi e dei 6 visceri, ed è la sede dello shen"

La correlazione tra cuore e sangue vale anche per quanto riguarda la sfera psichica, ossia lo shen, che è governato dal cuore, ma è veicolato e controllato dal sangue.

Lo shen non è semplicemente la capacità di ragionare o l'intelligenza in senso lato, è innanzitutto la coscienza di sé e dell'individualità del proprio io unico e irripetibile.

La nostra individualità si poggia su due basi:

- il cuore, in quanto rappresenta il polo yang dell'"asse degli stati", ossia della struttura energetica che fonda la nostra individuale irripetibilità. Esprime di conseguenza la nostra individualità psichica.
- il polo yin è quello del rene-acqua, sede del nostro codice genetico e tessuto nervoso/cervello. esprime quindi la nostra individualità strutturale-materiale.

Lo shen è anche tutto ciò che nella coscienza è yang, ossia è consapevolezza di esistere e gioia di esistere: ciò si esprime:

- nel raggiungimento del benessere psico-fisico,
- nello stato di veglia,
- nell'amore per la vita e per la vita di relazione,
- nel rifiuto della negatività e della morte,
- nella consapevolezza della propria collocazione spazio-temporale,
- nel pieno possesso delle proprie facoltà mentali,

Infine, lo shen, come il sole, irradia calore e luce in tutte le direzioni, per cui consente l'attivazione di tutte le funzioni degli altri organi, ossia fornisce l'energia necessaria per dare impulso e coesione alle varie parti dell'organismo.

1. A differenza della loggia della Terra, che consente la coesione-yin (effetto-connettivo) tra le funzioni energetiche delle varie parti del corpo,
2. il cuore ne promuove la coesione-yang, che in MO si concretizza nella sensibilità propriocettiva ed estero-cettiva, ossia nei rapporti tra ciò che accade "dentro" e "fuori" dal nostro organismo.

In altre parole, il cuore

- A. dapprima controlla gli stimoli yang complessi in entrata (come i concetti letti su un libro, o ascoltati nell'ambito di un dialogo), azione che corrisponde a quella che il sistema nervoso mette in atto quando riceve mediante i recettori periferici, le fibre nervose centripete, i fasci ascendenti del midollo spinale, la formazione reticolare e i nuclei della base;
- B. poi filtra, modula e decodifica i vari input, che provocano risposte automatiche immediate, e ciò corrisponde agli automatismi vegetativi e alle risposte neuro-ormonali non controllabili dalla coscienza (come un improvviso innalzamento della frequenza cardiaca causato da uno spavento);
- C. infine elabora, modula, memorizza e personalizza le informazioni ammantando le di significato individuale e facendole entrare a far parte della propria struttura psichica, per poi eventualmente dar luogo a una risposta integrata che si esprime in modo coerente e conseguente alla somma degli input iniziali. Il continuo apporto di sempre nuovi input crea la cultura individuale (intesa sia come rapporto fra il sé e l'ambiente, sia come bagaglio di nozioni possedute), modula il rapporto tra le varie parti della nostra psiche, e crea le basi per le proprie potenzialità espressive.

Tutto il **tessuto nervoso**, e quindi anche il **cervello**, appartiene alla loggia dell'acqua. Il cuore rappresenta però il punto di contatto con gli eventi psichici (e fisici) che interagiscono col sistema. Quindi il sistema nervoso poggia le sue basi biologiche e tissutali nel rene e le sue funzioni nel cuore attraverso l'azione dello Shen.

Quanto detto non deve però far dimenticare che lo shen, pur appartenendo al fuoco, è tuttavia strettamente correlato agli altri movimenti, dai quali riceve influenze molto importanti:

1. L'Acqua, tramite lo ZHI, dà vita all'idea iniziale tramite la volontà.
2. Il Legno, tramite lo HUN, crea la programmazione e indirizza verso
3. il Fuoco che, tramite lo SHEN, rappresenta la piena maturazione del progetto e stimola
4. la Terra che, tramite lo YI, sta alla base della concentrazione, dell'organizzazione dello studio, della razionalità logico-matematica, della memorizzazione.
5. Il Metallo, tramite il PO, consente di concretizzare le idee (il Metallo è un movimento che porta dallo yang, pensiero, allo yin, materia) portando l'idea, fattasi progetto organizzato, alla materializzazione completa simboleggiata dall'Acqua.

Lo Shen ha però, oltre alla funzione specifica di far passare l'energia dal Legno alla Terra, anche la funzione di coordinare e fornire consapevolezza specifica ai vari shen secondari, compreso il proprio.

Se si studia più a fondo il meccanismo della **memorizzazione**, si nota che:

- la Terra ha il compito di organizzare la memoria in generale, mentre
- il Fuoco mantiene la memoria a lungo termine, e
- l'Acqua quella a breve termine, come è confermato dall'indebolimento della memoria a breve termine propria dell'anziano, che ha un deficit di yin (e quindi di Acqua).

Lo shen ha anche funzioni difensive che lo portano a gestire il sangue come se fosse un piccolo esercito parzialmente distrutto che si stringe intorno all'imperatore in pericolo. Nei gravi stati di shock tutto l'organismo infatti reagisce centralizzando la portata ematica e dirigendola preferenzialmente verso il cuore e il cervello, escludendo gli altri tessuti meno "nobili" dell'imperatore.

La lingua

La lingua è aperta al cuore nella sua dimensione verbale, cioè nel suo movimento per esprimere le idee (yang) che vengono materializzate tramite il meccanismo della fonazione (yin), il "tatto psichico" che ci pone in relazione con gli altri.

Per quanto riguarda i rapporti tra il cuore e la lingua intesa invece come organo del gusto, è opportuno confermare che il gusto è di pertinenza della Terra, che ha il compito di riconoscere e di metabolizzare i vari sapori; ma se la milza distingue il dolce dal salato o dal piccante in senso generale,

è però il cuore che ha la capacità di effettuare le discriminazioni più fini per giungere alla "consapevolezza dell'individualità del singolo sapore", ossia alla distinzione tra il dolce della marmellata e quello del miele, o tra il piccante del peperoncino e quello del pepe.

- ✓ il cuore è la loggia dell'irraggiamento delle idee, ed è la sede delle relazioni interno-esterno a livello delle emozioni e delle idee, yang.

- ✓ il polmone, tramite la pelle, la respirazione e il controllo dell'equilibrio acido-base rappresenta invece la sede delle relazioni interno-esterno a livello più materiale, yin.

Fra l'altro, la disartria e l'afasia rappresentano sempre importanti alterazioni dello shen e del fuoco imperiale (si pensi a un ictus, ad esempio); questo perché lo psichismo si manifesta all'esterno tramite la parola, e i disturbi della fonazione segnalano un disturbo dello shen.

Il tatto

Il cuore, in altre parole, rappresenta il contatto con l'ambiente esterno (oltre che con quello interno), e infatti il senso attribuito alla loggia del Fuoco è appunto il tatto.

Anche la scrittura, in quanto espressione delle idee è veicolata dai fini movimenti della mano e dal tatto, è sotto il controllo del cuore

Va chiarito che i movimenti dei muscoli sono, in generale, sotto il controllo del legno, ma è il cuore che organizza i vari impulsi neuromuscolari in modo che si coordinino a realizzare un' "azione", ossia un "gesto" organizzato.

Il colorito della pelle.

Rapporto tra stato del cuore e colorito della cute è condizionato dalla vasodilatazione del microcircolo, dallo stato di ossigenazione del sangue, etc.

Il colorito della pelle, prescindendo da fattori costituzionali e/o etnici, dipende essenzialmente dallo stato di irrorazione cutaneo, e quindi ha stretti rapporti con il sangue. In particolare, il cuore governa sia il sangue che i vasi, per cui il cambiamento del colorito può dipendere sia da effetti squisitamente vasali (pallore da vasocostrizione, rossore da vasodilatazione), sia da variazioni intrinseche dello stato del sangue (per rimanere nello stesso esempio testé fatto, pallore da anemia e rossore da iperglobulia).

Il sudore

I liquidi corporei sono correlati allo stato del sangue controllato dal cuore: se il sangue del cuore è in deficit, i liquidi vengono persi.

La secrezione quindi è quella più radiante, quella cioè collegata all'emanazione del calore, ossia il sudore, ed è interessante notare che le sedi dove il sudore si manifesta maggiormente sono proprio quelle dove la MTC pone le localizzazioni più rappresentative del cuore:

- le ascelle (dove il meridiano principale del cuore si superficializza),
- lo sterno (sede dei punti di allarme del cuore),
- il palmo delle mani (sede del XIN PAO LO),
- la zona sacrale (sede del fuoco originario, MING MEN)
- la testa in generale, ma più specificamente la fronte, che è una zona molto yang.

La sudorazione dipende strettamente dallo shen e dallo stato emotivo. Infatti in questi casi si ha un vuoto di yin del cuore, caratterizzato da ipersudorazione, soprattutto

- al palmo della mano e all'ascella durante il giorno (Il palmo della mano e l'ascella sono in relazione al decorso del meridiano del cuore, il cui tragitto esterno inizia nel centro del cavo ascellare e irradia la sua energia a tutto il palmo della mano)
- e generalizzata durante la notte (è legata al fatto che lo yin di cuore, e anche quello del rene (deficitario anch'esso in questa sindrome) non riesce a contenere a sufficienza l'energia Wei, che di notte circola all'interno, e l'energia Wei, a sua volta, non riesce a trattenere bene i liquidi, che fuoriescono sotto forma di sudore).

Le connessioni tra cuore e sudorazione sono chiari

nei casi di ipersudorazione, come ad esempio negli stati febbrili, che porta a una notevole perdita di liquidi che a loro volta determinano un deficit di sangue di cuore, con conseguente sintomatologia (vertigini, pallore, agitazione, pomelli rossi, secchezza delle fauci, sudorazione notturna, fino quasi a stati deliranti).

INTESTINO TENUE

Se il cuore è l'imperatore e il maestro del cuore il suo primo ministro, l'intestino tenue è l'ufficiale che sta in buoni rapporti coi potenti (gli altri organi e visceri), producendo un fruttifero scambio delle sostanze selezionando i prodotti da trattenere e facendo proseguire i prodotti da eliminare.

Questi prodotti sono rappresentati dal materiale alimentare, che viene suddiviso in materiale puro e impuro. Ma, più in generale, l'intestino tenue è anche il separatore del puro dall'impuro per quanto riguarda le idee e le emozioni.

Se la funzione di selezione non è buona, insorgono sintomi che esprimono confusione, in quanto non vengono prodotte informazioni "pure". Questa confusione può essere

- ✓ di natura yin, come quando l'intestino tenue non opera una corretta selezione-assorbimento di sostanze come il ferro o la vitamina B12, per cui viene prodotto del sangue "anormale", ossia contenente globuli rossi troppo piccoli o troppo grossi;
- ✓ di natura yang, come quando una scorretta selezione delle idee produce informazioni incomplete, per cui risulta difficile prendere decisioni, funzione questa propria della colecisti.

MAESTRO DEL CUORE (XIN BAO LO)

Il maestro del cuore è il primo ministro dell'imperatore, colui che gli fa da scudo nei confronti di qualsiasi attacco, quindi è il protettore del cuore, oltre a essere il veicolo e l'ambasciatore di tutte le funzioni imperiali.

In ottica occidentale la protezione del cuore potrebbe far pensare semplicemente al pericardio. In realtà, il Xin Bao Lo non è traducibile in un organo così come lo intende la MO, in quanto si tratta di una "superfunzione", ossia un insieme di azioni e di tessuti la cui funzione globale è quella di proteggere e di garantire la funzione di comando del cuore.

Pertanto, il Xin Bao in senso Yin è

- ✓ l'endotelio,
 - ✓ ma è anche quella parte del sistema nervoso autonomo che ha azione sul cuore,
 - ✓ ma è anche la vasomotricità coronarica,
 - ✓ ma è anche il tessuto di conduzione intracardiaco,
 - ✓ ma è anche l'insieme di meccanismi che fanno ipertrofizzare il miocardio in presenza di ipertensione,
 - ✓ ma è anche il meccanismo di riempimento dei corpi cavernosi del pene,
- e così via;

Sul piano dei rapporti di relazione (senso più yang), il Xin Bao è l'ambasciatore operativo dei messaggi del cuore: se il cuore governa i rapporti tra il sé e l'esterno, tra il proprio io e gli altri "io" che lo circondano, il Xin Bao mette in atto tutte quelle azioni biochimiche, emodinamiche, metabolico-endocrino-umorali che rendono operativo il comando dell'imperatore. In altre parole,

- se il cuore si pone sulla difensiva nei confronti di un nemico, il Xin Bao provvede ad aumentare il ritmo cardiaco, la pressione arteriosa, la perfusione muscolare allo scopo di preparare il corpo alla lotta o alla fuga;
- se invece il cuore deve prepararsi a un contatto erotico, il maestro del cuore attiva il riempimento dei corpi cavernosi del pene o della vagina, agisce sulla lubrificazione genitale, fa aumentare il ritmo cardiaco, e così via.

Per questi motivi la funzione del Xin Bao è stata talora tradotta col termine, in verità anch'esso riduttivo, di "sesso e circolazione".

TRIPLICE RISCALDATORE (SAN JIAO)

Il triplice riscaldatore, o San Jiao, è la funzione-partner del Xin Bao, per cui lavora a stretto contatto con quest'ultima.

Si tratta anche in questo caso di una super-funzione, che in questo caso governa soprattutto

- ✓ i meccanismi dell'alimentazione,
- ✓ i liquidi organici,
- ✓ e i tre metabolismi (assorbimento, elaborazione ed eliminazione).

Benché non vi sia nessun organo anatomicamente corrispondente al triplice riscaldatore, i Cinesi ritengono che tutti gli organi del corpo siano controllati dalla coppia XinBao-San Jiao, e che il calore sia controllato dalla loro azione.

In sostanza, il triplice riscaldatore è il sistema di riscaldamento dell'organismo: mantiene calore e temperatura a livelli ottimali affinché l'intero sistema porti avanti le fatiche quotidiane in modo confortevole, armonioso ed equilibrato.

Tutti e tre i metabolismi devono essere in armonia tra loro, perché ognuno possa coordinare la temperatura degli organi appartenenti al suo dominio. Se questa funzione fosse squilibrata, tutto il calore del corpo potrebbe risultarne compromesso, causando eccessi di caldo e di freddo a livello fisico ed emotivo.

Il San Jiao ha anche importanti funzioni riguardanti il metabolismo dei liquidi. Esso agisce

- sullo yin dei liquidi, controllando i processi di umidificazione e di nutrizione,
- e agisce sullo yang dei liquidi, assicurando l'energia dinamica necessaria per la loro distribuzione e spostamento.

E' per mezzo delle interconnessioni del San Jiao che l'intero ciclo dei liquidi organici viene canalizzato a nutrire l'intero organismo (può essere anche assimilato a tutta l'acqua extracellulare dell'organismo).

Insieme al Xin Bao, il San Jiao opera anche nel campo neuromorale per regolare tutte le funzioni organiche che in MO sono sotto il controllo del sistema simpatico e parasimpatico. Questi due sistemi sono organizzati secondo una regola di attivazione-inibizione che corrisponde esattamente alla legge yin-yang:

la stimolazione parasimpatica, ad esempio, provoca un rallentamento del battito cardiaco, che è invece accelerato dagli stimoli simpatici;

la stimolazione vagale attiva la peristalsi gastroenterica, che viene invece inibita dall'attivazione simpatica.

Non è quindi fuori luogo paragonare l'azione del **maestro del cuore all'attività simpatica**, e quella del **triplice riscaldatore alle funzioni del parasimpatico**, perlomeno per quanto riguarda le azioni neuromorali della coppia.

Riassumendo, la funzione del San Jiao è triplice:

- Attiva gli organi e i visceri grazie alla Yuan Qì di origine renale.
- Sovrintende all'assimilazione delle energie del cielo e della terra (ossigeno e cibo) e alla loro trasformazione in energia dell'uomo (Zheng Qì) e alla sua distribuzione.
- Controlla l'assorbimento, la trasformazione, la distribuzione e l'eliminazione dei liquidi organici.

RAPPORTI TRA CUORE E GLI ALTRI ORGANI

CUORE E RENE.

Il cuore e il rene appartengono allo stesso livello energetico, ossia lo Shao Yin, che corrisponde al fuoco-acqua imperiale.

Il rene conserva il Jing e il cuore governa lo Shen. Il midollo, emanazione del rene e governato dal Jing, produce il sangue,

e lo Shen, controllato dal cuore, è conservato nel sangue (il sangue venoso in arrivo al cuore destro, oltre a portare tutti i prodotti provenienti dagli organi, porta al cuore anche tutti gli shen degli organi, compreso lo shen del cuore stesso attraverso il seno coronarico).

Lo yin del rene domina lo yin del cuore: entrambi questi yin rinfrescano lo yang del cuore affinché non si surriscaldi.

D'altro canto, lo yang del cuore e lo yang del rene riscaldano lo yin del rene affinché esso non si congeli ristagnando.

Tutti i movimenti di salita e di discesa sono controllati dall'acqua (che tende a scendere) e dal fuoco (che tende a salire), per cui se l'acqua non attenua il fuoco o se il fuoco non dinamizza l'acqua, compare la malattia.

CUORE E FEGATO.

Il fegato è il primo organo che fa salire lo yang, mentre il cuore lo fa giungere a piena maturazione.

I due organi trovano la loro interazione soprattutto nei confronti del sangue e delle emozioni. L'espressione dei movimenti psichici viene iniziata dal fegato e portata a compimento dal cuore.

Se l'acqua (grande Yin) è in deficit, lo yin del fegato e del cuore sono malnutriti, con conseguente liberazione dello yang dei due organi che tende a salire verso l'alto, e ciò determina disturbi dello shen, come

- irritabilità, ira, sogni vividi (sintomi di pertinenza-legno),
- e insonnia, ansia, agitazione (sintomi di pertinenza-cuore).

Per quanto riguarda il sangue, il cuore governa il sangue, e il fegato lo immagazzina:

- se il sangue di cuore è insufficiente, il fegato non è in grado di immagazzinare il sangue in modo corretto regolandone il volume circolante;
- se il fegato non riesce a controllare correttamente il sangue, esso ristagna provocando un deficit di circolazione che coinvolge anche il cuore. Esempio di quanto detto può essere la cirrosi epatica avanzata, che provoca gravi alterazioni del ritorno del sangue all'atrio destro.

CUORE E MILZA

Anche la milza interagisce col cuore tramite il sangue.

La milza garantisce la produzione del sangue e il suo mantenimento nei vasi (azione antiemorragica. Un deficit della funzione della milza determina una riduzione dell'emopoiesi e la comparsa di stravasi di sangue (emorragie), con ripercussione a livello del cuore (deficit di sangue del cuore).

Una patologia dello shen può anch'essa consumare il sangue del cuore e ripercuotersi sulla milza attraverso un'alterazione della circolazione.

CUORE E POLMONE

Il polmone è il maestro del QÌ, mentre il cuore lo è del XUE, quindi i due organi lavorano in stretta connessione anatomo-funzionale, in quanto

- senza l'energia il sangue tenderebbe a ristagnare. Infatti se il QÌ del polmone è in deficit, la funzione cardiaca di spinta del sangue non è attivata, e il sangue tende a ristagnare, dando origine a sintomi come l'oppressione toracica, la debolezza del respiro, palpitazioni, sub-cianosi.
- senza sangue l'energia si disperderebbe. Cioè se è lo yang di cuore a essere in deficit il QÌ di polmone ne risente, provocando sintomi come affanno, oppressione toracica, tosse e dispnea da sforzo.

Queste inter-relazioni tra polmone e cuore sono ben note anche in MO:

- un deficit cardiaco (come lo scompenso) provoca aumento della pressione venosa polmonare e quindi dispnea,
- mentre un deficit polmonare (come un enfisema) provoca un aumento della pressione arteriosa polmonare e quindi danneggia il cuore.

CUORE			
EMOZIONI E COMPORAMENTI	FUNZIONI IN MTC	FUNZIONI IN MO	NOTE
Gioia, Coscienza Ansia iperattività			
	Controllo della circolazione del sangue e dei vasi	Pompaggio del sangue arterioso e recupero del sangue venoso	
	Sede dello Shen	Riceve le informazioni, le decodifica ed elabora una strategia di risposta: sistema nervoso che veicola il sangue dove serve	
	Tessuto nervoso	Vitalizza il tessuto nervoso con al circolazione (vedi Sclerosi a placche ed altro)	
	Lingua	Espressione dei concetti: collegamento placca neuromuscolare a livello di corteccia	
	Colorito della pelle	Microcircolazione in funzione emotiva o tensionale	
	sudorazione	Termoregolazione e microcircolazione	
	Tatto		

INTESTINO TENUE			
EMOZIONI E COMPORAMENTI	FUNZIONI IN MTC	FUNZIONI IN MO	NOTE
vulnerabilità			
	Separazione del puro dall'impuro	Assorbimento delle molecole utili attraverso i villi e allontanamento delle sostanze non utili sotto il controllo delle Placche di Peyer (sistema immunitario)	

MAESTRO DEL CUORE			
EMOZIONI E COMPORAMENTI	FUNZIONI IN MTC	FUNZIONI IN MO	NOTE
	Proteggere e garantire le funzioni del cuore	Pericardio	

TRIPLICE RISCALDATORE			
EMOZIONI E COMPORAMENTI	FUNZIONI IN MTC	FUNZIONI IN MO	NOTE
	Sistema di riscaldamento del corpo	Funzione tiroidea e surrenale Attività simpatica e parasimpatica Grasso bruno (regola la temperatura corporea)	
	Metabolismo dei liquidi	Acqua extracellulare Linf	

I MOVIMENTI E LE LOGGE: BREVE SINTESI

LOGGIA LEGNO

E' formata da fegato e vescicola biliare.

FEGATO:

- ✓ è il piccolo yang
- ✓ la rinascita dopo l'inverno, è l'inizio delle cose
- ✓ capacità di adattamento e flessibilità
- ✓ il vento lo alimenta
- ✓ emozione: collera. Se ben dosata è la sana energia che porta alla azione
- ✓ funzioni: è la difesa, ma in termini di saper come gestire la protezione. Amministra l'aggressività.

- ✓ Produce lacrime.
- ✓ collegato con le unghie e tendini
- ✓ si apre negli occhi. La vista è l'espressione del fegato.
- ✓ Governa i muscoli e il loro movimento

- ✓ rimedi: ottimo noci o nocciole sono ricche di acidi grassi che rinforzano la mielina . La noccia è ancora meglio per il fegato perchè contiene anche magnesio.

Un buon fegato porta a:

difendersi quando serve e star tranquillo quando non serve (ad esempio l'allergia è un sistema di difesa non adeguato).

arrabbiarsi. La rabbia è la capacità di agire nel momento giusto. La collera e la rabbia sono due emozioni diverse: la collera è l'esplosione che indica l'incapacità a gestire ed affrontare la situazione. Ad esempio un genitore che è capace di gestire i figli non avrà mai eccessi di collera. La collera è l'energia del fegato scarico (la collera distrugge il fegato). Alimenta lo yang del fegato. La rabbia è l'energia del fegato carico. Deve essere scaricata sotto forma di azione. Se si introietta la rabbia, si scarica il fegato e si indebolisce la sua energia yin, quindi la sua struttura.

Si può trasformare la rabbia alla collera quando non si riesce a gestire una situazione.

- ✓ Il fegato rappresenta la capacità di difendere il territorio. Se ci si lascia invadere è perché "non si ha fegato" e si attiva la collera. Non si ha la capacità di gestire la rabbia del fegato
- ✓ Il fegato è l'amministratore della rabbia. L'incapacità di gestire la rabbia e quindi l'incapacità di difesa indebolisce il legno che a sua volta indebolisce il fuoco e potrà provocare l'infarto.

La rabbia, o meglio la collera, deriva da un eccesso di paura. Questa situazione può portare a due comportamenti (il fegato agisce sui movimenti dei muscoli):

1. immobilismo (depressione)
2. reazione senza controllo (azione violenta)

Se si riesce a controllare la paura, si controlla di conseguenza anche la collera e si agisce sotto il controllo della corteccia. Altrimenti l'azione avviene sotto la spinta dell'istinto rettiliano che agisce per difendersi dalla morte. La reazione in tal caso diventa eccessiva perché l'istinto ha paura di morire. E in natura "la mia sopravvivenza può significare anche la tua morte".

Bisogna ricordarsi che tutte le nostre azioni sono legate alla nostra difesa, per cui attiverò la collera solo quando sono in difficoltà. Attiverò quindi la collera per paura, che porterà ad un eccesso di legno e farà reagire in modo violento. L'alimentatore della rabbia non è il fegato ma la paura-rene.

Se non si ha paura si gestisce bene la rabbia che agirà sul fisico

- ✓ permettendo il fluire armonioso dell'energia e l'azione sarà positiva.
- ✓ agendo sulla circolazione del sangue. Il fegato infatti produce i fattori di coagulazione e recupera i globuli rossi morti che in parte saranno trasformati in colesterolo e in parte in bile. Il fegato immagazzina il sangue.
- ✓ stimolando la digestione attraverso la produzione della bile che serve per assimilare i grassi.

Se c'è paura e non si riesce a gestire la rabbia si avranno invece:

- ✓ quando il Qi ristagna nel fegato l'energia non sale e ci può essere depressione (ci si tende a nascondere), oppure aggressività con squilibrio mentale e insonnia.
- ✓ bruciore di stomaco. Il bruciore è rabbia non controllata (= collera).
- ✓ Pruriti con bruciore. Prurito senza bruciore può essere Fuoco oppure Metallo
- ✓ Malattie come Alzheimer sono sintomo di rancore compresso. Infatti colpisce maggiormente le donne, più abituate a sopportare senza reagire (l'uomo solitamente affronta prima il problema).

VESCICOLA BILIARE

- ✓ permette di prendere decisioni. È l'ufficiale che agisce gli ordini del comandante (fegato)
- ✓ armonizza il fegato e la circolazione dei Qi
- ✓ fornisce il soffio all'attività motoria
- ✓ determina l'inizio delle cose in senso pratico. Se si asporta la VB il fegato pianifica meno

Problemi alla vescicola biliare comportano:

- ✓ dolori laterali a dx
- ✓ diminuzione attività immunitaria
- ✓ dolori muscolari
- ✓ problemi alla colonna vertebrale e articolazioni
- ✓ mancanza di coordinazione
- ✓ problemi oculari
- ✓ capacità di digerire i grassi
- ✓ mangiar velocemente i bocconi
- ✓ cefalee digestive

LOGGIA TERRA

Il Legno controlla la Terra, ma senza la loggia della Terra nulla viene distribuito.

- ✓ Da qui passa l'energia del cielo anteriore.
 - ✓ È umidità. L'umido attiva la terra
 - ✓ Sapore: dolce
 - ✓ Gli organi sono milza pancreas e stomaco
-
- ✓ La nostra forma fisica è data dalla Terra perché controlla il tessuto connettivo che mantiene

- gli organi in sede. Evita ernie, ptosi....ma anche mantiene il sangue nei vasi.
- ✓ controlla la secrezione della saliva
 - ✓ dimora l'intelletto, la capacità di pensare, concepire idee e governa la riflessione.
 - ✓ La Terra dà forma a un individuo e alle idee. Un'idea nasce dal Fuoco poi si realizza nella Terra concretizzandola. Ricordiamo che la memorizzazione è più facile se si è in movimento. Ma perchè? Perchè il movimento mette in moto l'energia yang della Terra, attivata dal Legno (Legno nutre la Terra).
 - ✓ La Terra si occupa di distribuire l'energia a tutti gli organi e se viene distribuita male tutto l'organismo ne risente.
 - ✓ Sostiene i cambiamenti sia fisici che psichici perchè è il luogo dove tutto cambia. Chi ha problemi a cambiare idea, rigidità mentale, ha problemi alla loggia Terra (a meno che non ci sia dietro una paura che blocca il Legno).

MILZA- PANCREAS

- ✓ Secondo la MTC la milza partecipa alla trasformazione del cibo, alla digestione e alla sua distribuzione nell'organismo.
- ✓ Trasforma il cibo e l'acqua in sangue ed energia. I cinesi dicono che la milza separa la parte del cibo utile dall'inutile; tutto l'utile è diretto verso l'alto (polmone), l'inutile verso il basso (intestino). Se questo processo non avviene per bene, il funzionamento polmonare verrà compromesso e si produrranno i catarrhi. Il catarro polmonare è originato da milza-pancreas.
- ✓ Se la milza non funziona bene avremo anche ristagni di acqua (edemi o gonfiori), perchè la milza regola i liquidi.
- ✓ Quando si asporta la milza il sangue ne risente. La milza è la riserva di globuli rossi in caso di emorragia. In caso di asportazione manca la riserva se ci fosse emorragia e cresce il rischio di morte.

STOMACO

- ✓ riceve e amministra le derrate alimentari e le smista . Qui non c'è trasformazione che invece è il compito della milza.
- ✓ È la capacità di dare e ricevere. Separa l'utile dall'inutile. Quindi se sono avido o non riesco a separarmi da nulla ho problemi in questa loggia.
- ✓ Regola la patina della lingua.
- ✓ Lo stomaco soffre spesso di patologie da eccesso che agitano lo Shen che porta la comparsa di sintomi mentali. I problemi maniacali, mancanza di controllo, iperattività hanno tutte la radice nello Stomaco ma si esprimono nella loggia Acqua (infatti problemi mentali appartengono alla loggia Acqua).

LOGGIA FUOCO

È costituita dal fuoco imperiale e dal fuoco ministeriale.

FUOCO IMPERIALE (MC - TR)

È decisamente più basato sull'energia e sulla luce (yang) rispetto al Fuoco ministeriale che riguarda di più l'aspetto biologico-calore (yin).

E' formato da:

PERICARDIO

- ✓ fisicamente è la membrana che protegge il cuore, e dal punto di vista della MTC "protegge l'imperatore"
- ✓ riguarda tutto ciò che ha a che fare con gli stimoli nervosi che attivano il cuore. Il tessuto nervoso che fa battere il cuore non è del cuore ma è del Mastro del cuore, così come il meccanismi che distribuiscono il sangue e lo pompano dal e al cuore. L'irrorazione del sangue durante il rapporto sessuale è Mastro del Cuore e non Cuore
- ✓ è l' ambasciatore di tutte le informazioni che partono dal cuore e vanno al corpo
- ✓ protegge e garantisce le funzioni di comando del cuore

TRIPLICE RISCALDATORE

- ✓ governa il metabolismo dei liquidi e alimenti.
- ✓ non è direttamente collegato al cuore come il pericardio ma trasporta i liquidi e gli alimenti e quindi è più collegato alla loggia Terra. Questi alimenti e liquidi che circolano nel corpo producono calore, per cui se si ha freddo il Triplice riscaldatore non trasporta bene i nutrienti e il metabolismo rallenta.
- ✓ tutto ciò che ha a che fare con i liquidi extracellulari (plasma e linfa).

FUOCO MINISTERIALE

Riguarda il cuore e intestino tenue. E' la sorgente dello shen.

CUORE

- ✓ controlla il sangue nei vasi
- ✓ determina la struttura del sangue attraverso l'intestino tenue che assorbe il ferro, vit.B12 e folati.
- ✓ sede dello shen ming (la coscienza di se, la propria individualità energetica ed emotiva ossia l'autocoscienza), mentre nel Rene c'è la nostra individualità a livello biologico, i geni, il DNA.
- ✓ consapevolezza e gioia di vivere . Chi fa un infarto sicuramente non ha la gioia di vivere, ma ha una coscienza di sé ridotta ed è triste (loggia Metallo). Il Cuore debole toglie energia al polmone e quindi l'individuo aumenta la tristezza per sostenere il Metallo. Pertanto non è che la tristezza porta l'infarto, ma l'infarto che porta tristezza! Sono la rabbia (come collera) e la paura portano all'infarto!
- ✓ dà l'impulso a tutti gli organi
- ✓ controlla le informazioni in entrata-uscita e attiva il Sistema Nervoso Autonomo. Il cervello come azione ossia pensiero chiaro è loggia Fuoco, mentre il cervello come struttura è loggia Acqua.
- ✓ Nei muscoli l'elasticità è data dalla loggia legno, ma chi invia gli impulsi è la loggia fuoco (cuore)

- ✓ colorito della pelle
- ✓ sudore sia esso prodotto da uno sforzo fisico che da una tensione emotiva

INTESTINO TENUE

- ✓ qui avviene la separazione reale tra il puro dall'impuro. Se non riesco a fare ciò mi sentirò vulnerabile, quindi mi sentirò in pericolo ed eliminerò tutto (diarrea) oppure tratterò tutto (stipsi).
- ✓ assorbe ferro e vitamine e quindi c'è la relazione con il sangue (la struttura del sangue)

LOGGIA ACQUA

E' formato da rene-vescica.

E' il colore nero dell'energia che scende verso il basso

Il sapore è salato ed è collegato al freddo

RENE

- ✓ luogo di condensazione dell'energia, della partenza di un ciclo, del concepimento
- ✓ in termini di movimento è tutto ciò che scende verso il basso
- ✓ tutto ciò che è duro o che aumenta la densità (se l'acqua è collegata alla terra, il ghiaccio è collegato al rene)
- ✓ ossa, scheletro, struttura del midollo spinale e osseo.
- ✓ Muscoli e tendini hanno origine nelle ossa , infatti il legno prende l'energia dell'acqua. Senza scheletro i muscoli cadono, il legno non si muove se non c'è il sangue che circola e se il sangue non circola la terra non produce e non trasporta ciò che sta all'esterno all'interno. L'energia non può andare all'interno se non c'è l'acqua.
- ✓ capelli e vitalità (il capello lungo toglie vitalità)
- ✓ collegato ai genitali-uretra-ano
- ✓ orifizi
- ✓ processo uditivo e orecchio
- ✓ volontà e determinazione
- ✓ custode delle energie ancestrali (anche le malattie genetiche)

VESCICA

- ✓ regola il metabolismo dei liquidi ed elimina gli scarti. Trattando il meridiano rene – vescica tratto tutto l'organismo

LOGGIA METALLO

E' formata da polmone e colon.

Il colore è il bianco. Il clima è il secco.

POLMONE

- ✓ peli e pelle
- ✓ olfatto - naso e vie respiratorie
- ✓ muco
- ✓ trasforma e diffonde l'energia nel contatto interno/esterno. È il primo ad essere attaccato dagli agenti esterni. Raccoglie l'aria e la distribuisce .
- ✓ a livello metafisico: raccolgo i frutti delle mie azioni. Se le azioni sono positive, il polmone ne risente positivamente e manda in circolo positività.
- ✓ è il principio della autoresponsabilità. Ciò che semino con il cuore raccolgo con i polmoni.
- ✓ riceve energia dalla milza e quindi se la milza non dà energia si formano i catarri.
- ✓ carica l'organismo che proviene dall'esterno

COLON

- ✓ capacità di eliminare l'inutile riassorbendo i liquidi. Questi liquidi vanno diretti:
 - a) verso i polmoni va la parte più purificata di quest'acqua – asse colon/polmone
 - b) verso i reni la parte più pesante per essere ulteriormente filtrata – asse colon/rene
- ✓ la colite del bimbo protegge i polmoni, mentre la cistite protegge i reni (quindi il viscere cavo protegge l'organo pieno)

LE CINQUE LOGGE ENERGETICHE E LE CINQUE COSTITUZIONI

LOGGIA ACQUA (RENI) = FLUORICI

LOGGIA ARIA (FEGATO)= SULFURICI

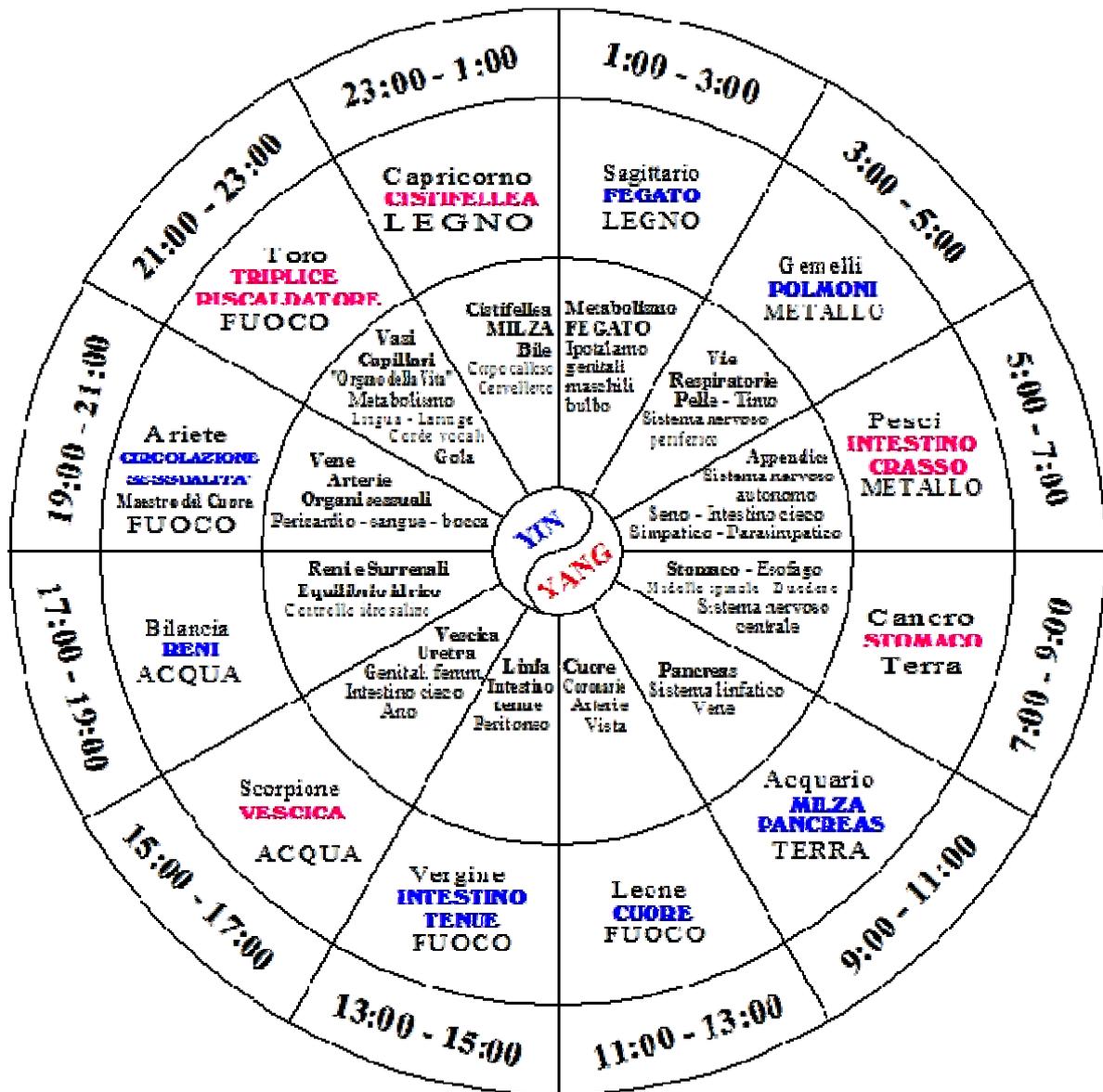
LOGGIA FUOCO (CUORE) = MURIATICI

LOGGIA TERRA (MILZA)= CARBONICI

LOGGIA METALLO (POLMONE)= FOSFORICI

LOGGIA	Costituzione	Organo primario	Organi associati
acqua	fluorica	rene	Scheletro- gonadi sistema nervoso
aria	sulfurica	fegato	Apparato muscolare sistema emopoietico
fuoco	muriatica	cuore	Apparato circolatorio tenue

terra	carbonica	milza	Stomaco e milza sistema immunitario
metallo	fosforica	polmone	Pelle scambi cellulari

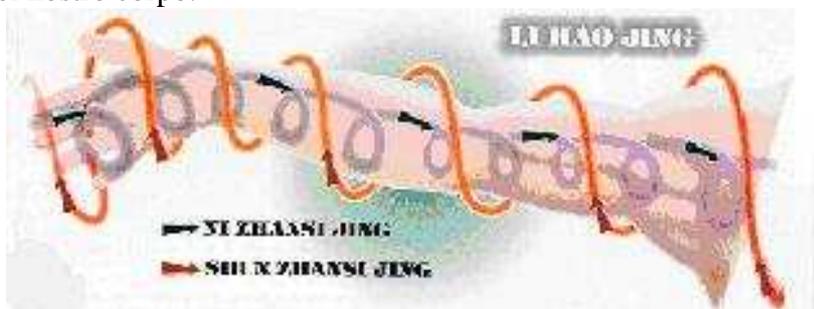


LE CINQUE ENERGIE DEL CORPO

La prima energia è Li Jiao o energia diretta, anche conosciuta come Jing Mao Shou, "l'energia interna della mano a lancia". E' un flusso che scorre all'interno del braccio, per uscire poi dalla punta delle dita. Impostando correttamente la posizione della mano, si può avvertire un certo formicolio, unito a calore, che raggiunge i polpastrelli delle quattro dita. Ad esclusione del pollice che, attraverso il meridiano del polmone si unisce all'indice attraverso il meridiano dell'Intestino crasso.



La seconda forza è Li Hao o Zhansi Jing "L'energia avvolgente o a spirale". E' conosciuta come quell'alone che circonda il nostro corpo, l'aura dinamica. Si dice che quest'energia deriva dal cielo, dall'azione del principio Yang che comprime lo Yin della terra. Ma lo Yin della terra a sua volta lo respinge, e tutto ciò crea un movimento energetico, che per magnetismo ed elettricità si accumula nel nostro corpo.



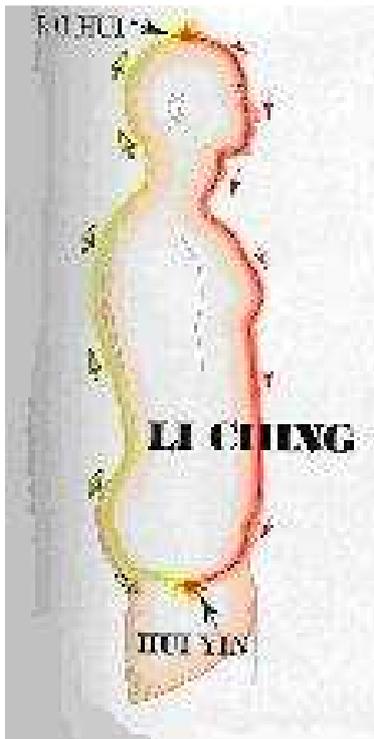
La terza forza è Li He o Li Fa Jing, "Forza esplosiva ad onda". Questa energia deve essere lasciata fluire verso il palmo della mano, come un'onda del mare che si abbatte sulla riva.



Li Wei, la quarta forza, è un'energia protettiva, Prende origine dal Chi che circola al di fuori dei meridiani. E' principalmente distribuita nei muscoli e sulla pelle, e serve a nutrire e riscaldare i tessuti e a regolare l'apertura dei pori. La quinta forza Li Bo, o Chi delle Ossa e del Midollo è conosciuta come "il filo di ferro". Lo sviluppo di questa forza mantiene giovani il nostro corpo fornendo energia ai reni, nutrendo il midollo osseo e mantenendo elastiche le ossa dello scheletro Li Bo è un'energia che consente di concentrare tutte le altre.



La sesta Jing Chi o energia sessuale, è conosciuta come "l'energia del serpente", ed è collegata in parte all'energia congenita o ereditaria. E' l'essenza e la sostanza più raffinata presente nel corpo umano.

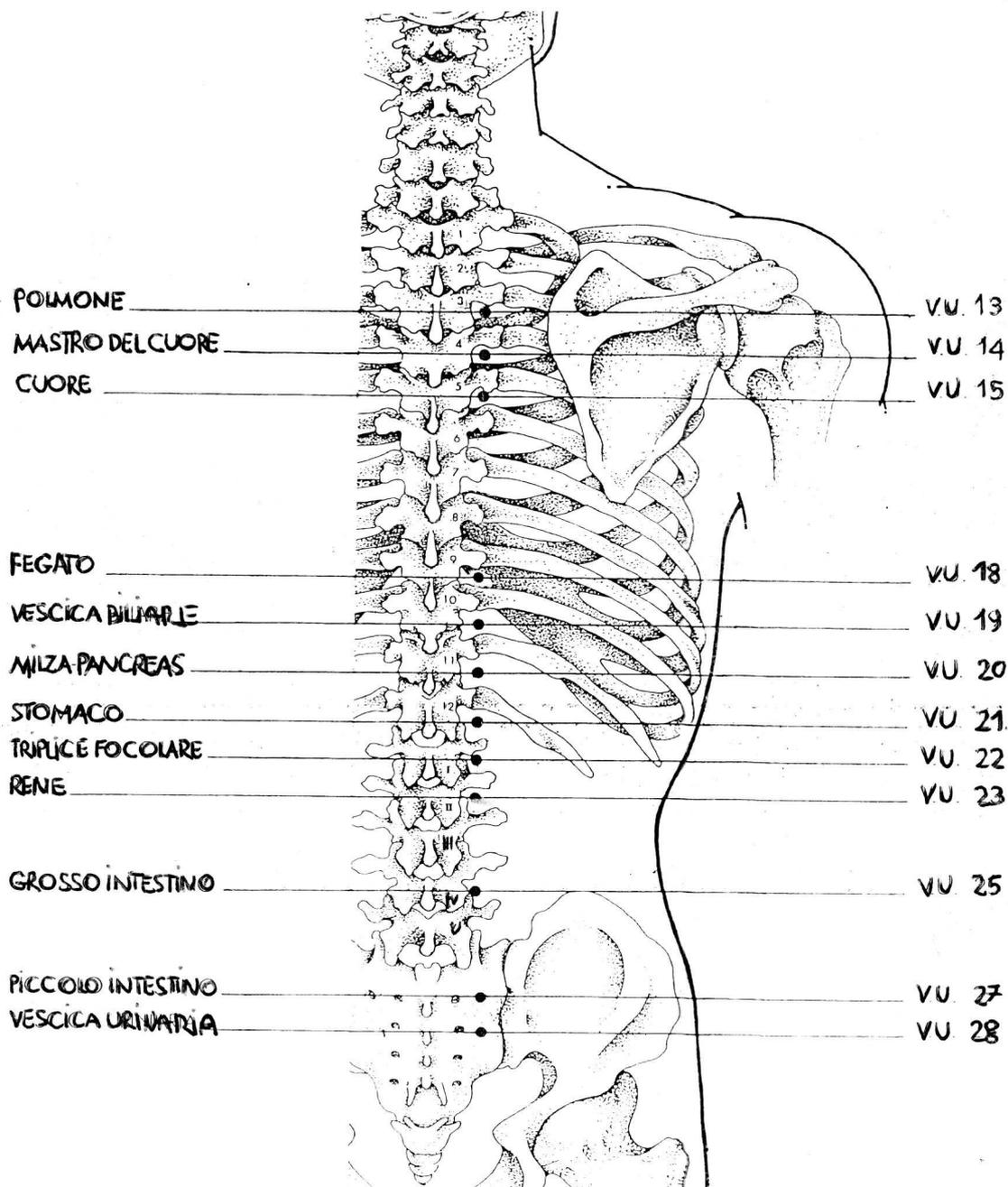


TECNICHE TERAPEUTICHE

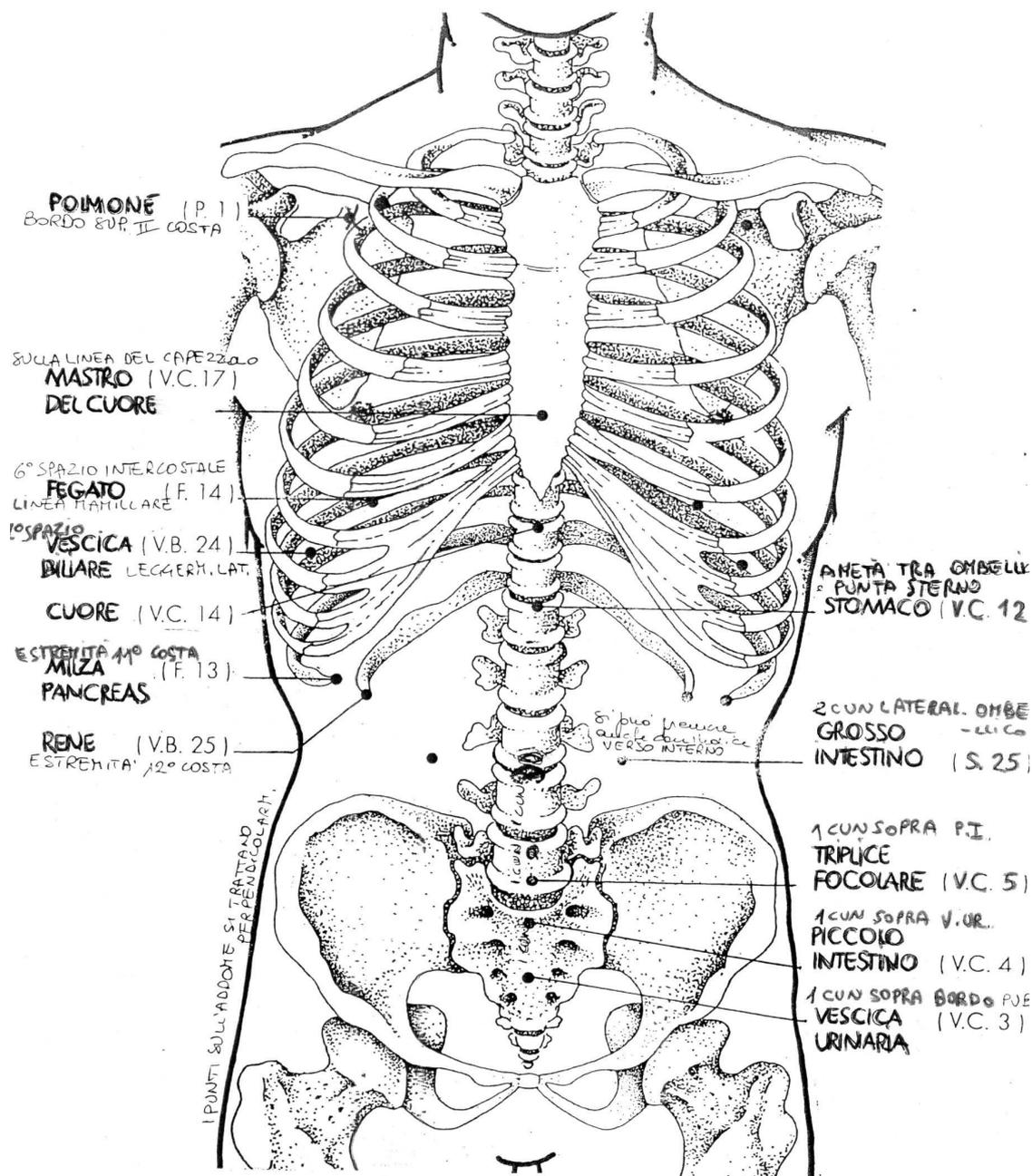
La circolazione del Qi attraverso i cicli di Generazione e Dominazione percorre i meridiani attraversando gli organi ed i visceri del corpo e tutte le strutture ad essi correlate e mette in relazione l'essere umano con l'ambiente interno ed esterno. Ogni alterazione di questo sistema – in eccesso (Yang) o in difetto (Yin) – causa uno squilibrio del Qi e, come conseguenza, l'insorgenza della malattia².

Su ogni meridiano esistono diversi punti particolari che hanno funzioni specifiche: si tratta dei cosiddetti "punti di agopuntura". In pratica, ogni punto del meridiano rappresenta l'emergenza in superficie di una funzione localizzata più o meno in profondità. Trattare questi punti è compito dell'Agopuntura, della Moxibustione, delle tecniche riflessologiche.

² In realtà secondo la Medicina Tradizionale Cinese tutte le malattie nascono sempre da un difetto ed è il difetto che si deve trattare. Infatti può esserci un eccesso di Yin o un eccesso di Yang, ma quest'ultimo caso accade perché esiste un deficit di Yin che provoca come conseguenza un eccesso di Yang! In altre parole poiché lo Yin è muto e instabile e lo Yang è attivo e superficiale, i sistemi che appaiono in superficie sono Yang, mentre le radici della malattia sono profonde e nascoste, quindi Yin. Se si vuole eliminare l'erba non la si deve tagliare solamente, ma eliminarne anche le radici che non si vedono, per impedire che cresca di nuovo.



- VU 13. Punto Shu del Polmone : 1,5 Cun a lato dall'apofisi spinosa della 3° Vertebra toracica.
- VU 14. Punto Shu del Ministro di Cuore : 1,5 Cun a lato dall'apofisi spinosa della 4° vertebra toracica.
- VU 15. Punto Shu del Cuore : 1,5 Cun a lato dall'apofisi spinosa della 5° vertebra toracica.
- VU 17. Punto Shu del diaframma : 1,5 Cun a lato della 7° vertebra toracica.
- VU 18. Punto Shu del fegato : 1,5 Cun a lato dell'apofisi spinosa della 9° vertebra toracica.
- VU 19. Punto Shu della Vescica Biliare : 1,5 Cun a lato della 10° vertebra toracica.
- VU 20. Punto Shu della Milza : 1,5 Cun a lato della 11° vertebra toracica.
- VU 21. Punto Shu dello Stomaco : 1,5 Cun a lato della 12° vertebra toracica.
- VU 22. Punto Shu del Triplice riscaldatore : 1,5 Cun a lato della 1° vertebra Lombare.
- VU 23. Punto Shu del Rene : 1,5 Cun a lato della 2° vertebra Lombare.
- VU 25. Punto Shu dell' Intestino Grosso : 1,5 cun a lato dell'apofisi spinosa della 4° vertebra lombare.
- VU 27. Punto Shu dell'Intestino Tenue : 1,5 Cun a lato della 1° vertebra Sacrale (nel 1° forame sacrale).
- VU 28. Punto Shu della Vescica Urinaria : 1,5 Cun a lato della 2° vertebra Sacrale (nel 2° forame sacrale).

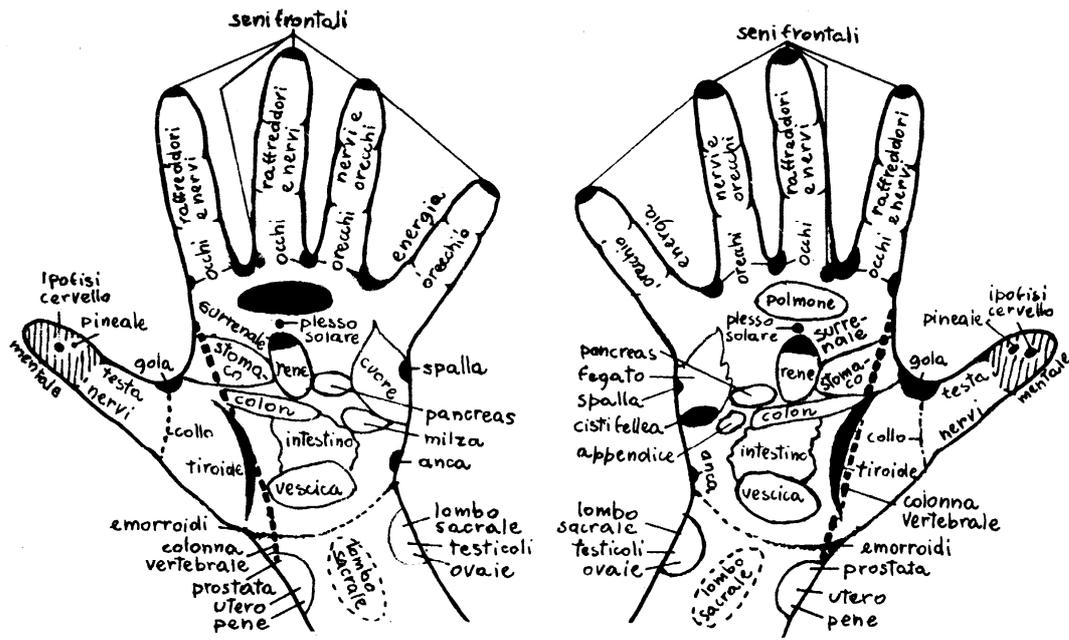


- P. 1. Punto Mu del Polmone : Sul bordo esterno della seconda costa a 6 cun dalla linea centrale del corpo.
- F 14. Punto Mu di fegato : Situato nel 6° spazio intercostale sulla verticale del capezzolo, 1,5 Cun a lato di stomaco 19.
- F 13. Punto Mu della Milza : Situata sull'estremità libera dell'11° costola, con braccio addotto e gomito flessa si trova all'altezza dell'olecrano.
- VB 24. Punto Mu di Vescica Biliare : Situato nel 7° spazio intercostale sulla linea del capezzolo.
- VB 25. Punto Mu di Rene : Situato sul bordo inferiore dell'estremità libera della 12° costola.
- ST 25. Punto Mu dell' Intestino Grosso : Situato a 2 cun lateralmente dall'ombelico.
- VC 17. Punto Mu del Ministro di Cuore : Situato al centro del petto fra i 2 capezzoli.
- VC 14. Punto Mu del Cuore : Situato a 6 cun sopra l'ombelico e a 2 Cun sotto il processo xifoideo.
- VC 12. Punto Mu di Stomaco : Situato a metà strada fra l'ombelico e la punta dello sterno.
- VC 5. Punto Mu del Triplice riscaldatore : Situato 2 cun sotto l'ombelico.
- VC 4. Punto Mu dell'Intestino Tenue : Situato 3 cun sotto l'ombelico.
- VC 3. Punto Mu della Vescica Urinaria : Situato a 1 cun sopra il bordo superiore della sifisi pubica e 4 cun sotto l'ombelico.

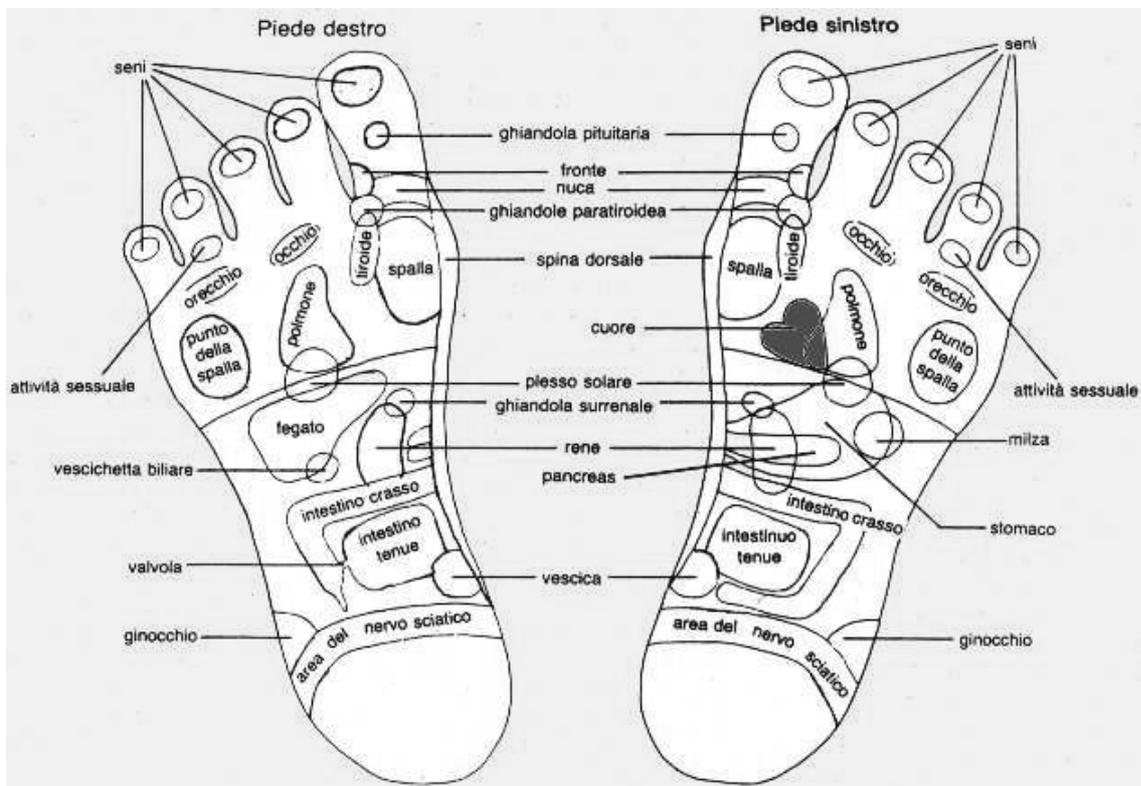
BREVI NOZIONI PER ORIENTARSI NELLA LOCALIZZAZIONE DELLE VERTEBRE

- La 7° vertebra cervicale la si riconosce perché è la più grossa : Facendo abbassare la testa in avanti alla base posteriore del collo è il punto più sporgente
- L'8° vertebra toracica si individua tracciando una linea immaginaria tra i bordi inferiori delle scapole
- La 2° Vertebra Lombare si identifica perché è situata all'altezza della 12° costola fluttuante. Anche qui si disegna una linea immaginaria tra l'estremità inferiore delle costole che va ad incrociare la spina dorsale esattamente sulla 2° vertebra lombare .
- La 4° vertebra lombare si trova tracciando una linea immaginaria tra le sommità delle creste iliache.
- Considerando che la colonna vertebrale è composta da 7 vertebre cervicali, 12 vertebre dorsali, 5 vertebre lombari, più 5 vertebre sacrali e da un coccigeo formato di regola da 4 metametri. In virtù dell'individuazione di questi quattro punti statici di partenza. Al fine di determinare una vertebra non dovremmo fare altro che utilizzare il punto conosciuto a noi più vicino e contare i metametri in avanti oppure indietro fino ad accertare la parte interessata.



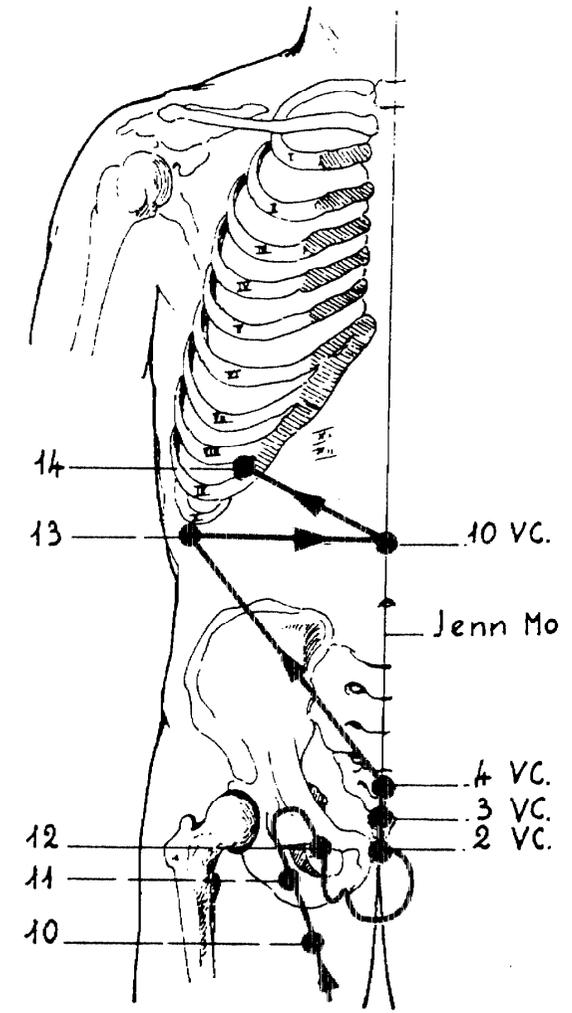
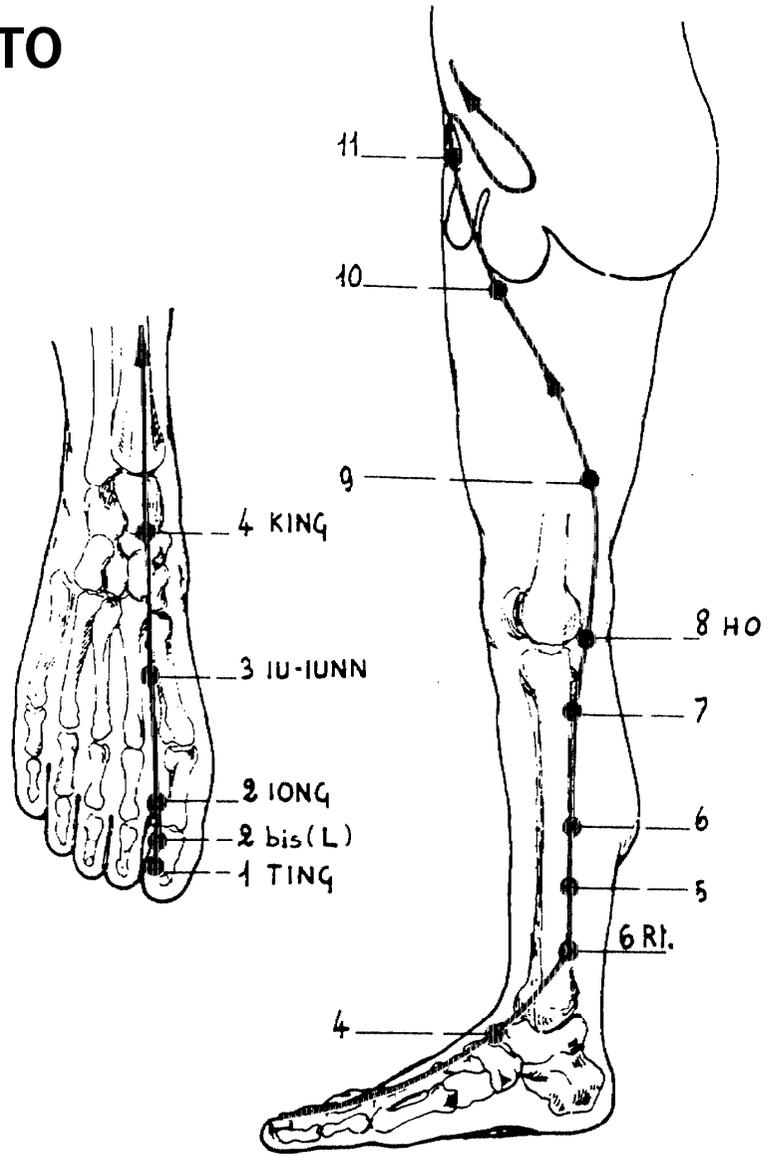


Esempio di mappa riflessologia: la mano (da Caspani, auricoloterapia. Red edizioni)

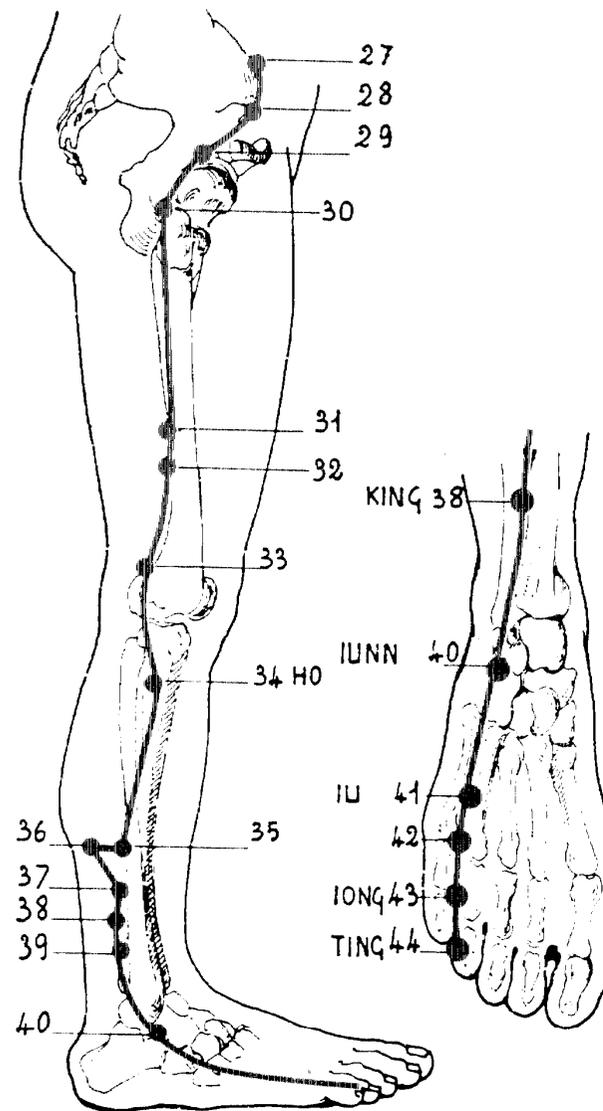
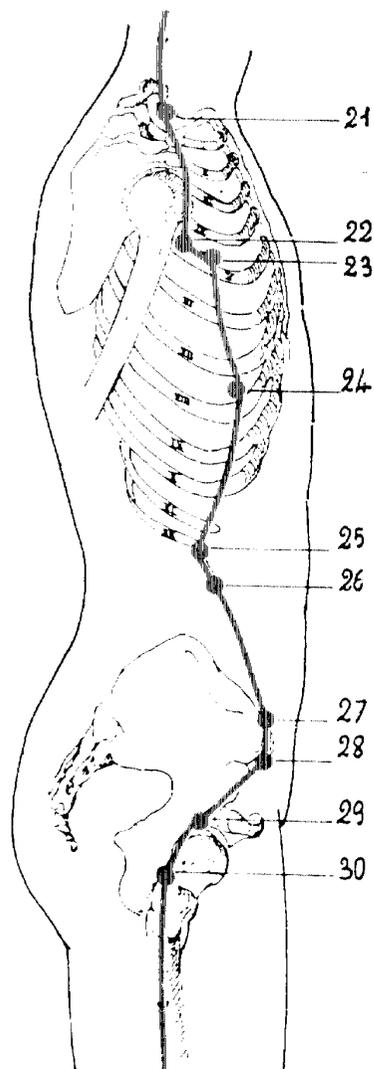
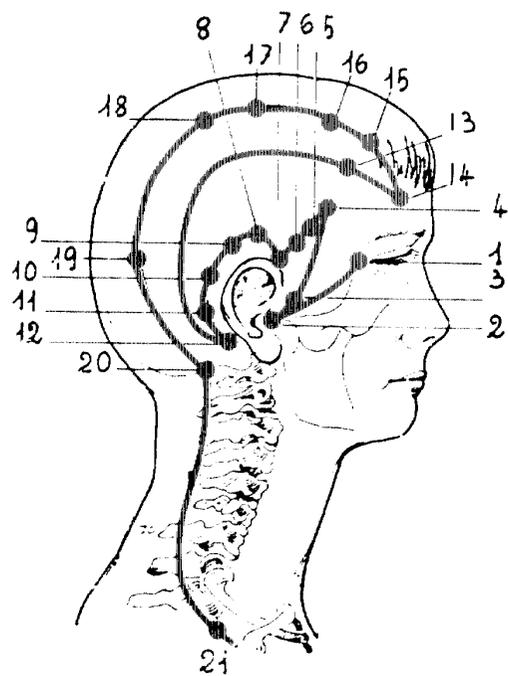


Mappa riflessologica del piede

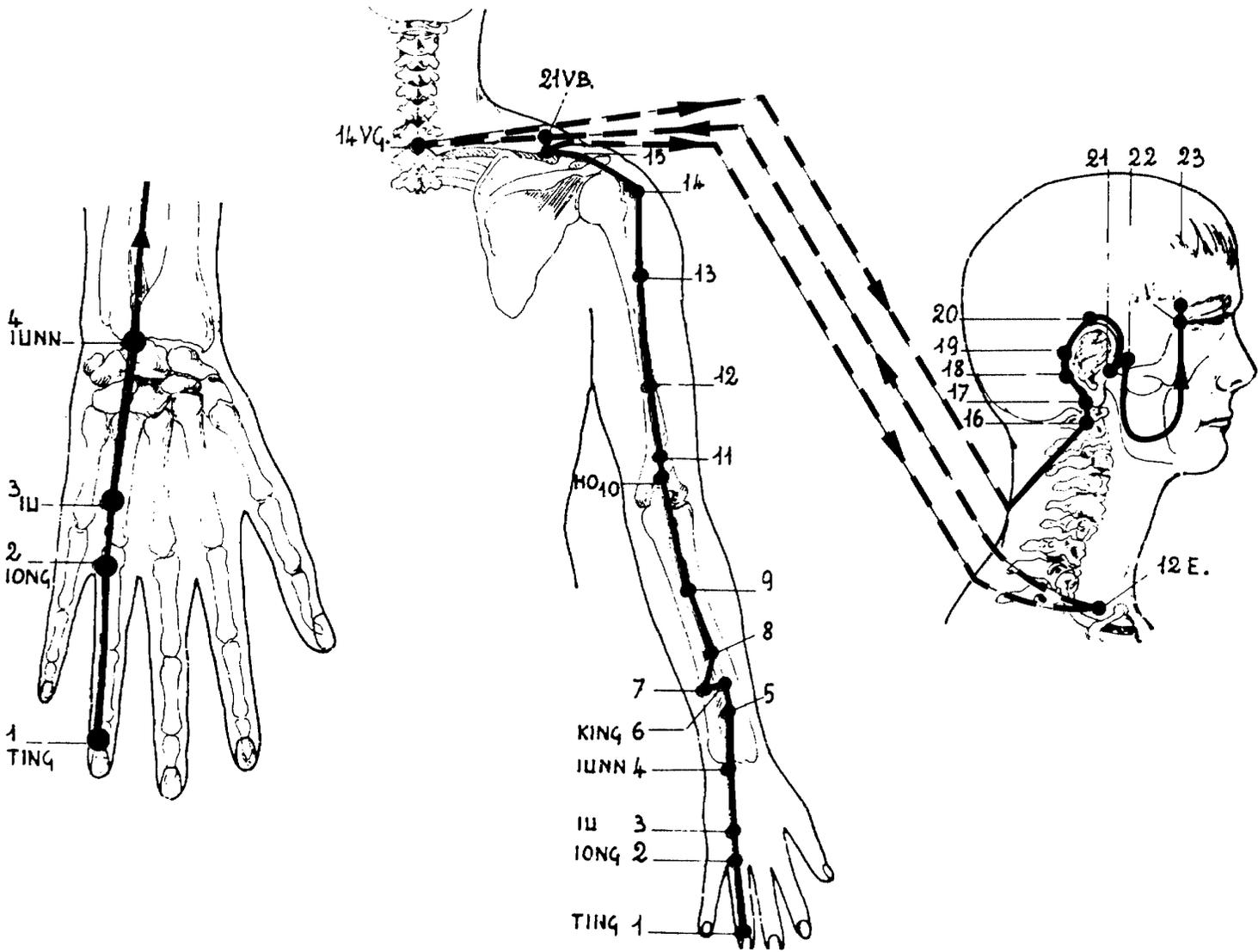
FEGATO (F.)



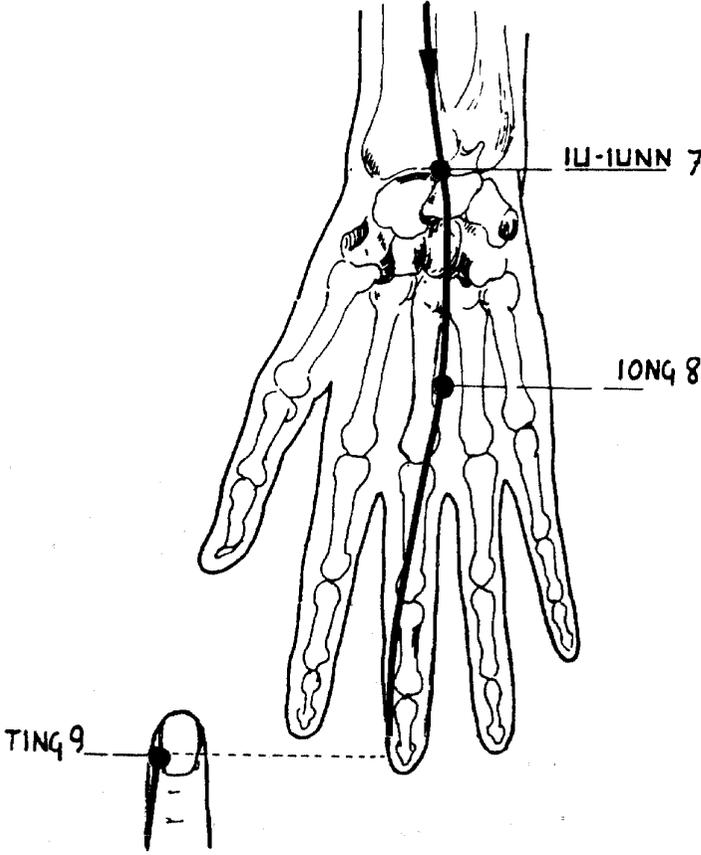
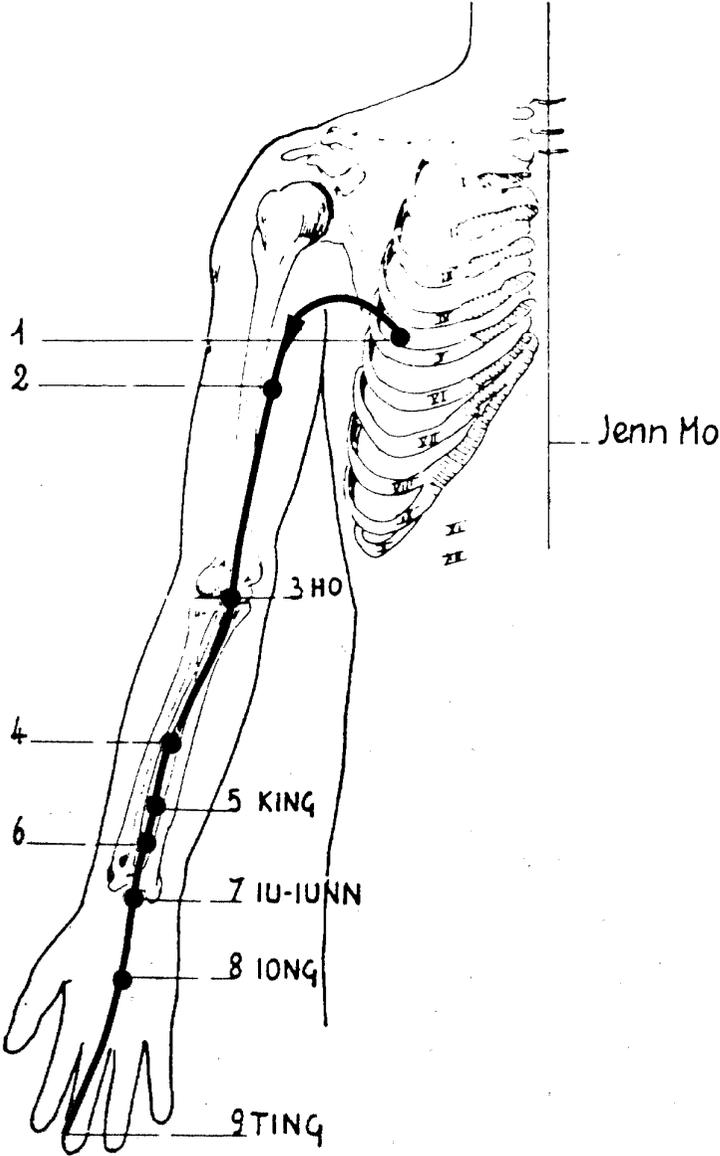
VESCICA BILIARE (VB.)



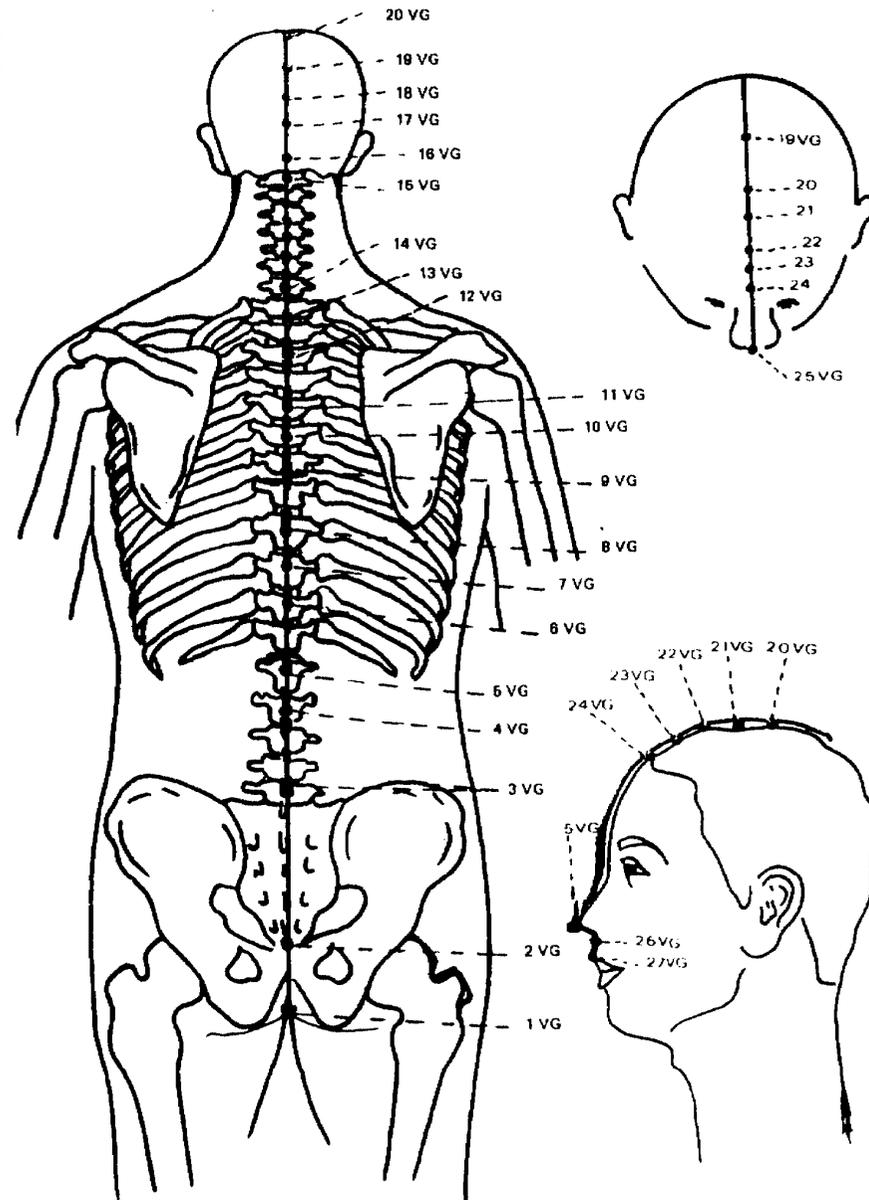
TRIPLICE RISCALDATORE (TR.)



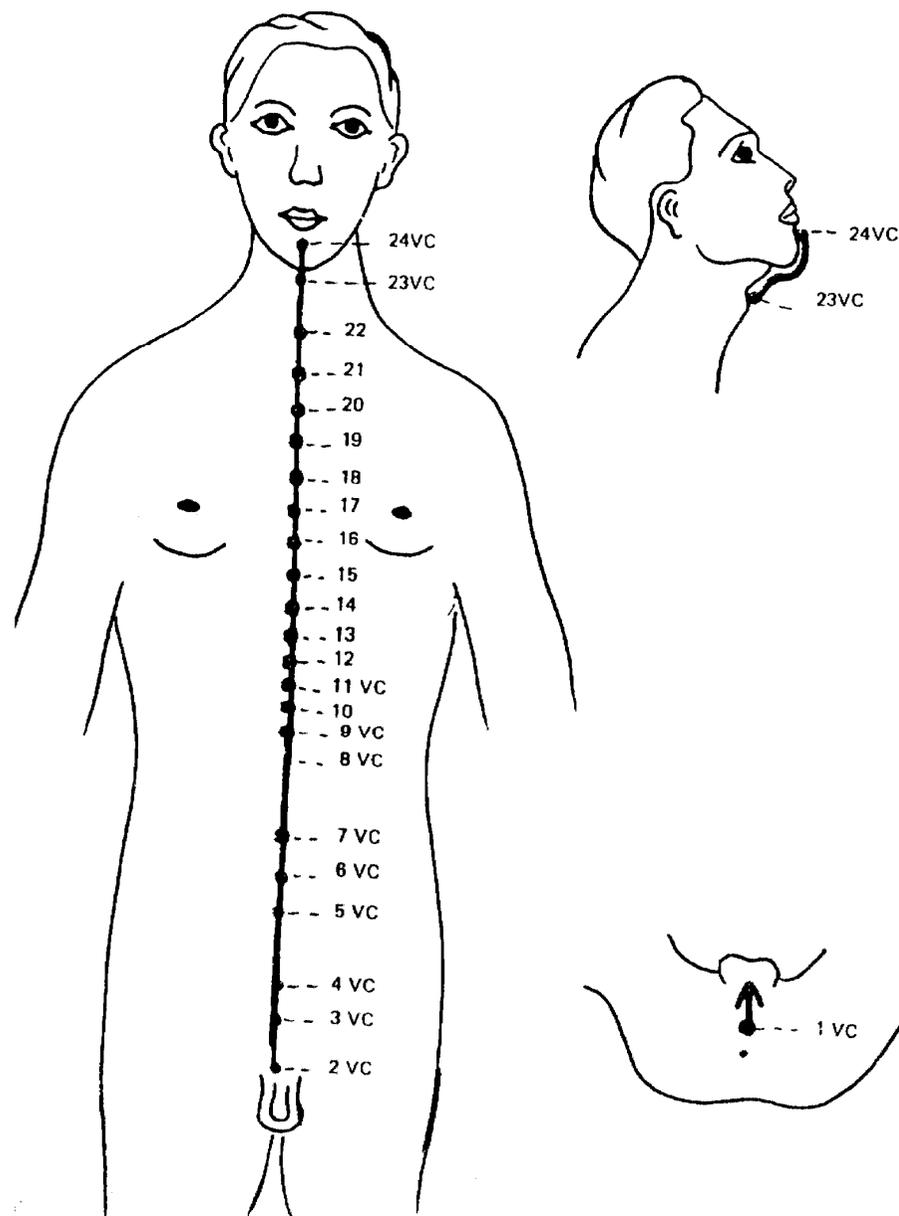
MASTRO DEL CUORE (MC.)



VASO GOVERNATORE



VASO CONCEZIONE



elemento		ACQUA	LEGNO	FUOCO ministeriale	FUOCO imperiale	TERRA	METALLO
meridiani		RENI VESCICA	FEGATO CISTIFELLEA	CUORE INT. TENUE	M. DEL CUORE TRIP. RISCALD	STOMACO MILZA-PANCR	POLMONE INT. CRASSO
occhi		pupille	Vista Lacrime iride	Vasi sanguigni e angolo palpebrale		palpebre	sclera
Muscoli e tendini		struttura	Elasticità nutrimento			Tonicità Controlla i muscoli dei 4 arti	
Sangue MOVIMENTO			Fluire della circolazione (densità - fattori coagulazione)	Circolazione del sangue (pressione e potenza)		Mantiene il sangue nei vasi (emorragie)	
Sangue STRUTTURA		Produzione sangue (parte corpuscolata - (midollo osseo)		Ossigenazione del sangue (assorbimento ferro da IT)		Produzione sangue (plasma)	Ossigenazione (scambio O2-CO2)
bocca						Masticazione Produzione saliva	
memoria		Memoria a breve termine		Abilità di pensare chiaramente Memoria a lungo termine		Capacità di concentrarsi, memorizzare riflessione	
Meccanismi		ZHI Dà origine all'idea iniziale	HUN Crea la programmazione ed indirizza verso	SHEN porta a maturazione il progetto		YI Concentrazione, memorizzazione, indagine logico-matematica	PO Concretizzazione delle idee
lingua				Movimento della lingua (parola)		Patina sulla lingua	
Tessuto nervoso e cervello		Struttura biologica		Utilizzo nei meccanismi automatici		Utilizzo nei meccanismi corticali	
			Placca neuromuscolare (muscoli striati) inconsapevole Movimenti istintivi	Placca neuromuscolare (muscoli striati) con partecipazione della corteccia (azione consapevole)		Placca neuromuscolare (muscoli lisci) Totalmente inconsapevole	
Relazioni interno- esterno		A livello acido - base / ossigeno - CO2		A livello di emozioni ed idee			
pelle				Colore circolazione			Barriera e scambio

L'OCCHIO NELLA MTC

“Gli occhi sono l'apertura del Fegato, tuttavia molte manifestazioni apprezzabili alla loro osservazione non sono da attribuire solo al Fegato.” Al capitolo 80 troviamo la seguente affermazione:

“l'Essenza dei 5 organi Yin e dei visceri Yang raggiunge gli occhi, che sono il “nido” dell'Essenza.

- L'Essenza delle ossa (quindi dei reni) si manifesta nelle pupille;
- l'Essenza dei tendini (e quindi del fegato) si manifesta nell'iride;
- l'Essenza del sangue (e quindi del cuore) si manifesta nei vasi sanguigni e nell'angolo palpebrale;
- l'Essenza del Qi (e quindi dei polmoni) si manifesta sulla sclera;
- l'Essenza dei muscoli (e quindi della milza) si manifesta nelle palpebre;

in definitiva, le essenze di ossa, tendini, sangue e Qi, insieme con i vasi sanguigni, formano il “Sistema dell'occhio” che sale verso l'alto penetrando nel cervello e fuoriesce nella parte posteriore del collo”.

Questo brano illustra la connessione tra gli organi interni e le cinque sezioni dell'occhio denominate “I Cinque Cerchi” o “Cinque ruote”, a ciascuno dei quali corrisponde una loggia energetica e, di conseguenza, un organo e un viscere, anche se è molto più evidente la rappresentazione dell'organo (*zang*) rispetto a quella del viscere (*fu*)

- Il cerchio dell'acqua è la pupilla che si riferisce ai reni;
- il cerchio del vento è l'iride e si riferisce al fegato;
- il cerchio del sangue sono le commessure esterne e interne e corrispondono
- al cuore;
- il cerchio della carne è costituito dalle palpebre che corrispondono al sistema milza stomaco³;
- il cerchio dei Qi è la sclera e si riferisce al polmone.

La divisione dell'occhio e relazione con gli organi interni

L'occhio viene suddiviso in otto parti uguali, ognuna delle quali è in corrispondenza con una coppia organo-viscere o con uno dei tre riscaldatori.

Si tracciano otto raggi equidistanti, creando dei settori (se immaginiamo il quadrante di un orologio, ogni settore corrisponde a un'ora e mezza di tempo), e si orientano come una bussola. Osservando, ad esempio l'occhio sinistro, procedendo in senso orario, si riconoscono:

³ Non esiste, come spesso accade in medicina tradizionale cinese, una unica interpretazione in merito al cerchio della carne: secondo alcuni autori rappresenta unicamente la milza, secondo altri si deve invece considerare il sistema milza-stomaco nel suo insieme e secondo altri, infine, la milza è rappresentata dalla palpebra superiore, mentre lo stomaco da quella inferiore. In ogni caso, comunque, le palpebre rappresentano lo stato energetico della loggia della terra, cui appartengono milza e stomaco, che oltretutto vengono sempre più considerati come unità morfo-funzionale, quasi un tutt'uno. Sono sicuramente

1. in alto, come fossero le ore 12, la prima regione, che si chiama *Qiane* interessa il polmone (Lu) e l'intestino crasso(Li) =elemento metallo;
2. segue la seconda regione, *Kan*, che interessa I reni (Ki) e la vescica (Bl)= elemento acqua;
3. la terza regione, a ore 3, *Gen*, che comprende il riscaldatore superiore;
4. la quarta regione, *Zhen*, che interessa il fegato (Lv) e la vescica biliare (Gb) = elemento legno;
5. la quinta regione, a ore 6,*Xun*, che comprende il riscaldatore medio;
6. la sesta regione, *Li*, che interessa il cuore (Ht) e l'intestino tenue(Si) = elemento fuoco;
7. la settima regione, a ore 9,*Kun*, che comprende lo stomaco (St) e la milza (Sp) = elemento terra;
8. l'ottava regione, *Dui*, che comprende il riscaldatore inferiore.

La divisione dell'occhio destro procede in senso antiorario, sempre cominciando dalla regione Jian orientata a ore 12.

ACCORGIMENTI PRATICI

DAL QI AGLI SHEN

L'elemento fondamentale è il **QI**, L'energia primordiale, statica, corrispondente alla **forza vitale**, ai "soffi" (respiro), che poi inizia a muoversi dando origine allo **Yin e Yang**, il Big Ben, polo positivo e uno negativo.

La guarigione è la ricerca dell'equilibrio. Quando c'è un sintomo, questo è l'espressione del Qi che mi dice che non sono in equilibrio.

Se non ci fossero gli opposti, non ci si trasformerebbe. Pertanto se non ci si ammala, non si cambia: **la malattia è un'opportunità per cambiare.**

Gli opposti nell'esistenza della natura sono lo Yin e lo Yang. Lo Yin è la parte materiale, fisica, lo yang è la parte energetica del nostro organismo.

Il **QI** attiva l'energia delle molecole, delle cellule e di tutta la materia che si condensa nello Jing, nei reni e surreni. Questa energia si trasforma nello stomaco.

Lo Jing è il radicamento dell'energia cosmica che nei reni prende due forme:

Jing del cielo anteriore → energia dei nostri antenati

Jing del cielo posteriore → energia delle sostanze che assumiamo

Riferendosi alla Nuova Medicina di Hamer, i relé dei reni si trovano nel Tronco cerebrale, nel Midollo cerebrale e nella Corteccia peninsulare, quindi sono attivati da conflitti antichi e recenti.

Lo **Jing accoglie e attrae gli SHEN** (corrispondenti alle 5 Logge della Medicina Cinese) che dimorano nell'individuo al momento del concepimento

QI → JING → SHEN (5 logge)

Ogni loggia ha un suo Jing che lo esprime sotto forma di Shen:

1) Stomaco , Milza, pancreas; 2) Fegato e Cistifellea ; 3) Polmone e Intestino Crasso; 4) Cuore e Intestino Tenue , 5) Reni e Vescica.

Gli Shen rappresentano l'infinito che insediatosi nell'individuo lo caratterizza e lo governa, esprimendo tutte le sue esigenze psichiche emozionali e spirituali attraverso i suoi 5 organi fondamentali :

Cuore (Shen Ming) int. Tenue

Reni (Zhi) Vescica

Milza (Yi) Stomaco

Fegato (Hun) Cistifellea

Polmone (Po) Int. Crasso

Il Qi attraverso i Shen: Muove, Scalda, Protegge, Trasporta, Trasforma.

Il **QI si esprime** anche in 2 forme fisiche: XUE (sangue) e JIN-YE (linfa) che umidificano e nutrono tutti gli SHEN. Lo XUE è Il sangue rappresenta la famiglia e lo JIN-YE sono “me stesso, io” e si incontrano nella Milza, luogo della nostalgia. Se una persona vuole cambiare vita, si distrugge la milza (per cambiare origine e per cambiare se stesso)

Gli organi si chiamano ZHANG ed i visceri sono i FU. L'associazione Zhang/Fu crea una Loggia.

Il cuore è associato all'intestino tenue.

I reni con la vescica

La milza/pancreas allo stomaco

Il fegato alla cistifellea

Il polmone all'intestino crasso

Gli **Zhang (organi)** sono pieni , i **Fu (visceri)** sono cavi

Gli **Zhan** sono **YIN** (sono **materia**) e sono in comunicazione con l'interno e i **Fu** sono **Yang (energia)** e contengono i prodotti che devono essere trasformati e che nutrono gli Zhang e sono in comunicazione con l'esterno e proteggono gli organi dalle energie dell'esterno.

SI VA A SCARICARE IL SINTOMO SUL VISCERE E NON SULL'ORGANO, PER PROTEGGERE L'ORGANO. Quindi non occorre curare il viscere, ma l'organo.

Es.: se io ho un problema al polmone, esprimerò il mio sintomo sull'intestino crasso, magari nel colon. Se ho un problema su milza o pancreas esprimerò il mio problema sullo stomaco .

Se io ho problemi all'intestino, avrò in realtà problema al polmone, dunque dovrò curare l'emozione “tristezza/pianto”.

Se ho problemi alla cistifellea, questa è “controllo”, devo controllare perché non mi fido, non mi fido perché ho paura ed esprimo la paura con la rabbia, dunque con il problema alla cistifellea mi proteggero dalla rabbia (fegato). Chi ha calcoli alla cistifellea è molto arrabbiato e vuole controllare tutto.

In ogni **loggia circolano gli Shen** secondo un ben preciso ritmo che **dura 24 ore** durante le quali avremo un massimo ed un minimo di energia , in ogni organo ed in ogni loggia . Ci sono degli orari ben precisi di massimo e di minimo in quella loggia sia nella giornata, sia nelle stagioni dell'anno.

Esempio problematiche ai reni sono maggiori in inverno, quelle al polmone nell'autunno (tossi/bronchiti), il cuore in estate, fegato in primavera, stomaco /milza /pancreas nella fine dell'estate (agosto).

Ogni loggia è associata a delle energie cosmo patogene : il caldo, il freddo, l'umidità, il vento e la secchezza.

Queste energie aumentano l'energia della loggia

- ✓ Il **caldo**: fa aumentare l'energia della loggia del cuore. Se è in eccesso, la consuma. Chi ha debolezza di cuore cerca il caldo che lo fa stare bene. Chi ha troppa energia del cuore, vuole il fresco
- ✓ il **vento** è legato alla primavera ed al fegato. Chi ha già un pieno di energia del fegato, quando il vento arriva, gli aumenta ancora di più l'energia del fegato e gli viene mal di testa. Chi ha un vuoto di fegato, quando arriva il vento si sente meglio perché il fegato si riempie di energia
- ✓ Il **freddo** va a togliere energia ai reni. Quindi chi ha problemi di reni, nell'inverno inizialmente aumenta la sua energia poi la consuma. Prima carica poi scarica.
- ✓ L'**umidità** agisce sulla milza. Quando piove sempre, prima l'energia della milza sale e poi crolla, allora arrivano le influenze. La milza è collegata al sistema immunitario
- ✓ Il **secco** influisce sul polmone e gli dà energia e la persona si sente meglio ma poi quando la secchezza è troppa, consuma l'energia. Chi ha la tubercolosi sta meglio sugli 800 m di altezza. Sotto gli 800 c'è troppa umidità e sopra c'è troppa secchezza; è una quota sufficiente per dare la giusta energia al polmone senza consumarlo.

Noi ci adattiamo nell'ambiente in cui viviamo e regoliamo l'energia del cielo anteriore in funzione dell'ambiente nel quale siamo nati. Anche in base a cosa mangiamo ci accorgiamo che cambiano le nostre energie.

L'ambiente ci forgia, fa in modo che il QI esprima nello JING e dia degli ZHEN particolari.

Se vivo in un ambiente secco avrò i polmoni più forti perché devono fare fronte allo stress climatico, ma se cambio ambiente e condizioni climatiche i miei polmoni ne risentiranno perché sono quelli con meno capacità di adattamento energetico all'ambiente.

L'energia delle varie logge si muove in canali, chiamati meridiani che si trovano sotto pelle sul derma e sono quelli che mettono in relazione l'organo con l'ambiente. I meridiani sono il movimenti dell'energia degli organi che si interfaccia con l'ambiente ed ha un ciclo di 24 ore e stagionale

Riassunto

Il QI si condensa nello JING che si esprime negli SHEN che sono presenti negli organi (ZHANG). Gli organi vengono nutriti dallo XUE e dallo JIN-YE (sangue e linfa, altre espressioni del QI). Gli organi sono associati, nelle logge, ai visceri (SHEN).

Ogni organo viene alimentato da un'energia (caldo, freddo, umido, vento, secco). Questa energia (Zhang e Shen) si muove lungo i meridiani che interfacciano l'organo e le viscere con l'ambiente esterno.

ALCUNI ESEMPI DA LEGGERE SECONDO LA MEDICINA CINESE

Caso 1 : I trigliceridi nella MTC.

I trigliceridi sono dei grassi che si formano quando c'è un eccesso di zuccheri. La glicemia dà i sintomi sui trigliceridi.

La glicemia viene gestita da fegato (Legno), pancreas (Terra) e surreni (Acqua). Gli zuccheri vengono liberati dal fegato. Il pancreas produce insulina e glucagone va ad abbassare o alzare la glicemia, i surreni sono quelli che mantengono la glicemia a livello.

Per mantenere la glicemia a norma si trasforma l'eccesso di glucosio in trigliceridi perché è una risorsa che potrebbe sempre servire (a lungo termine). C'è la percezione di doverli usare.

Quando ho una situazione di emergenza a breve termine aumento la pressione, a lungo termine alzo la glicemia.

Nel test per i trigliceridi vado a testare il fegato, il pancreas o i surreni e guardo qual è il più debole. I trigliceridi si trovano nel sangue (Fuoco). Dunque la loggia che non dà alcuna indicazione è il Metallo .

In realtà avverte un disturbo sul colon (Int. Crasso). Dunque questo è quello che protegge il polmone. Forse l'origine del problema è qui.

Test cistifellea e surrene e poi surrene più debole (Acqua)

Si fissano i surreni (punto sulla spalla)

Si va a cercare chi toglie energia al surrene. Allora sii va a cercare il cuore e l'intest. Tenue (Loggia Fuoco) che è la loggia controllata dall'acqua. Poi si testa Stomaco, Milza, Pancreas (Loggia Terra). Poi si testa Int. Crasso (colon) e polmone (Loggia metallo) → polmone è debole . Lei ha scariche di diarrea (colon che salva i polmoni)

Dunque si è cercato qual è l'organo più debole per i trigliceridi (surreni) → ho fissato il punto per saper da dove arriva questa debolezza → ho cercato la debolezza nelle 3 logge precedenti all'Acqua→ ho trovato i polmoni.

E' un altro modo per fare il test.

Caso 2:

Se ho sete dopo pranzo (sintomo) , l'Acqua va a nutrire la Terra (stomaco), dunque il problema è sullo stomaco che sta cercando di digerire (digestione sta consumando l'energia della Terra e la Terra ha bisogno dell'umido). Se prendo acqua gasata, vado a nutrire anche il metallo (perché il gas è secco). Acqua naturale va a nutrire la Terra e quella gasata va a nutrire anche il Metallo.

Caso 3:

Test su Alberto – spalla DX , articolazione-scheletro (Acqua)- muscolo (come movimento: Legno – come struttura dei 4 arti: Terra). Altro sintomo: tendenza al gonfiore nelle caviglie (Acqua).

Si testano tutti gli organi → Colon, Metallo

Si cerca il punto dove fa male la spalla. Per trovare il punto esatto si testa, la zona debole è quella giusta (si trova sul meridiano dell'intestino crasso)

Si fissa il colon e si cerca il problema reale negli altri organi → polmone, fegato → fegato più debole (Legno)

Ha espresso il male alla spalla, collegato al colon, la problematica polmone/fegato

Si possono cercare le emozioni del fegato → frustrazione. Alberto ha difficoltà ad iniziare cose nuove, a mettersi in movimento → fegato. Il dolore ce l'ha all'inizio del movimento

Se vuole curare il male alla spalla che è collegata al colon, deve curare il fegato

Come cura, visto che è venuto l'organo debole il colon si dà un rimedio per il colon e poi qualcosa per il polmone/fegato

E' venuto fuori il punto dell'azione (braccio tra spalla e gomito) e gli fa male quando inizia l'azione, il movimento.

Quello che non manifesto è il problema. Proteggo la mia parte più debole

COME LEGGERE LE LOGGE CON LE EMOZIONI E LE PARTI DEL CORPO

Le varie emozioni vanno a nutrire le logge. Se sono eccessive lo scaricano.

L'abbracciare è Terra. Abbraccia chi ha tanta Terra.

Lo studiare è Acqua → studiamo per paura

Memoria.

- A breve termine → Rene, Acqua
- A lungo Termine e la capacità di pensare chiaramente (idee chiare) → Cuore
- Concentrazione, riflessione, studiare, memorizzazione → Stomaco, Terra

Ideazione e pensieri

1. L'Acqua dà origine all'idea iniziale, energia che si condensa
2. il Legno crea la programmazione ed indirizza verso...
3. Il Fuoco porta a maturazione il progetto

4. la Terra aiuta la concentrazione, la parte logica e matematica – il Metallo lo concretizza

In alcuni organi ci sono più logge:

1. occhi:

- vista, lacrime, iride → Fegato
- pupille → reni (apertura e chiusura delle pupille dipende dalla vagotonia e simpaticotonia quindi dalla paura o non paura)
- palpebre → Terra
- sclera → metallo (sono bianche)

2. muscoli e tendini:

- struttura, quindi materia → Reni
- elasticità dei muscoli e movimento → Legno
- tonicità dei muscoli e anche muscoli degli arti → Terra
- Crampo è contrazione, dunque elasticità dunque fegato, Legno

3. sangue:

- densità → Legno – Pressione e potenza → Cuore, Fuoco
- il mantenerlo nei vasi → Stomaco, Terra.
- Emorragie → Stomaco
- struttura del sangue → Acqua
- ossigenazione del sangue → Cuore
- produzione del sangue → Terra

Bocca:

masticazione e produzione saliva → Terra

Lingua:

- Movimento e parola → Cuore
- Ciò che c'è sulla lingua → Terra
- Tessuto nervoso e struttura biologica → Rene
- Meccanismi automatici → Cuore
- Meccanismi controllati → Terra

Muscolo:

- Placca neuro-muscolare → Legno
- Muscoli striati, consapevoli e movimenti istintivi → Legno

CHIAVE PER CAPIRE LE PATOLOGIE NASCOSTE

I SINTOMI sono i conflitti accessori che vanno richiamati quando serve → depisto la mia mente dal conflitto principale che non riesco a risolvere.

Le parti del corpo più asintomatiche e meno interessate ai problemi sono quelle che bisogna indagare. Sono l'origine del male. Lo stesso vale per dolori articolari e disfunzioni motorie.

Quando si sta per raggiungere la parte più profonda ed asintomatica, quindi il vero problema, l'individuo va in panico e cerca di creare altri sintomi che portino fuori strada.

Nelle malattie croniche il problema non è MAI visibile e il malato cerca in tutti i modi di non arrivare lì. Troppa paura e probabilmente troppo dolore. Preferisce morire e stare male piuttosto che affrontare quel problema.