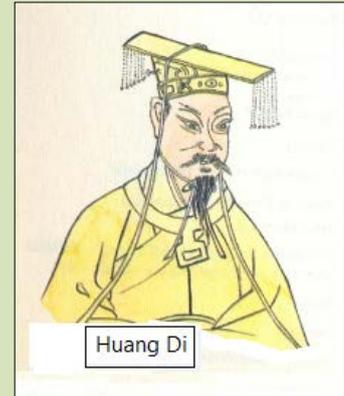
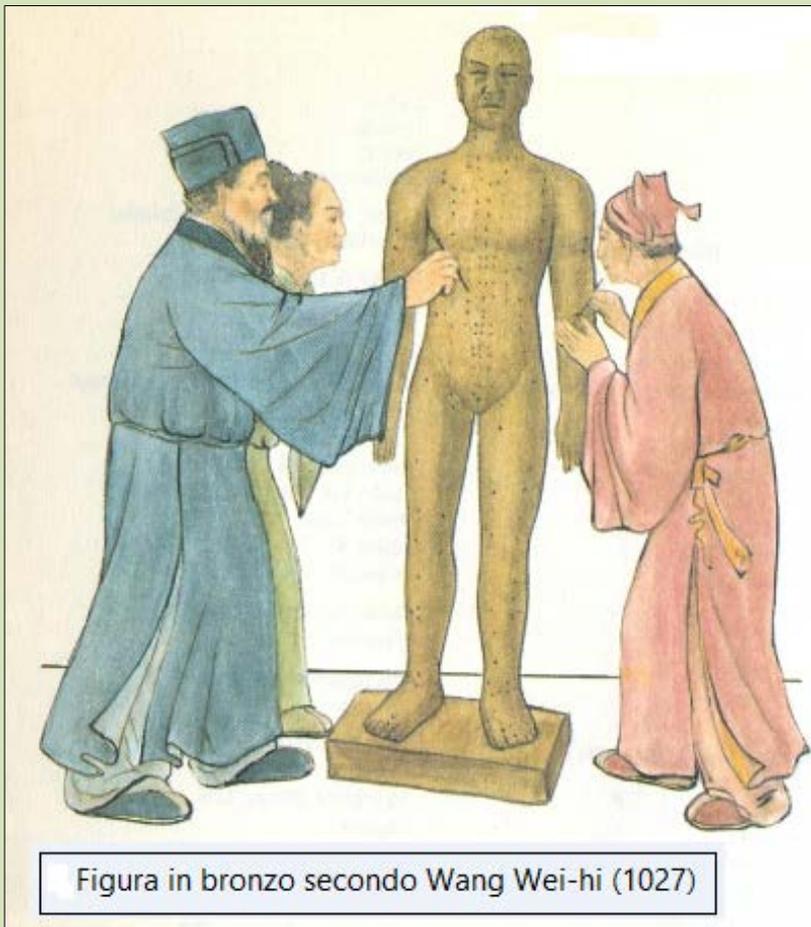


I principi dell'agopuntura

L'**agopuntura** è una pratica medica antichissima; (V millennio a. C.); viene praticata in tutto il mondo; e si basa sul riequilibrio delle energie contrapposte (yin e yang); quando tale equilibrio viene alterato, si originano le malattie. A differenza della concezione medica tradizionale che si basa sulla cura dei singoli organi, la medicina cinese è una medicina globale perché l'uomo è sempre concepito nella sua totalità



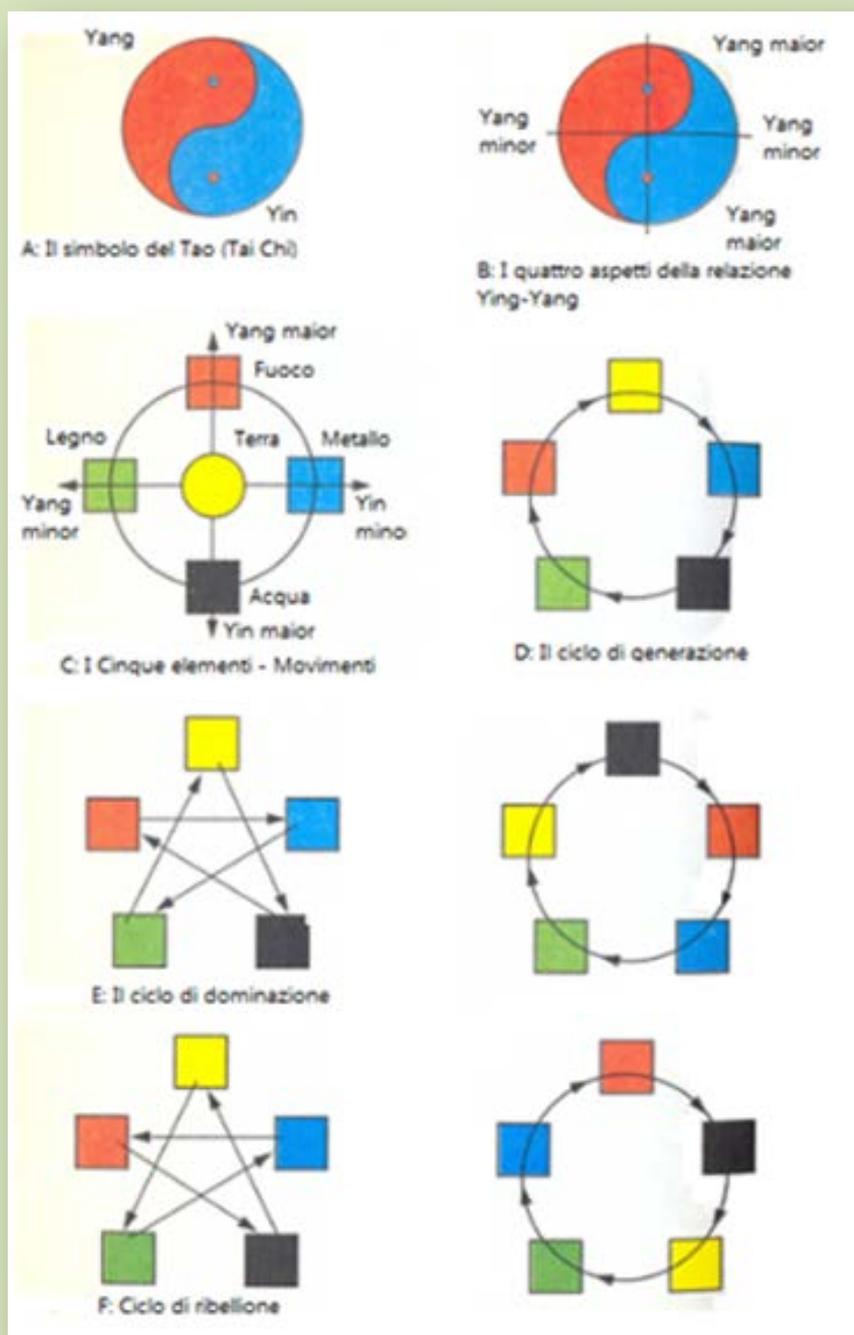
La concezione Energetica



Nella medicina cinese il corpo umano è suddiviso in una rete di canali detti *meridiani*, dove circola l'energia *qi* che ci mantiene in vita; a loro volta i meridiani si dividono in principali e secondari. Nei meridiani troviamo i punti (*ting*) su cui l'agopuntura agisce che corrispondono ai vari organi. In agopuntura il corpo è percorso da dodici meridiani principali, otto meridiani extra e 15 meridiani collaterali. I meridiani vengono distinti in meridiani yin e yang. L'energia vitale *qi* è distinta in tre tipologie, *nutritiva*, *ancestrale* e *difensiva*. Il *qi*, trasmessoci dai genitori, può essere fortificato con il respiro, l'alimentazione e lo stile di vita. Il medico agopuntore

sta individua gli scompensi che hanno portato al disequilibrio e attraverso la tonificazione o la dispersione dell'energia che percorre i meridiani riporta lo stato di equilibrio e di salute.

Lo yin e lo yang:



Tutta la medicina cinese si basa sul concetto di Yin e di Yang. Lavoisier disse che «nulla si crea, nulla si distrugge, ma tutto si trasforma»: questi opposti interagiscono ciclicamente tra loro e si trasformano l'uno nell'altro come accade per la materia e l'energia. al di là del significato filosofico di questi simboli lo yin e lo yang rappresentano due opposti che mantengono sempre un equilibrio tra di loro. Nessuna forma di energia può essere assoluta e, nel momento in cui diviene tale, si trasforma automaticamente nel suo opposto; la materia che si concentra al massimo grado si trasforma in energia, così come l'energia al suo massimo

livello origina la materia. Nel corpo umano lo stato di salute è mantenuto dall'equilibrio tra sistema nervoso simpatico e parasimpatico; sistema venoso e sistema arterioso, visceri cavi ed organi pieni, cuore destro e cuore sinistro, e potremmo così continuare per l'infinito. Anche l'organismo umano segue queste vie; l'uomo deve vivere in armonia con la natura ed è sottoposto alle stesse leggi: quella dello yin-yang e quella dei cinque Movimenti. La salute dell'uomo dipende dall'equilibrio tra le due radici yin e yang; nei casi di eccesso di yin o yang si deve usare il



criterio di equilibrare le due radici. Se lo yin (acqua) è carente e non può controllare lo yang (fuoco) si manifesteranno i sintomi del fuoco che sale come la secchezza alla bocca, agli occhi, mal di testa, agitazione, tachicardia, sudorazione ecc. In questo caso la terapia si effettua tonificando lo yin che così sarà in grado di spegnere lo yang che sale. Se invece è lo yang che va in deficit, lo yin non è più controllato e ciò causa un accumulo di acqua che stagna nella parte bassa del corpo; ciò sarà evidente con gli edemi agli arti inferiori e la stasi linfatica; si dice che c'è un «freddo da carenza» Xu Han. La terapia consiste nello stimolare lo yang per ridurre lo yin.

Agopuntura: la pratica

L'agopuntura consiste nell'infissione di sottili aghi nei punti ting. Gli aghi sono composti da un corpo (una bacchetta di acciaio con punta affilata e sottilissima, lunga otto cm) e da un manico (una serpentina di metallo avvolto, di rame, di ottone o di materiale argentato). Il paziente non avverte dolore, al più la sensazione di un leggero pizzicore. Gli aghi vengono lasciati nei ting per una ventina di minuti; l'agopuntura non prevede l'iniezione di alcuni tipo di farmaco. L'agopuntura prevede generalmente cicli di dieci sedute (una-due sedute settimanali). Nelle patologie di tipo cronico sono previsti cicli di agopuntura ripetuti nel corso dell'anno. Talvolta l'agopuntura viene affiancata da un altro tipo di terapia, la *moxibustione* (anche *moxa* o *moxaterapia*) una tecnica che utilizza il calore che viene prodotto da una pianta del genere *Artemisia*, con essa vengono confezionati alcuni "sigari" che vengono appoggiati sulla cute.

