

MEDICINA ENERGETICA CINESE

Seminario

Dott. Fausto Aufiero

MEDICINA COSTITUZIONALE E ALIMENTAZIONE



MEDICINA ENERGETICA CINESE

Docente: dott. Fausto Aufiero

1ª lezione

Ci si può chiedere per quale ragione nel terzo millennio possa essere ancora attuale lo studio e l'approfondimento di una concezione medica antichissima come quella cinese. La ragione consiste nel fatto che l'impostazione della medicina cinese, sia pure con concetti e con una semantica che attingono ad una cultura differente dalla nostra, si inserisce a pieno titolo nel filone della medicina vitalista ed energetica occidentale.

Il vitalismo è stato dominante in medicina fino ai primi decenni del secolo scorso e persiste tutt'ora come impostazione di base della maggior parte delle medicine energetiche di varia origine, considerate alternative o, al massimo, complementari rispetto alla medicina accademica ufficiale. **Vitalista significa considerare l'essere umano come un'entità vivente complessa, irripetibile e inscindibile nei suoi aspetti animico-spirituale, mentale e fisico, nella salute e nella malattia.** Negli anni '30 del secolo scorso, questa corrente fu scavalcata e soppiantata dalla **medicina di impostazione meccanicistica**, soprattutto dopo la scoperta e l'impiego clinico di alcuni farmaci etiologici, come gli antibiotici. Da allora, la medicina ha polarizzato tutti i suoi sforzi conoscitivi sull'aspetto **meccanico e quantitativo dei fenomeni vitali, cercando di stabilire criteri che potessero essere validi per tutti, ripetibili e terapeuticamente standardizzabili.** In realtà non è possibile adattare una stessa soluzione terapeutica a pazienti diversi affetti dalla medesima patologia, cosa che nella medicina ufficiale accade sempre e la terapia non ha valore "oggettivo" se non funziona in modo costante in tutti gli individui.

Ora non si tratta di rigettare questo tipo di impostazione, in quanto non è pensabile trasmettere conoscenza se non è possibile stabilire criteri e regole. Il problema è definire l'ambito di questa conoscenza, che non può essere limitato al solo aspetto quantitativo e materiale degli esseri viventi. Se per il mal di testa uno s'inventa per ogni paziente una soluzione diversa, anche funzionando la soluzione terapeutica, lui come terapeuta sarà anche bravissimo, ma non potrà trasmettere quel modo di risolvere il problema perché non c'è metodo, non c'è spiegazione e non c'è ragione. Per cui l'atto terapeutico deve essere il risultato di due momenti: da un lato la valutazione delle caratteristiche individuali del paziente, bisogna far in modo che ci sia una capacità di trasmissione della conoscenza e quindi delle regole, dei criteri che possano essere applicati al maggior numero di persone possibili, dall'altra però non si può, come fa la medicina, ignorare totalmente che **siamo entità viventi ognuna diversa dall'altra e quindi il malato va considerato come individuo.**

Grossolanamente possiamo dire che esistono le **medicine energetiche**, e quindi **vitaliste che tengono conto dell'entità individuale del singolo individuo**, e le **medicine meccaniciste.**

La medicina cinese c'interessa perché è una delle medicine energetiche la cui trasmissione nel corso dei millenni è avvenuta in modo piuttosto organico. Molti aspetti della medicina cinese si ritrovano in tutte le medicine del passato. La medicina cinese è arrivata fino a noi come un corpus organizzato, mentre le altre medicine tradizionali, la tibetana, quella indiana, quella egiziana sono arrivate in modo frammentario, per cui, pur non potendole considerare inferiori,

la comprensione da parte di noi occidentali diventa più difficile. Per quanto riguarda **la medicina cinese abbiamo una visione cosmologica totale dell'uomo, microcosmo inserito nel macrocosmo**, del modo di ammalarsi, di fare diagnosi e di fare terapia.

Volendo occuparci delle medicine energetiche dobbiamo necessariamente rivolgerci, nella storia della medicina, a quelle fasi dell'evoluzione umana in cui l'aspetto quantitativo-materialistico non era ancora sviluppato e tra queste la medicina cinese meglio si presta a questa comprensione.

I primi dati riguardanti la medicina cinese risalgono a circa 50-60 secoli fa, cinque, seimila anni fa. I primi dati oggettivi che sono arrivati fino a noi, per la verità. Non sappiamo prima di questi documenti cosa c'era e come si è sviluppata. C'è una cosa interessante è che in una zona della Cina dove sono in corso scavi archeologici sono stati ritrovati reperti di insediamenti ebraici risalenti ad una data antecedente al quattromila avanti Cristo. Scoprirete che molta della simbologia cinese è sovrapponibile completamente alla simbologia dell'ebraismo. L'ipotesi è che l'agopuntura e la medicina cinese in Cina sia arrivata tramite gli ebrei, è una ipotesi molto concreta. Molti simboli e grafici riproducono la stella di Davide.

La leggenda dice che la circolazione energetica nell'uomo fu scoperta casualmente: un guerriero fu colpito da una freccia in una zona del piede, mentre soffriva di una lombo-sciatalgia che sparì improvvisamente. Si trattava del punto 60 della vescica che è uno dei punti che si usa per curare la lombalgia. Tra l'altro a Frosinone ci sono dei frati che curano le lombalgie facendo un taglietto esattamente nello stesso punto, anche se non conoscono l'agopuntura. In realtà quello è un punto di scarico energetico, con la fuoriuscita di qualche goccia di sangue, quando si ha una lombalgia da eccesso, il sollievo è immediato. Se la lombalgia è da difetto non succede niente.

I primi libri giunti fino a noi risalgono a circa cinquemila anni fa. Il primo libro, I Ching è scritto sotto forma di dialogo tra l'imperatore e il medico di corte. L'imperatore fa molte domande al medico: perché questo, perché quello, perché d'inverno abbiamo questo tipo di malattie, se mi ammalo cosa posso fare... Il medico risponde. Tutto questo corpus viene trasmesso in questa forma, un po' come Socrate che trasmetteva il suo insegnamento passeggiando sotto gli ulivi. Ci sono anche altri libri, ma quello fondamentale sembra questo. Non entreremo nella bibliografia.

Il primo dato concettuale da ricordare della Medicina Cinese è che essi partono da un concetto di fondo: **l'energia viene prima della materia.**

Guardiamo un attimo alla filosofia scientifica occidentale, noi studiamo la materia, manipoliamo la materia, la modifichiamo, sappiamo che per fare questo abbiamo bisogno di energia, presupponiamo questa energia, ma non ne teniamo poi conto praticamente. Parlo anche della medicina. Un esempio: la medicina occidentale studia le malattie facendo l'autopsia. L'anatomia patologica, cioè lo studio dei danni provocati dalla malattia sull'organismo vivente, in realtà viene fatto sui cadaveri. Che cosa andiamo a vedere in pratica? La conseguenza finale di un processo più o meno lungo. Cosa ci può dire il risultato finale?

Se ho una macchina rotta, guardandola, posso capire che magari se è schiacciata davanti, ha urtato contro qualcosa, o magari che si è capovolta. Ma che cosa mi dice questo rispetto alle cause e alle modalità dell'evento? Certo anche questa è una forma di conoscenza, sia ben chiaro.

I cinesi non facevano autopsia sui cadaveri. Forse la facevano sui viventi, è un'ipotesi... Essi hanno costruito una griglia energetica sul funzionamento del corpo che praticamente è computerizzabile, che coincide con tutti i dati di fisiologia occidentale in modo strabiliante e ci si domanda come hanno fatto.

Noi non ci addentreremo nel linguaggio binario cinese, che è simile a un linguaggio binario da computer. Come era possibile questa conoscenza così precisa? Quando vedremo questi grafici scopriremo che è possibile ridisegnare e spiegare tutta la fisiologia del corpo in termini anche occidentali: organi, sali minerali, ormoni... e coincide con i dati della fisiologia occidentale, cioè i ragionamenti che si possono fare su questo grafico portano alle conclusioni che troviamo scritte nei nostri libri di fisiologia. Non si sa come abbiano fatto. Di fatto loro hanno sempre considerato che **non c'è struttura, non c'è materia**, se prima non c'è energia. Il caos si trasforma in ordine per l'intervento di una energia. Il problema è che l'uomo occidentale in questo campo è contraddittorio, perché **il concetto che l'energia forma la materia e la disgregazione della materia libera energia esiste anche da noi**. Einstein lo ha dimostrato in fisica e di fatto la fisica è molto più avanti della medicina. Sembra che la mente degli scienziati che si occupano di medicina sia rimasta molto più indietro. La fisica ci sta dicendo che esistono le vibrazioni, che esistono i campi energetici. La medicina sfrutta alcune delle conquiste della fisica per costruire macchine meravigliose per la diagnosi. Siamo arrivati a cose fantascientifiche. Infiliamo il paziente in una macchina e sappiamo tutto, spesso fino a livello molecolare. Il guaio è che, fatta la diagnosi, la terapia è rimasta notevolmente indietro.

I progressi della terapia, intesa in senso farmacologico del termine, sembrano fermi agli anni cinquanta. Mentre la chirurgia, l'ortopedia, le branche che hanno a che fare con l'aspetto fisico sono andate avanti. Quelle che hanno a che fare con l'aspetto funzionale sono rimaste indietro. Certo hanno trovato molti altri farmaci, a volte più pericolosi di quelli di prima. Dovete ricordare una cosa: **un farmaco è tanto più pericoloso quanto più ha effetti collaterali acuti lievi**. Se prendo un farmaco che ha un'efficacia e ho subito un effetto collaterale acuto evidente, il medico che fa la prescrizione sarà prudente, valuterà bene se usarlo o meno in quel paziente, provvederà a proteggerlo. La moderna farmacologia ha studiato il principio attivo e lo ha messo insieme ad eccipienti tali da attenuare gli effetti collaterali acuti più dannosi, più rapidi nella loro dannosità. Il guaio è che abbiamo prodotto farmaci che hanno una tossicità cronica. Questa considerazione è estremamente valida anche per gli alimenti: perché nei surgelati mettono gli antimicotici? Per evitare che formino muffe e questo ha la sua ragione, però dobbiamo sapere che mangiando surgelati industriali assumiamo anche antimicotici e questo non c'è scritto, perché è permesso per legge. A volte c'è scritto "sostanze ad azione antibatterica o antiossidante". Non sono obbligati a scrivere che tipo di sostanza.

Cosa fa chi produce alimenti? Si difende dalla tossicità acuta. Se mangio un alimento surgelato e mi viene una intossicazione acuta posso denunciare il produttore, se dopo dieci anni ho un cancro con chi me la prendo? (l'azione degli antimicotici provoca lo squilibrio della flora batterica).

Altro esempio: in gravidanza i ginecologi sconsigliano l'utilizzo del prosciutto crudo per il rischio di toxoplasmosi. Si può anche evitare il prosciutto crudo, ma evitarlo per il rischio di toxoplasmosi è una stupidaggine.

Per altre ragioni la proteina cruda in gravidanza fa molto meno male di quella cotta. Però se prendo la toxoplasmosi dal prosciutto crudo posso denunciare il produttore.

Questo è molto pericoloso nel campo dei farmaci che hanno meno effetti collaterali acuti, ma ne hanno molti di più a livello cronico. Se non ci danno reazioni immediate siamo indotti a prenderne di più, per più tempo e anche associati fra loro. Qual è la conseguenza? L'aumento esagerato delle patologie degenerative croniche. Non possiamo meravigliarci se la nostra struttura vitale si ribella.

Quindi per i cinesi il concetto di fondo è che l'energia viene prima della struttura. Se metto su questo tavolo della polvere di ferro questa è informe, non ha struttura. Se avvicino una calamita questa polvere assume una forma. Quindi **la forma dipende dall'informazione energetica che agisce su quella materia.** Siamo fatti esattamente con gli stessi componenti con i quali è fatto tutto l'universo, compresa la materia inanimata, ma c'è qualche differenza tra noi e una pietra, abbiamo un destino diverso, una coscienza diversa, siamo informati in modo diverso. **È l'informazione che determina la struttura, è l'energia che informa la materia.** Ma questi due termini non bastano per creare e per portare avanti la vita, c'è un terzo elemento ed è **il tempo. Il tempo senza l'energia non ha senso, l'energia senza il tempo non ha senso. Un materiale senza energia e senza tempo è solo caos.**

Se facciamo un piccolissimo ragionamento su questi componenti possiamo anche stabilire una gerarchia. Perché ci sia una qualsiasi creazione c'è bisogno di energia. Questo tipo di ragionamento è applicabile a tutto, non solo alla salute. Se prendo questa dispensa, cos'è? È una forma fatta di materia e come questa ne posso avere centomila, stessa forma, stesso colore, ma ognuna sarà diversa, secondo l'energia che l'ha informata. L'energia che l'ha informata, nel piccolo di questa dispensa, così come a livello di tutto l'universo, è informata dall'idea di chi voleva dire qualcosa attraverso di essa. Se non avessi avuto qualcosa da dire non mi sarei messo in moto per cercare la materia sulla quale trasferire questa energia, o questa idea, in questa forma, in queste pagine. Se ho solo quindici fogli bianchi ho la forma, ma non mi serve a niente. Se ho solo l'idea, ma mi mancano i fogli non mi serve a niente, tutto resta nella mia testa. Per fare tutto questo c'è bisogno del tempo e non posso presupporre la creazione di qualcosa se non presuppongo il tempo necessario. Allora possiamo stabilire una regola di base fondamentale:

L'ENERGIA forma STRUTTURA in relazione al TEMPO

Manca ancora qualcosa. I cinesi dicevano che si può raggiungere il centro dell'universo solamente col ragionamento. Che senso ha questa cosa che è partita da un'idea, ha trovato la modalità pratica di espressione, ha trovato un oggetto sul quale fissarsi, che senso ha se viene prodotta e resta nel mio cassetto? Ci vuole **EVOLUZIONE.**

Che senso ha se il bambino nasce e non cresce mai? Che senso ha se cresce e non invecchia mai? Che senso ha se invecchia e non muore mai? Che senso ha se muore e non rinasce mai?

Per loro la fine della vita non esiste perché l'energia non finisce. Tutto quello di cui abbiamo parlato finora, energia e struttura inserita nel tempo ha senso solo se è in evoluzione.

Se siamo coerenti dal punto di vista del ragionamento che senso avrebbe nascere se è solo un fatto casuale? È possibile che tanta intelligenza, tanta idea e tanta energia che si struttura attraverso il DNA, per la nascita di una vita, e si inserisce in una forma e in un tempo, è mai possibile che questo non abbia una evoluzione e una trasformazione?

Siamo un evento casuale nell'universo o siamo il frutto di un'energia che si è strutturata formando l'universo, i pianeti, et alia; fino a formare degli esseri che possono pensare questo universo, cioè la mente umana, che non è altro che la materia informata da un'idea che è arrivata al punto di pensare sé stessa.

È possibile che tutto questo finisca con la morte? Dal punto di vista logico è assurdo. Per loro la morte non è altro che l'abbandono di una forma per cercarne un'altra e questo non è spiritualismo, è la conseguenza logica di un ragionamento. Altrimenti la vita non avrebbe senso. La civiltà cinese è durata tanto perché si sentivano inseriti in un processo, sentivano nascendo di avere un compito, un ruolo. Noi occidentali siamo arrivati a una concezione di noi stessi spaventosa, ci sentiamo come frammenti sperduti nell'universo e abbandonati a se stessi. Gli orientali non soffrono di depressione, gli occidentali sì, perché ci vuole molto più coraggio a sopportare questo modo di vedere le cose.

Abbiamo detto che la struttura presuppone lo spazio, quando c'è lo spazio, com'è l'andamento del tempo? Come procede il tempo? È relazionato allo spazio. Osserviamo il nostro andamento quotidiano del tempo: non è uniforme, è ritmico e ciclico. Ritmo significa onda, ciclico significa spirale, mattina, mezzogiorno, pomeriggio, sera, primavera, estate, autunno, inverno, eccetera... nascita, crescita, maturazione, morte.

L'andamento del tempo nella medicina cinese come in tutte le grandi tradizioni del passato è rappresentato dal cerchio o meglio dalla spirale che è come tanti cerchi collegati tra loro, con un vettore che dà la direzione alla spirale. Questa spirale è unidirezionale, non torna mai indietro, può solamente andare più veloce o più lenta e questo la fisica moderna lo ha dimostrato. Se appena appena ci spostiamo dalla semplice percezione fisica del mondo, e questa è l'unica forma di percezione che la logica occidentale concepisce come oggettiva, e valutiamo per un po' la nostra percezione emotiva del mondo ci rendiamo conto che il tempo, per questa nostra parte emotiva ha andamenti diversi. Se sto facendo una cosa noiosa il tempo non passa mai. Dal punto di vista della misurazione fisica è identico, ma nell'esperienza soggettiva è diverso, se sto facendo qualcosa che cattura la mia attenzione e mi diletta, il tempo sembra volare.

Perché non considerare oggettivo anche questo? Una persona che lavora in un ufficio otto ore al giorno con un capufficio rompiscatole, si ammala e ha una percezione del tempo lunghissima che gli crea patologia, anche se dal punto di vista fisico, sulle lancette dell'orologio, quelle sono le ore. Una persona che fa un lavoro che l'appassiona, lavora sedici ore al giorno e sta bene.

Mi rendo conto che stiamo parlando di cose non misurabili in modo quantitativo, ma qualitativo e non possiamo non tener conto del fatto che questa differenza qualitativa può decidere della vita o della morte, oppure della qualità della vita di una persona.

La stessa cosa in termini più semplici: se una notizia o uno shock può causare un infarto, come mai la medicina occidentale non considera entità oggettiva il fenomeno emotivo che può intervenire addirittura in modo acuto sulla materia? Riconoscono in quello una causa d'infarto, ma si concentrano sul danno avvenuto senza considerarla materia di studio o materia d'interesse scientifico, pur presupponendola.

Per quanto riguarda lo spazio tutte le grandi tradizioni, compresa quella cinese, lo hanno sempre rappresentato con una retta. **Gli oggetti del mondo fisico sono tutti delimitati da un confine.** Mentre il tempo è senza confini, il risultato dell'azione dell'energia sulla materia, che sarà una forma, dev'essere necessariamente delimitato da confini, altrimenti non è una forma. È quindi delimitato da una linea che non ha andamento ciclico, evolve anche quella nel tempo, ma non con andamento ciclico. Tutte le grandi civiltà l'hanno rappresentato con **un quadrato** (quadratura del cerchio). È come se avessimo l'andamento ciclico del tempo relativo a una forma che può essere quella di tutto l'universo come può essere quella del mio dito mignolo.

Lo spazio, la forma non è unidirezionale, altrimenti la patologia non tornerebbe mai più indietro, non potrebbe più tornare indietro, quindi non ci sarebbe più possibilità di guarigione, ma solo di sopravvivenza con la malattia. La medicina potrebbe solamente cercare la migliore sopravvivenza possibile, ma mai la guarigione. **La forma cambia sempre perché è in evoluzione, quindi non è mai statica**, anche se in medicina viene considerata statica, tanto è vero che viene studiata sui cadaveri.

Nei simboli della massoneria, tanto per fare un esempio di come questa simbologia sia presente dovunque, nella massoneria vera, quella dell'alchimia, il quadrato, quindi la terra, la forma è rappresentata dalla squadra. Forse sapete che i simboli massonici sono la squadra e il compasso. La forma è rappresentata dalla squadra, quindi la terra e il cielo è rappresentato dal compasso, il cerchio. Fino al 1700 anche in Occidente è presente questa simbologia come visione dell'esistente. Questa visione si doveva poi perdere per ritrovarla in altro modo, perché questo tipo di concezione del mondo non ci rende autonomi come individui.

L'impero cinese era un enorme formicaio in cui ognuno aveva il suo ruolo e non esisteva l'individuo in quanto tale. L'individuo tolto da quel contesto non era niente. Prendiamo una formica, questa inserita nel formicaio ha una sua logica. Lo sciame d'api, migliaia di api tutte insieme vanno allo stesso posto e non si capisce come, lo stesso per gli stormi, volteggiano in modo uniforme e in perfetto accordo. Girano tutti insieme e non sappiamo cosa li muove in quel modo: la forma cambia tutta insieme.

In occidente abbiamo perso questa visione perché se non ritroviamo il senso di noi stessi... Qual è il senso della nascita? Nell'evoluzione umana ad un certo punto compare la coscienza, cioè il senso di sé, che è qualcosa che attiene noi come animali e vive nell'anima. Anima come animali... Un cane ha il senso di sé, ha sentimenti, è triste, è gioioso. L'uomo ha qualcosa in più che è l'autocoscienza, la possibilità di pensarsi come universo lui stesso. Qual è il positivo e il negativo dell'occidentale? Qual è il senso della depressione dell'occidentale, conseguenza del senso di solitudine? Che noi ci sentiamo staccati da tutto, non ci sentiamo gruppo, tribù, come ancora avviene nelle popolazioni primitive in cui l'individuo è parte di un gruppo e come tale la vita non è tanto la sua individuale, ma la vita del gruppo. Il destino è quello del gruppo. Ancora oggi questo c'è in alcune zone: la differenza tra la famiglia di Bolzano e quella napoletana è che la famiglia di Bolzano spesso è totalmente disgregata, la famiglia napoletana si muove in gruppo. Lo vedo anche con i pazienti, i pazienti napoletani vengono alla visita in cinque tutti insieme e devono parlare tutti e cinque del malato che portano. Noi stiamo cercando il senso di noi e se non lo facciamo staccandoci dal gruppo non lo troveremo mai. Ma nel fare questo dobbiamo capire il senso di solitudine.

La posizione occidentale ha un senso evolutivo, altrimenti a cosa sarebbe servito tutto il cammino percorso in Oriente, se non a dare all'Occidente il senso dell'individualità, che poi comincia con il civis romano. Ai tempi dell'impero romano sorge il concetto di cittadino con diritti giuridici. Prima dell'impero romano questo non esisteva. Precedentemente in Grecia c'erano le cosmogonie, individui inseriti in gruppi, facenti parti di una società, poi sempre in Grecia, l'individuo comincia a pensare da solo, nel periodo romano diventa una entità giuridica individuale. Mentre l'oriente si è spento lentamente. Il buddista ora non ha molto senso, non perché non sia giusto, non per i contenuti, o per le meditazioni, ma perché il buddista nel mondo occidentale vive in un contesto polarizzato in una direzione opposta, quindi sono individui totalmente isolati. Oggi in oriente sta avvenendo una cosa negativa: quando l'occidente ha cominciato ad avere il senso di sé autonomo si è scatenata l'ira di dio. L'individuo in occidente è stato capace di manipolare la materia, di creare megalopoli, e in negativo, l'inquinamento, ecc., ma anche in positivo, di creare la bellezza, la struttura sociale, la ricchezza economica. La visione occidentale è stata assorbita dagli orientali che la vivono da orientali. Se si va a Tokyo ci si trova di fronte alla follia, hanno importato il peggio dell'occidente. Lavorano come pazzi... hanno importato solo il negativo dell'occidente. Noi siamo esattamente la continuazione dell'oriente, l'oriente ha espresso la grandezza di un pensiero che mirava a liberarci dalla materia, a ripercorrere questo ragionamento, a liberarci dello spazio e rientrare nell'energia. Il mistico che dice non dobbiamo avere desideri, dobbiamo isolarci non dobbiamo essere preda degli istinti, in realtà non fa che rifuggire dalla materia, ma nel farlo contraddice un dato di fondo: **perché l'energia è diventata forma?**

L'occidente in sostanza che dice di positivo? Se questo flusso, se questa evoluzione è diventata forma, evidentemente l'energia va trovata nella forma, se no questo non avrebbe senso. Amiamo tutto il mondo, però non sappiamo che significa semplicemente amare un altro, o avere il senso della materia o capire perché nella materia è possibile vivere lo spirituale in una dimensione superiore a quella che potevano vivere loro... sto dicendo praticamente la stessa cosa...

Domanda: non ho capito l'inserimento della forma nel cerchio...

In occidente si parla di quadratura del cerchio e usiamo questa frase per dire "risolvere un problema difficilissimo", impossibile. Il quadrato è all'interno del cerchio perché il tempo scorre intorno alla forma, il tempo non è dentro di noi, è dentro e fuori, ma soprattutto fuori. Noi come esseri individuali fisici siamo obbligati a rispettare i ritmi del nostro corpo, della giornata, dell'anno e l'assenza di rispetto per questi ritmi è fonte di patologia.

La forma è imperfetta e come tale è costretta da limiti. Traduzione pratica di questo: quando facciamo bioterapia nutrizionale, diciamo alle persone che devono mangiare con un certo ritmo, le persone non possono modificare questi ritmi perché se non rispettano il ritmo della loro forma, la alterano. Se la alterano ne avranno disturbo, se hanno disturbo non potranno realizzare le cose che vogliono realizzare, perché staranno male. Noi alteriamo totalmente questi ritmi, e questo è l'aspetto negativo dell'occidente, facciamo in modo che d'estate con i condizionatori sia freddo come d'inverno e d'inverno col riscaldamento sia caldo come d'estate. Facciamo in modo che la notte sia illuminata come il giorno, mangiamo con un disordine più o meno marcato, non facciamo altro che alterare quel cerchio e poiché la forma è inserita nel cerchio si rompe. Ecco perché è importante far passare con le persone questo concetto di fondo. **Noi siamo ospiti in questa forma, questa forma ci è data, non ce la siamo costruita.** Possiamo costruire tutto il resto, l'individualità, il ritorno allo spirituale, ma non la nostra forma. **Questa forma ci è donata e come tale va rispettata.** Immaginate che un amico vi presti la sua automobile e ve la raccomanda, voi, se siete coscienti non la usate andando a sbattere da una parte e dall'altra. A noi questa forma ci è stata prestata, perché ci viene dal passato e dobbiamo trasmetterla al futuro. **Invece poiché viviamo l'aspetto negativo dell'individualità in realtà ci identifichiamo in questa forma e pensiamo che debba sottostare ai capricci del nostro animo** (nel senso di animale) totalmente disordinato. In questo modo corriamo il rischio di distruggerci. Cosa succede quando l'energia comincia a strutturarsi: da una dimensione lineare deve necessariamente assumere un movimento binario. Perché?



Quando questi tre aspetti cominciano a interagire tra loro producono un movimento, ma quando si produce movimento, cosa che avviene nel tempo, questo non ha necessariamente sempre lo stesso ritmo.

Se ho l'idea della dispensa (di prima) finché ho l'idea questa è lineare, quando vado a tradurla in pratica, cerco la struttura e comincio a farla, quindi evoluzione, **la prima idea che è piuttosto lineare si scontra con la resistenza della materia, perché la deve modificare.** Nel fare questo può incontrare maggiore o minore resistenza, quindi può avere due situazioni diverse. Diciamo in un modo diverso. Quando il quadrato è nel cerchio, o quando parliamo dello scorrere del tempo, diciamo che il tempo può andare più o meno veloce, non può andare indietro.

Possiamo avere due tipi di movimento: 1 o 2, per parlare in termini numerici: più lento o più veloce. Quando lo traduciamo in pratica ci rendiamo conto che la forma che si ottiene è comunque il miscuglio di queste due velocità che i cinesi chiamavano con due termini: **Yin e Yang**. Dicevano sostanzialmente che lo Yin è meno veloce e lo Yang è più dinamico, quindi più veloce. In Occidente spesso questi due termini vengono tradotti con positivo e negativo, ma non è proprio così. Se la corrente elettrica è costituita da due polarità, negativo e positivo, non significa che il negativo sia il contrario del positivo o che il negativo sia fermo, ma solo che ha una differente velocità, perché l'assenza di movimento non è concepibile per la vita.

Allora dopo vedremo, quando andremo a esaminare gli organi, come ci siano organi Yin e organi Yang, organi che funzionano velocemente come il fegato, o che funzionano meno velocemente come il pancreas. Quindi c'è solo una differenza che indica la relatività. **La medicina cinese deve insegnare a ragionare in base alla relatività**. Purtroppo la relatività non è congeniale alla filosofia medica occidentale che vuole il dato oggettivo statico, fermo nel tempo e valido per tutte le forme viventi. Questo non esiste, c'è una fascia all'interno della quale il vivente varia, nella specie umana, tra individuo e individuo, tra essere umano e animale, etc. Quindi Yin è meno dinamico, Yang è più dinamico giusto per cominciare a entrare in questo concetto. Secondo voi è più dinamico ciò che è caldo o ciò che è freddo? Fra i due lo Yin è meno caldo, lo Yang è più caldo. Possiamo anche dire che lo Yin è freddo, ma il concetto cinese è "meno caldo". Freddo è solo il cadavere in cui non c'è più ...

Per noi la vita è vita, la morte è niente. **Per i cinesi la vita è Yang la morte è Yin per la forma, per lo spirito la morte è Yang e la vita è Yin**, perché lo spirito costretto nella forma sta vivendo la sua fase Yin e si libera, ritornando alla fase Yang con la morte. La forma, invece, quindi la parte biologica è Yang durante la vita, la nostra struttura materiale organizzata e dinamica durante la vita, si disgrega dopo la morte, ritornando nell'universo. La materia non muore, ritorna nell'universo, niente muore, solo cambia forma. **Quindi meno caldo Yin, più caldo Yang**. Cos'è più dinamico, la luce o il buio? Cosa dà più energia? Così diremo che il buio è Yin e la luce è Yang, ma è un'esemplificazione, il concetto non è esattamente questo. Quindi diremo che **Yin è meno luminoso, Yang più luminoso**. Cos'è più dinamico, ciò che è più duro e strutturato o ciò che è molle e fluido? Tra una pietra e un cane, relativamente a questi due la pietra è Yin e il cane è Yang, ma se considero un cagnolino e suo nonno allora dirò che il nonno è Yin e il cagnolino è Yang. Il nonno che è Yang rispetto alla pietra, è Yin rispetto al nipote. È un modo di ragionare della mente che non si ferma mai in modo statico e rispetto a qualunque cosa considera la relatività della realtà.

Ritorniamo di nuovo al concetto della relatività della vita e della morte, che noi abbiamo sotto gli occhi continuamente. Se fossimo veramente coerenti dobbiamo necessariamente concludere che non può esistere solo la vita o solo la morte, ma che questi sono due stati. Se poi nello stato della morte non abbiamo autocoscienza e non abbiamo forma fisica, è un altro discorso! Quindi **lo Yin è meno fluido e lo Yang è più fluido**. Il minerale è più Yin rispetto all'acqua, l'acqua è più Yin rispetto all'aria, l'aria è più Yin rispetto al fuoco, e viceversa, il fuoco è più Yang, etc. In queste due categorie, Yin e Yang possiamo mettere tutto. Senza queste due categorie non potremmo conoscere niente. Tra l'altro questa stessa difficoltà che ha l'occidentale nel considerare legati fra loro due aspetti che considera opposti e studiarli separatamente frantumandoli, separandoli completamente, questa stessa difficoltà se fosse portata a metodo di conoscenza ci impedirebbe di conoscere.

Se non ho dentro di me l'idea di cosa è il giorno non posso sapere cos'è la notte. Se non conosco ciò che è fluido non posso sapere ciò che è duro, se non so cosa significa essere buoni come faccio a definire l'essere cattivo? Se non ho l'idea di cosa significhi essere alti come posso dire a uno "sei basso"? **La nostra conoscenza funziona continuamente con il meccanismo Yin/Yang.**

Anche nella malattia c'è sempre una fase Yin e una fase Yang, c'è un andamento e qui, chi fa terapia interviene per cercare di modificare questo andamento. Secondo voi quali sono le malattie più difficili da curare, quelle ad andamento Yin o quelle ad andamento Yang? **Quelle ad andamento Yin che hanno una evoluzione più lenta.**

Quali sono le patologie Yang che possono dare la morte in fase acuta? L'infarto. Le malattie Yang sono quelle acute che di solito risolvono più velocemente, sono terapeuticamente più semplici perché hanno una insorgenza veloce, un andamento veloce e una risoluzione veloce. La febbre a 40 del bambino: spesso il bambino in due ore arriva a 40 di febbre, poi suda e la febbre gli scende. Però a 40 può anche morire. **Quindi le malattie ad andamento Yin di solito non sono mortali nel breve termine, ma sono anche molto meno curabili e sono tutte le malattie degenerative. Le malattie ad andamento Yang sono quelle acute e infiammatorie, un trauma è un'espressione Yang.** Se per l'insulto ricevuto non si ricava un danno incompatibile con la vita, tende a guarire.

Cosa caratterizza di più l'andamento dell'organismo femminile rispetto a quello maschile? La ciclicità. **La gravidanza è il massimo dello Yang che avviene nel centro del massimo dello Yin perché al buio, nell'utero, nell'acqua e al centro del corpo e nella donna.**

L'andamento del ritmo femminile è caratterizzato da ciclicità e ritmicità. La luna gira intorno alla terra in 27 giorni, gli ormoni femminili hanno un ciclo di 28 gironi, la psiche femminile ha un suo andamento ciclico. Il maschio è più stabile, più unidirezionale. La medicina cinese, che è un aspetto del taoismo, diceva che la donna circonda l'uomo e l'uomo la informa, per cui dove porta l'andamento ciclico della donna se non alla direzione che gli può dare l'uomo. Come può l'uomo arrivare nella sua traiettoria se non ha il dinamismo che gli dà la donna? Uomo e donna sono dunque complementari. **Se questa spirale non ha una direzione ha il dinamismo, ma non gli serve a niente. Se ho solo la direzione ma manco di dinamismo, cosa creo? Dove vado? Questa direzione, il maschile, per creare qualcosa ha bisogno di dinamismo che è della donna. Il dinamismo se non ha una direzione creativa non crea niente. Questa è la complementarità.** La donna è Yin perché l'informazione viene prima della struttura. La prima informazione parte dal maschio, ma sarebbe un'informazione sterile se non venisse accolta dalla donna e portata avanti. Guardiamo la sessualità: il maschio trasmette alla donna un'informazione, dopo di che può anche andar via. La medicina cinese dice che il maschio, o il maschile (e questo vale anche per gli animali e i vegetali), mette in movimento il femminile, ma chi è responsabile della trasmissione della vita è la donna. Il simbolismo del Tao, del Tai Chi, è la rappresentazione simbolica di un altro grafico. Cosa dice il simbolo del Tai Chi? Che il maschile feconda il femminile e il femminile... **lo Yang feconda lo Yin che genera i diecimila esseri per ritornare al maschile e generare di nuovo.** E questo continua nel tempo. Per cui ricevo questa informazione da mia madre, la trasmetto ad un'altra donna che va oltre me. **Grazie al femminile io posso trasmettere qualcosa di me che ho ricevuto dal passato. Sto parlando dell'aspetto biologico.**

... piccolo pezzo incomprensibile, mentre scrive i segni di scrittura binaria alla lavagna ...

Il maschile è l'informazione, ma chi porta avanti questa informazione, la trasforma in struttura, in evoluzione è la donna. Quindi il femminile è il dinamismo che però da solo sarebbe sterile non avendo informazione. Il maschio è Yang perché informa e la donna è Yin perché informata, ma in fondo è lo Yin che produce, non lo Yang.

...spiegazione del simbolo grafico...

La nascita sta esattamente su questa traiettoria che è il passaggio del simbolo del Tai Chi al centro tra la parte di destra scura, con al centro il puntino di Yang che è il bambino che inizia a crescere e poi la parte Yang con il puntino Yin.

A mezzogiorno, il 21 giugno, il giorno più lungo, noi diciamo che comincia l'estate, ma in realtà comincia già la caduta. A metà della vita siamo nel pieno, spesso ancora non abbiamo espresso, ma già comincia la decadenza. **L'embrione è il massimo dello Yang, il massimo dello Yang è l'unione dello spermatozoo e dell'ovulo, il massimo dello Yang è quando gli occhi del maschio s'incontrano con gli occhi della donna e parte un certo meccanismo.**

Il concepimento è lì perché se non ci fosse questo non si potrebbe avere tutto il resto. È anche vero, e questo va detto, che il meccanismo va da sé. Si può avere concepimento anche da uno stupro, anche in condizione di ebbrezza. Dal punto di vista della biologia il meccanismo è un meccanismo che ci è dato, e questo introduce un concetto molto bello della medicina cinese: quando io creo qualche cosa che cosa compio? Qualcosa di Yin o di Yang? **La creazione è Yang**, su questo non c'è dubbio perché è più evolutiva rispetto alla parte Yin, meno evolutiva, ma se paragoniamo fra loro vari tipi di creazioni possiamo, relativamente a questi tipi di creazione, capire qual è più Yang e qual è più Yin. Il contenuto di questa dispensa mi appassiona molto, oppure mi annoia molto. Qual è più Yin e qual è più Yang? **Se la cosa vi appassiona e la leggete tutta di seguito è Yang**, se invece questa dispensa è noiosa o pesante e la leggete lo stesso perché vi serve, ma la assimilate con maggiore difficoltà, in questo caso è più Yin. Quindi nella medicina cinese si può operare una distinzione tra una creazione più Yin e una creazione più Yang.

Secondo voi tra un'opera d'arte e il concepimento di un essere vivente qual è più Yin e qual è più Yang? L'opera d'arte è il frutto di uno sforzo individuale, questo dice la medicina cinese, esiste una creazione Yin e una creazione Yang perché ogni individuo esprime in quanto tale la necessità o l'aspirazione a trasmettere se stesso. Ogni individuo aspira a sopravvivere, noi cerchiamo in ogni istante della nostra vita una sopravvivenza di noi stessi oltre la forma del nostro corpo, oltre la decadenza e la morte del nostro corpo.

Se io sto facendo un appartamento per mio figlio, ho una progettualità mirata verso il futuro che prescinde dal fatto che io finirò (che me ne frega a me della casa se muoio?). Vi rendete conto che noi esseri umani viviamo in questo modo? Mio padre, coltivatore di greco di tufo sta pensando che tra tre anni deve piantare delle piante in una certa zona e poi tra una decina di anni toglierà quelle piante da quell'altra zona per metterle da un'altra parte. Quindi continua a progettare e a trasmettere sé stesso in questa progettazione.

Cosa conosciamo oggi di Leonardo, i figli o i discendenti, oppure le sue opere d'arte? Cosa dura di più nel tempo? Quale di questi due tipi di creazione deve mettere in atto in me un meccanismo evolutivo Yang più intenso? Mi posso ubriacare, violento una donna e nasce un figlio qual è il mio merito in questo caso? Abbiamo lo Yin e lo Yang dentro di noi. La fisiologia e la biochimica ci dicono che nel maschio sono presenti gli estrogeni, cioè sono presenti una certa percentuale di ormoni femminili così come nella donna sono presenti una certa percentuale di ormoni maschili, e qui parliamo della forma fisica del corpo. L'anatomia e la fisiologia ci dicono pure che la forma fisica esteriore durante il concepimento non è per niente distinta tra il maschio e la femmina; è a un certo punto del concepimento che entrano in azione gli estrogeni, per cui alla nascita si avrà una bambina. Questo vuol dire che solo nella forma fisica esteriore noi siamo distinti in maschi e femmine, ma il mio femminile io lo porto dentro. Se così non fosse come si spiega che ognuno di noi, nel confrontarsi con il femminile e il maschile esteriore, (parlo dell'innamoramento, parlo dell'attrazione) com'è che tra dieci persone è attratto da uno, da due, e non da tutte? Perché dentro di sé ognuno di noi ha l'immagine del femminile o del maschile che sta cercando anche se non ne ha coscienza.

Perché gli artisti con una certa frequenza sono omosessuali? Sia ben chiaro che questa domanda non significa che perché sono artisti debbano essere necessariamente omosessuali. **L'opera d'arte non può nascere se non da una sintesi del maschile e del femminile.** Quando uno scrive una poesia cosa fa? Anche nel piccolo, nella ricerca del divertimento quotidiano cosa fa l'uomo? Si relaziona, in modo più o meno cosciente, con l'altra metà che gli manca. Ed è l'accoppiamento più Yang che possa esistere che non è quello fisico, ma quello della creazione. **Quando l'energia diventa struttura qual è la caratteristica energetica di questa forma? Prendiamo ad esempio la forma della cellula** (che assomiglia ad un uovo al tegamino), che è la forma più elementare di vita, una forma che ha a che fare con tutti gli organismi viventi. Anche un cristallo è vivo: il cristallo è la forma più elementare di vita. Anche nel mondo cosiddetto inanimato esiste una gradazione fra la materia totalmente informe e delle strutture minerali che hanno una loro evoluzione nel tempo. I cristalli maturano e assumono una loro forma. Ogni volta che l'energia si applica alla materia, e organizza una forma non possiamo assolutamente dire che in questa forma non ci sia energia. La forma stessa è espressione di energia, ma l'energia stessa continua a vivere, solo che vive dentro la forma. **Il concetto di fondo che dovete tener presente è che affinché possa esistere una forma deve esistere un confine. Nel caso della cellula è la membrana cellulare, nel caso dell'organismo vivente è la nostra pelle.** Qual è il confine biologico materiale della mia forma? è la pelle. Parlo di confine: è palpabile, è misurabile, visibile, perché a rigor di logica la mia forma non si limita al confine della pelle, abbiamo un campo elettromagnetico, più o meno lontano dalla nostra pelle, più o meno dilatato rispetto alla nostra forma. Qui parliamo solo di ciò che è strettamente corpo. I nostri organi rene, fegato, polmoni, possiamo definirli così perché la materia, che è Yin, che compone, che definisce la loro struttura, ha un confine. Adesso praticamente parliamo di **bioenergetica che sarebbe l'energia nella materia.** Parlando dell'energia che struttura la forma, poi quest'energia dove se ne va? Se ne va al centro e al di fuori di noi. Fuori di noi, intorno a noi, che è l'esterno rispetto alla mia pelle.

Avendo assimilato il concetto di Yin e di Yang adesso ragioniamo in termini di Yin e Yang. Prendo la mia pelle, il confine della mia pelle, l'esterno è Yang rispetto all'interno, perché? Perché se andiamo a vedere nella lista di Yin e Yang, troviamo che lo Yang è più esteso lo Yin è meno esteso. Sto prendendo come criterio l'estensione. Se prendo come criterio la giornata di 24 ore dirò che le ore del giorno sono più Yang perché più luminose e le ore della notte sono più Yin perché meno luminose. Cosa ho preso come oggetto di conoscenza a cui ho applicato la relatività Yin e Yang? La giornata, cioè ho preso una unità e ho distinto in questa unità l'aspetto più Yin dall'aspetto più Yang. Quando prendiamo in considerazione l'estensione, diciamo che lo Yang si espande di più dello Yin. Quindi lo Yang è più esteso di Yin.

Cosa è più esteso il tessuto osseo o il tessuto sanguigno?

Il tessuto sanguigno perché circola, perché si muove, perché è più caldo. Lo Yin è più lento, più strutturato, più freddo, meno caldo, ma dura di più.

Qual è la struttura più Yin del nostro corpo? Le ossa.

Cosa resta di noi fisicamente dopo la morte? Le ossa.

Se lo Yang è più esteso rispetto alla forma creata dove si localizza? All'esterno della forma. Se si misurano le cariche elettriche sulla superficie esterna della pelle, si troveranno il maggior numero di cariche positive all'esterno e all'interno un maggior numero di cariche negative. Questa cosa è valida per tutte le membrane. La pelle in fondo è una grande membrana, è la membrana del mio corpo. **Scendiamo adesso a livello cellulare:** all'esterno avremo una carica elettrica più positiva che all'interno. Allora per semplificare diremo che l'esterno è positivo e l'interno è negativo. Tradotto in termini pratici vedremo che sulle membrane cellulari, questa poi è biochimica e fisiologia, avremo al di sotto delle membrane cellulari gli ioni negativi, cloro, etc., e all'esterno ioni positivi, calcio, potassio, etc. Finché c'è questo meccanismo cioè all'esterno positivo e all'interno negativo, la membrana permette la comunicazione delle sostanze nutritive, degli scambi di prodotti cellulari, etc. Quando si altera tutto questo si ha una difficoltà negli scambi. Piccola riflessione generale: se succede che in modo cronico e ripetitivo questa differenza di potenziale sulle membrane si altera abbiamo le cosiddette patologie croniche. Tutte le patologie croniche: artrosi degenerativa, artrite reumatoide, lupus eritematoso, sclerosi a placche, etc.; i famosi radicali liberi in realtà non fanno altro che alterare questo equilibrio. È come se lo Yin uscisse dall'interno e fosse predominante all'esterno. Si ha un'alterazione degli equilibri energetici Yin e Yang del corpo. **Questa cosa avviene normalmente nella trasmissione neurologica.** Quando un cervello manda un comando ad una mano, (in questo momento che muovo la mano sta avvenendo questo) cioè come avviene la trasmissione dell'impulso nervoso oppure mi pungo e arriva al cervello la sensazione del dolore. Avviene esattamente in questo modo escono cariche negative e entrano cariche positive. Questa cosa avviene lungo il nervo in questo modo per cui si ha la depolarizzazione. Immediatamente dopo viene ripristinata la normalità e questa onda cammina e arriva a destinazione. **La cosa importante è ricordare che l'interno è negativo rispetto all'esterno. Ho detto prima che l'energia la troviamo all'esterno e al centro: quando dicevamo della gravidanza che è il massimo dello Yang, dicevamo cioè che lo sviluppo di una vita, avviene nel centro dello Yin, stavamo dicendo esattamente la stessa cosa.**

Quando parliamo della mela diciamo la stessa cosa: al centro c'è il seme che contiene l'informazione per creare una nuova struttura applicando tempo e evoluzione, quindi nel cuore dello Yin c'è un po' di Yang. Alla superficie dello Yin c'è ancora Yang.

Quando l'Arcari ci ha detto che, quando ingeriamo un alimento, il nutrimento, dal punto di vista quantitativo, lo ritroviamo nella polpa, ma l'informazione che questo alimento dà e la vitalità che apporta al nostro organismo è contenuto nella buccia, stiamo dicendo dal punto di vista alimentare la stessa cosa. **La buccia è più Yang rispetto all'interno**, per cui nella buccia è contenuto il maggior numero di vitamine, gli antociani che sono antiossidanti. Il peperoncino, il massimo di capsaicina, e quindi di informazione Yang, è contenuta nei semi. E non di tutti gli alimenti possiamo utilizzare il contenuto dei semi, però ci sono alimenti che utilizziamo sotto forma di semi: nocciole, pinoli, arachidi, legumi, cereali.

In dieta dimagrante se vogliamo far ridurre il peso non possiamo utilizzare questi alimenti in modo eccessivo. I semi in generale hanno la funzione di aumentare il metabolismo, di favorire la fertilità. Dal punto di vista biochimico contengono zinco e rame, tutte sostanze fondamentali per la fertilità maschile e femminile. Tante infertilità sono dovute a carenza di questi micronutrienti contenuti nei semi (guarda caso sono appunto semi). Se uso l'uovo crudo e magari fecondato ho il massimo di espressione anticancerogena perché è una cellula che ha ricevuto l'informazione della vita. È esattamente l'opposto del cancro che è proliferazione disorganizzata. Energia disordinata. Se l'uovo lo faccio sbattuto, strapazzato, in frittata, o in qualunque altro modo, utilizzo l'aspetto nutrizionale, ma perdo l'informazione precedente. La trasformazione riduce l'informazione energetica originaria.

Il principe di Lampedusa nel Gattopardo si dice che al mattino prendeva dodici uova crude. L'uovo crudo si può anche prendere con lo zucchero, che è una forma di manipolazione, ma minore della cottura, lo zucchero permette al fegato di gestirlo, dà glucosio al fegato, quindi energia. L'uovo crudo non fa assolutamente male al fegato, mentre l'uovo cotto può dare difficoltà alla colecisti, più che al fegato. Abbiamo detto che l'esterno è positivo e l'interno è negativo. Cosa potremo verificare? Che esiste uno spazio extracellulare e, tra il nucleo e il citoplasma, c'è uno spazio intracellulare. **Diremo relativamente che al di sotto di tutte le membrane cellulari c'è un accumulo delle cariche negative, mentre negli spazi interstiziali, quindi fra cellula e cellula, ci sarà prevalentemente un accumulo di cariche positive.** Quando cominciamo ad osservare non più le singole cellule, ma le strutture del corpo, dal microscopio, alla visione con gli occhi all'intero organismo, ad esempio se tagliamo un arto, abbiamo una sezione di muscolo, un tendine, un osso. Alla luce della rilevazione biofisica, o bioenergetica che cosa verifichiamo? Così come una singola cellula ha l'interno negativo e l'esterno positivo, il muscolo ha la sua guaina, quindi il muscolo rispetto al suo esterno sarà negativo e l'esterno sarà positivo, però se considero l'esterno e l'interno della pelle, nonostante che rispetto al muscolo qui ci siano un maggior numero di cariche positive (non è che sono tutte positive), se lo guardo rispetto al muscolo sono più positive che negative, ad esempio qui ho tre meno e due più, all'esterno della pelle avrò quattro più. Quindi sarà relativamente più positivo rispetto all'interno. Però queste cariche dove stanno?

Siamo fatti per il 90% di acqua, siamo un sacco pieno d'acqua. Se prendiamo un individuo disidratato o una persona imbibita naturalmente la percentuale di acqua sarà diversa. Quest'acqua naturalmente non è distribuita in modo uniforme. La maggior parte dell'acqua sta dentro alle cellule e poi c'è dell'acqua fuori delle cellule. Queste cariche in realtà sono elettroliti, molecole che hanno una carica elettrica, cloro, potassio, sodio, etc., tutti i metalli che hanno una carica bioelettrica e sono disciolti nell'acqua, nel liquido interstiziale e nel liquido intracellulare. **Quest'acqua non è distribuita in modo uniforme. I liquidi intracellulari sono più del 50%. La vera imbibizione è quella intracellulare, perché anche il sangue fa parte del comparto extracellulare. L'acqua extracellulare si divide tra liquidi interstiziali e sangue.**

Quella del sangue ovviamente circola, mentre quella dei liquidi interstiziali è in continuo interscambio con i capillari sanguigni. Il rene può filtrare solo l'acqua extracellulare che circola nel sangue. Se sono imbibito e voglio urinare di più è stupidissimo pensare che urino di più bevendo più acqua. Se bevo due litri d'acqua e sono già imbibito, non entra nelle cellule, per cui aumenterò l'acqua extracellulare, quella dei liquidi interstiziali e del sangue.

È chiaro che il rene è costretto a funzionare di più, ma dei due litri ne eliminerò 1700 cc, gli altri trecento non li elimino e l'eccesso di acqua delle cellule non la elimino per niente. Quindi bere di più non serve a niente. Sono gli stessi medici che pur sapendo queste cose le dimenticano. Di solito faccio misurare la propria urina alle persone che dicono che bevendo eliminano.

Diuretico = eliminazione dell'acqua extracellulare.

Drenante = eliminazione dell'acqua intracellulare.

Diuretico è il caffè che aumenta la velocità del circolo per cui al rene arriva più velocemente il sangue: l'adrenalina fa battere più velocemente il cuore che pompa più sangue, che circola più velocemente e il rene filtra più velocemente. È solo diuretico, non toglie l'acqua dalle cellule. È chiaro che se prendo dieci caffè al giorno i liquidi li perdo perché se elimino dal sangue e dai liquidi interstiziali, si asciuga lo spazio esterno alla cellula e dalla cellula verrà richiamata acqua. Chi fuma moltissimo e beve moltissimo caffè tende ad essere disidratato anche perché va in iperfunzione la tiroide.

Drenante è ciò che toglie le tossine, i residui catabolici del metabolismo dai liquidi interstiziali e dalle cellule. Poiché di solito questi trattengono acqua se vengono spostati si portano dietro l'acqua. Se ho dei sali, i sali attirano acqua, se questi sali li sposto, si portano via la percentuale di acqua che serve per essere disciolti, altrimenti formerebbero concrezioni e quindi calcoli, che non sono altro che precipitazioni di questi sali (rene, colecisti, articolazioni, periartriti).

Dicevamo che siamo un sacco pieno d'acqua. Diciamo che siamo 60, 70 kg, quanto volete voi. Pesiamo 70 kg, se sono il 70% di acqua, più o meno mi porto dietro 50 kg di acqua. Il problema è che quest'acqua ha una sua distribuzione, non è messa lì a caso. Dal collo al bacino abbiamo un sacco con divisorio centrale il diaframma, e una serie di organi, disegniamoli a caso, dobbiamo capire il concetto, non è necessario individuarli con precisione. Quei 50 kg di acqua saranno in parte nella struttura stessa degli organi, l'acqua libera è solo quella extracellulare e quella del sangue.

Ma gli organi inseriti in questo sangue non sono altro che forme strutturate da un'energia, diversa per ognuno di essi. Quindi abbiamo un'informazione globale di tutto l'organismo vivente e una informazione globale individuale, perché le informazioni generali di ciascun individuo sono in qualche modo diverse. Contemporaneamente le strutture che compongono il nostro corpo hanno ognuna di esse una loro informazione specifica, per cui il fegato è più Yin rispetto al polmone.

La compattezza del fegato paragonata ad un organo cosiddetto Yang, del tipo l'intestino che è vuoto, ha una informazione diversa. **È come se dentro di noi avessimo tante forme, degli ospiti che lavorano in sincronia perché tutti obbediscono all'informazione globale.**

Quando c'è lo stato di salute?

Quando ognuno di questi organi, pur avendo la loro vitalità specifica, la loro funzione specifica, il loro dinamismo specifico lavora in sincronia con gli altri. Ci sono organi più Yang e organi più Yin, organi che vivono di meno, organi che vivono di più; fermo restando che tutti sono inseriti nel ciclo di vita dell'individuo totale. Il fegato, nel senso della cellula epatica, vive molto poco, nel senso che muore continuamente e si rigenera continuamente, la cellula nervosa è una cellula che vive moltissimo. La maggior parte del nostro sistema nervoso vive per tutta la nostra vita. Quindi se il funzionamento di ognuno di questi organi è più o meno diverso vuol dire che l'energia che li informa e il lavoro che producono è leggermente diverso. **Ma l'attività crea movimento e il movimento crea energia, l'energia crea struttura e la anima, la struttura che si muove ricrea energia.** Possiamo giustamente dire senza timore di essere smentito da nessuno, che **ognuno di questi organi produce un lavoro che genera energia che ha un dinamismo differente.** Quando si produce energia, dal punto di vista bioelettrico si traduce in uno spostamento di cariche. L'attività di questo organo la possiamo banalmente paragonare ad un generatore che produce energia perché lavora. Quando va via la corrente, se abbiamo un generatore, questo generatore si attacca e ridà energia alla casa.

Qual è la caratteristica dell'energia? Che tende ad espandersi.

Se butto un secchio d'acqua a terra, quanto maggiore è l'altezza da cui la lascio cadere maggiore sarà l'energia che avrà per espandersi e per schizzare ovunque. Se la verso dolcemente e da poca altezza avrà un'estensione più ridotta. Poiché ognuno degli organi interni ha un suo dinamismo, differente l'uno dall'altro, ognuno di essi produce un'energia che tende ad espandersi di più o di meno, quindi con una differenza. **Dove si espande questa energia? Dove può.** Se invece di avere un pavimento perfettamente piano ho un pavimento rugoso dove andrà quest'acqua di preferenza? **Percorrerà le strade di minore resistenza. Andrà dove è più facile andare: dove troverà discesa, dove troverà più spazio, dove troverà meno ostacoli.** L'energia del nostro corpo obbedisce a questa legge. Quando si va dal cardiologo per fare un controllo vi fa l'elettrocardiogramma. Gli elettrodi vengono posizionati al polso destro, polso sinistro, caviglia destra, caviglia sinistra etc. Sta misurando l'espansione dell'energia prodotta dal cuore e poiché questa energia si espande, viene misurata anche in periferia che è periferia del corpo. Se andate dal neurologo per fare un elettroencefalogramma in questo caso gli elettrodi si mettono solo sul cranio perché il cranio è delimitato da una struttura ossea chiusa, ancora una volta però gli elettrodi sono messi tutti in periferia, intorno.

Se faccio un **elettromiogramma** che serve a registrare l'attività bioelettrica di un muscolo stiamo dicendo ancora la stessa cosa. Se questo è vero, dobbiamo dire quindi che l'energia prodotta dai vari organi si mischia a quella degli altri e correrà lungo le linee di minore resistenza.

...Illustrazione alla lavagna...

Facciamo conto che l'energia prodotta dall'organo sarà chiaramente uniforme in uscita però qui trova la pelle, qui trova la pelle, qui trova la pelle, qui trova dello spazio, può darsi che possa fare questo tipo di tragitto (qui parlo della possibilità di registrare quest'energia in periferia, cioè all'esterno della pelle anatomica). Può darsi che il percorso sia questo anche se le deviazioni dipendono dall'energia degli altri organi che possono deviare questo percorso.

Può darsi che l'energia di quest'organo sia molto forte e quella di quest'altro abbastanza debole, per cui l'energia di quest'organo riesce a percorrere questo tragitto.

I meridiani di agopuntura sono sempre identici e misurabili: ora stiamo cercando di capire cos'è il meridiano di agopuntura e come funziona il suo percorso energetico.

Il meridiano non è altro che il fiume in superficie. I dati elettrici sono rivelabili con un microamperometro. **Perché il meridiano della milza cammina all'interno della coscia e finisce qui, mentre quello del polmone fa quest'altro percorso? Perché quello è il percorso di minore resistenza che l'energia dell'organo incontra nel suo percorso.** Dove in periferia è possibile registrarne l'uscita. Questo non significa che l'energia della milza o del polmone o di qualunque altro organo cammini solo in quella direzione, ma che scontrandosi con le linee di minore resistenza e con la produzione energetica degli altri organi, in periferia ci arriva in quel punto. Il concetto è molto semplice.

Facciamo conto che questo è il tronco e a questo punto aggiungiamo gli arti: le gambe, le braccia e la testa. (Adesso non sto considerando altri aspetti, come il diaframma, voglio solo farvi capire il concetto dei meridiani di agopuntura). **Generatori sono anche i muscoli, ma meno potenti rispetto all'attività degli organi contenuti nella cavità addominale e toracica che sono quelli statisticamente più potenti.** Negli arti abbiamo la struttura ossea, più o meno centrale e abbiamo tanti fasci muscolari. Nei muscoli abbiamo liquido, abbiamo le fasce muscolari, la guaina, quindi abbiamo degli spazi. **Quando diciamo che l'energia di questi organi si espande verso la periferia del corpo, che è la pelle, man mano che arriva in superficie cercherà il cammino della minore resistenza, per cui cosa succede alla radice degli arti superiori e inferiori?**

Che se esattamente in questo punto, faccio un esempio, arriva una percentuale significativa di energia bioelettrica prodotta dal cuore, o dalla milza o dal fegato, questa energia troverà tra i muscoli lo spazio per camminare; perché tra i muscoli c'è lo spazio, che non è vuoto, ma sono presenti dei liquidi e il liquido contiene cariche elettriche e quindi stiamo parlando di elettricità, di energia che dal punto di vista fisico interviene sulle cariche elettriche per cui questa energia scorrerà lungo un canyon che trova per primo e con minore difficoltà.

La stessa cosa avverrà a livello degli arti superiori, nel collo e nella testa. **Quando andremo a misurare lungo il tragitto del corpo queste linee scopriremo che sono costanti, fanno eccezione solo quegli individui che hanno per una anomalia gli organi collocati diversamente.** Questi hanno un'alterazione della struttura dei meridiani. Il concetto dei meridiani è stato trasmesso dalla medicina cinese.

La medicina occidentale li ha considerati energia immaginaria, energia misteriosa: il nostro professore, un radiologo che ad una certa età abbandonò la sua professione e si dedicò solo alla medicina cinese, lavorando con la biofisica si incaponì per cercare di dimostrare che quello che dicevano i cinesi ha una rispondenza oggettiva andando a verificare se avendo un aumento dell'energia del cuore, ad esempio tachicardia, lungo quello che i cinesi chiamavano il tragitto del meridiano del cuore era possibile registrare un'attività bioelettrica maggiore, rispetto ad un altro individuo e verificava che era così.

Un altro studio lo ha fatto a dimostrazione dell'esistenza dei meridiani: se la medicina cinese mi dice che il meridiano della vescica biliare cammina lungo la gamba seguendo il bordo rosso del pantalone della divisa dei carabinieri, e arriva al piede fino al secondo dito, se lungo questo tragitto metto un ago, dando uno stimolo elettrico, se è vero che questo meridiano finisce in questa zona, devo poter registrare la carica elettrica in periferia e precisamente lungo il tragitto di questo meridiano e non lungo i meridiani vicini. La vescica biliare scorre lungo questo percorso e finisce tra il secondo e il terzo dito del piede. Se do uno stimolo elettrico con l'agopuntura oppure faccio una moxa, cioè do calore, devo poter registrare a valle lo stimolo dato. Allora lui dava l'impulso e poi andava a misurarlo a valle riuscendo a dimostrare che il percorso dei meridiani è lo stesso che avevano definito i cinesi duemila anni fa.

Domande

È vero che il percorso dei meridiani viene interrotto da interventi chirurgici e dalla formazione di cicatrici? La sindrome dell'arto fantasma, cioè il dolore che avvertono le persone a cui è stato amputato un arto, non è altro che la conseguenza del blocco dell'energica circolante in quel meridiano.

....

I meridiani non sono altro che la proiezione in superficie dell'energia proveniente dagli organi interni?

Dove corre il meridiano? Se questa è la superficie dell'arto un meridiano non è altro che questo spazio. Il meridiano si palpa, in alcune zone c'è più spazio e in altre ce n'è di meno.

I cinesi dicevano che lungo il tragitto di questa linea esistono dei pozzi dove posso attingere o mettere energia. I pozzi sono spazi al di sotto della pelle dettati dall'anatomia. Si tratta di depressioni che sentiamo sotto le dita: **è uno spazio dove posso mettere o togliere acqua ed energia: sono i punti di agopuntura che non sono altro che gli spazi maggiori lungo il tragitto del meridiano.** Ci sono altre zone in cui i muscoli sono vicini all'osso, nei quali c'è uno spazio interstiziale per cui circolano elettroliti, però non c'è lo spazio per accedere.

Se ho un trauma, prendo una botta sul braccio, altero il flusso energetico in quel punto. Questo lo vedremo in seguito: ci sono una serie di meccanismi di regolazione e di controllo per cui l'organismo cerca di preservare la parte interna per evitare che si comprometta; avrò un'anomalia anche energetica, oltre che fisica, rossore, gonfiore, etc. e avrò modo di agire dal punto di vista della medicina cinese.

...

L'organismo, comunque, anche quando ci siano interruzioni sul meridiano energetico, tende sempre all'omeostasi, quindi a ritrovare un suo equilibrio.

Molte volte in occidente facciamo l'agopuntura senza saperlo. Faccio un esempio: se ricevo una botta è un evento Yin o Yang? Cosa si è verificato? Dolore immediato Yang, rossore Yang, gonfiore Yang. Cosa si mette sulla botta? Il caldo o il freddo? Il freddo!

Così come abbiamo visto per gli organi interni possiamo vedere dal punto di vista generale della struttura dell'organismo. Questa energia che è al di fuori della nostra pelle, ma anche al centro di noi stessi, se l'andiamo a misurare, se andiamo a misurare tutte le zone del corpo dalla testa ai piedi, che cosa possiamo desumere?

Scopriamo che la parte alta del corpo è più Yang della parte bassa. La cefalea è Yang e si verifica alla testa, l'ictus è Yang e si verifica nella parte alta del corpo. Quindi diremo che l'organismo ha una sua strutturazione energetica. Le vampate di calore in menopausa sono Yang e vanno verso l'alto. In terapia non facciamo altro che portare lo Yin nello Yang. Nella crisi ipertensiva facciamo mettere i piedi in acqua calda per ridurre la pressione che è Yang.

Quindi parte alta è Yang, parte bassa Yin, prurito, un fastidio di tipo congestizio viene sempre nella parte alta, mentre il gonfiore, il trattenimento di liquidi avviene prevalentemente nella parte bassa, la parte anteriore del corpo è Yin rispetto alla parte posteriore.

Come siamo noi in embrione? In posizione raccolta.

Dove avvertiamo di più il freddo alla schiena o al petto? Dove lo avvertiamo di più nella parte mediana degli arti, all'interno delle cosce o all'esterno? Cosa andiamo a proteggere quando ci mettiamo accovacciati? Cosa fa il cane quando si addormenta al freddo? Si rannicchia a uovo perché tutto il suo Yang rimanga all'esterno e lo protegga dal freddo. Mette il suo Yang a contatto con lo Yin, per proteggere il suo Yin. La reazione alla paura è simile. **La parte alta è Yang, la parte bassa è Yin, la parte posteriore è Yang, la parte anteriore è Yin, la parte mediale degli arti è Yin la parte esterna è Yang.** Ora abbiamo le basi per parlare della legge dei cinque movimenti e vedere come interagiscono tra loro.

MEDICINA ENERGETICA CINESE

Docente: dott. Fausto Aufiero

2ª lezione

Abbiamo detto che **noi funzioniamo in base ad un'energia che informa una materia**. Abbiamo anche accennato in un modo molto banale, per farvi capire il concetto di meridiano, che ci possiamo considerare come un sacco pieno d'acqua, in cui ci sono **organi che producono una loro energia che si proietta in superficie dove troverà il canale di minore resistenza che corrisponde al meridiano**.

Questo concetto è giusto, ma semplicistico, perché in realtà è un po' come pensare che la rete elettrica della città di Roma sia scollegata dalla rete elettrica di un'altra città e poi non si spiega perché cade un albero in Svizzera e in tutta l'Italia manca la corrente. In realtà l'attività bioelettrica di ognuno di questi organi è in armonia con quella degli altri organi così che ognuno porta il suo contributo all'energetica generale del corpo. Per cui si può dire che il circuito energetico del corpo in fondo è uno solo.

Abbiamo parlato del **piano di clivaggio tra i muscoli con la presenza di liquidi ed elettroliti, che sarebbe esattamente il concetto di meridiano energetico**, in realtà non è che questi spazi siano isolati tra loro con sbarramenti a monte e a valle. Nel corpo non c'è nessuno sbarramento. **Si ha un passaggio continuo di energia che è collegata nei vari tratti alla funzionalità dei singoli organi**. Adesso lo capiremo un po' meglio perché dobbiamo capire com'è fatta questa rete energetica perché i meridiani hanno quel nome e sono esposti in quell'ordine e finalmente arriveremo alla legge dei cinque movimenti cioè ai meccanismi per cui l'organismo si mantiene in equilibrio e al motivo per cui noi non dovremmo mai ammalare, teoricamente. Se capiamo questo capiamo anche quando ci ammaliamo quali sono gli elementi da tenere in considerazione e che cosa valutare per cercare di riportare la salute. La volta scorsa dicemmo che **la vita va dal semplice al complesso**, ma strutturalmente così come il DNA, che è uguale per tutti gli esseri viventi, strutturalmente alla base c'è la semplicità. Da quella semplicità, passo dopo passo, si ha una sovrapposizione di funzioni per cui poi abbiamo l'infinita varietà delle forme viventi. Inizialmente abbiamo quello che la medicina cinese definiva il Tao, la via; in Occidente lo possiamo intendere come concetto metafisico, Dio o quello che volete voi. Per loro invece è molto concreto perché esiste e continua ad esistere nella materia. Non è al di fuori della materia. **Lo spirituale che loro concepivano non è uno spirituale posto al di sopra, ma è uno spirituale posto dentro**, che ci anima tuttora. Da questo input iniziale abbiamo detto che **il maschile informa il femminile e il femminile genera**, e anche che **i trigrammi in realtà non fanno altro che esprimere energia, struttura, evoluzione**, perché **nella dialettica Yin e Yang c'è prima l'energia poi la struttura e tutte due sono in evoluzione nel tempo**. Quindi è come se ognuno di questi momenti esprimesse uno stato di questa energia, struttura, evoluzione. Il tempo è il passaggio d'infinito.

In realtà che cosa avviene? si ha una generazione. Avviene che il momento più Yang di energia struttura evoluzione che ovviamente è questo (3 trattini pieni) informa il momento più Yin e questo genera una serie di stati, di momenti, per fare che cosa? per ritornare. **È come se energia e materia oscillassero continuamente tra la tendenza a diventare totalmente materia e il ritorno verso l'energia.** È la ciclicità presente solo nel mondo dove l'energia è diventata struttura, è diventata materia, quindi nel mondo fenomenico. Se non fosse avvenuto questo non sarebbe esistito il tempo. **Energia struttura e evoluzione funzionano nelle dualità Yin e Yang che sono due stati che vanno comunque nella stessa direzione lungo il tempo. Quello che varia tra i due è la differenza di movimento: lo Yin è più lento lo Yang è più veloce, lo Yin è meno luminoso, lo Yang è più luminoso.** Il buio assoluto e la luce assoluta nel mondo fenomenico non esistono, nemmeno nella notte più buia quando non si vede ad un palmo di naso si può dire che esista il buio assoluto. Esiste il meno luce ed è la parte Yin di un fenomeno.

Adesso dobbiamo fare un passo successivo per capire **come è strutturata la nostra rete energetica**, per capire come siamo fatti dal punto di vista energetico. Se non capiamo questo non possiamo andare avanti. **Cosa avviene quando Yin e Yang incominciano a giocare? Cosa avviene in qualsiasi fenomeno inserito in questo contesto spazio temporale? Nasce, inizia e finisce.** Il concetto di nascere e morire non esiste nella medicina cinese. Inizia e finisce. **Fra l'inizio è la fine che cosa c'è? Movimento.** Immaginate un gesto, compio questo gesto cosa ho fatto? Ho avuto momento iniziale, ho avuto un momento di massima espressione e poi la fine del movimento. Immaginate un passo compiuto dalla gamba: sono fermo, parto, arrivo ad un massimo e poi completo il movimento.

Questo significa che prevediamo sempre almeno tre momenti. Due non è possibile, sono per forza per tre. Nel giorno c'è il sorgere del sole, il culmine e il tramonto. Comincio a costruire una casa arrivo al culmine e poi la porto a termine. Inizia la febbre, ho una salita e poi una discesa. **I fenomeni non potrebbero essere tali, non potrebbero essere fenomeni inseriti nello spazio tempo senza questi tre momenti. Dal che si deduce che questi due momenti di energia Yin e Yang nel momento in cui si implicano nella materia devono necessariamente esprimere tre momenti.** Se si vogliono esprimere devono almeno avere tre momenti: l'inizio, il centro e la fine, e poi devono diventare qualche altra cosa. Non muoiono. L'informazione maschile feconda il femminile, che cosa genera?

...Spiegazione dei trigrammi alla lavagna...

Non ce ne sono altri anche dal punto di vista logico matematico: vuoto vuoto pieno, vuoto pieno vuoto, vuoto pieno pieno, matematicamente non esistono altre possibilità. Allora possiamo dire semplicemente che nella struttura del corpo non possiamo più trovare l'espressione fisica e il funzionamento del principio assoluto, del maschile assoluto, o del femminile assoluto perché sono al di fuori del mondo fenomenico, cioè quando producono devono produrre movimenti che sono fatti almeno da tre. **Ecco perché in tutte le grandi tradizioni c'è il concetto di trinità che è un concerto energetico.**

Allora cosa resta? Nella materia che deve funzionare cosa resta? Se questo è il progetto di un palazzo da costruire, quando il palazzo è costruito il progetto non serve più. È implicito, perché se crolla il palazzo l'ingegnere viene messo sotto inchiesta per vedere se lo ha fatto bene, ma nel palazzo il progetto come concetto non c'è più. In pratica nella struttura troveremo solo questi (disegno alla lavagna): noi siamo fatti in questo modo, la forma dei reni. Se c'è un posto del corpo dove il progetto dell'architetto è più in superficie in qualche modo è a livello dei reni, dei surreni e del sistema genitale. Perché è il punto in cui siamo programmati per trasmettere quell'informazione: se non c'è un'attività surrenalica funzionante, se non c'è un'attività ormonale funzionante non è possibile trasmettere questa informazione primitiva nel tempo. Per cui noi non potremo trasmettere il nostro DNA alle generazioni future. È come se all'interno del palazzo ci fosse un'intelligenza, in qualche punto del palazzo, che è in grado al momento buono di riprodurlo in un altro posto. L'idea c'è ma non si manifesta. A livello di funzionamento dei vari organi dei nostri apparati, dei meccanismi del corpo, sonno/veglia, attività cardiaca, attività mentale, piano emotivo, non abbiamo più l'espressione iniziale, ma abbiamo il funzionamento. Anche sul piano emotivo abbiamo il sorgere di un sentimento, la sua massima espressione e poi l'esaurimento. Un pensiero: abbiamo l'attimo in cui percepiamo questo pensiero, il momento in cui l'abbiamo in piena coscienza e un momento dopo lo abbandoniamo. Tutto funziona in questo modo.

Dal che molto semplicisticamente si può dedurre che la struttura del corpo non può non essere fatta che da tre Yin e da tre Yang.

Nella prima lezione abbiamo detto che i meridiani di agopuntura non sono altro che la produzione di energia elettrica degli organi vitali per cui come con l'elettrocardiogramma e l'elettroencefalogramma registriamo in periferia una attività. I cinesi se ne erano accorti prima. Com'è distribuita questa rete energetica e come si può usare per intervenire anche terapeuticamente? Abbiamo detto che non è possibile che non ci siano almeno tre Yin e tre Yang. La volta scorsa abbiamo detto che noi ospitiamo maschile e femminile insieme, non solo ma, ad espressione di questo, siamo fatti di due metà simmetriche. È come se fossero due esseri che sono stati incollati insieme. Ancora una volta nel mio mondo manifesto c'è la parte Yin e la parte Yang. Potremmo agire con una sola mano, ma quante cose non saremmo in grado di fare se non avessimo la possibilità di avere con noi l'altra metà! Nell'animo no, ma nel corpo siamo già uniti. Al di là della struttura del corpo che ci è donata lungo il tragitto del DNA, al di là di quella, non siamo più "insieme". Se così fosse non avremmo bisogno della vita emotiva turbolenta, cioè del vuoto emotivo.

Il corpo fisico, se noi lo rispettiamo e lo lasciamo in pace non ci dà nessun fastidio per tutta la vita, ci porta. I casini sorgono nell'anima dove questo processo non è ancora avvenuto, non ci è donato, ce lo dobbiamo costruire noi. Quindi siamo fatti di due metà simmetriche. Se siamo fatti di due metà simmetriche, tanto è vero che nella medicina cinese nel maschio la destra è Yin e la sinistra è Yang e nella femmina è l'inverso, in modo che nell'accoppiamento fisico si ha la sintesi della totalità Yin e della totalità Yang.

Quindi vuol dire che in ogni nostra metà avremo tre Yin e tre Yang.

Immaginate che siamo due esseri distinti, messi insieme, poi ci sono degli organi centrali. Abbiamo due polmoni, due reni, due braccia. Quindi abbiamo tre Yin e tre Yang e il tutto duplicato in due.

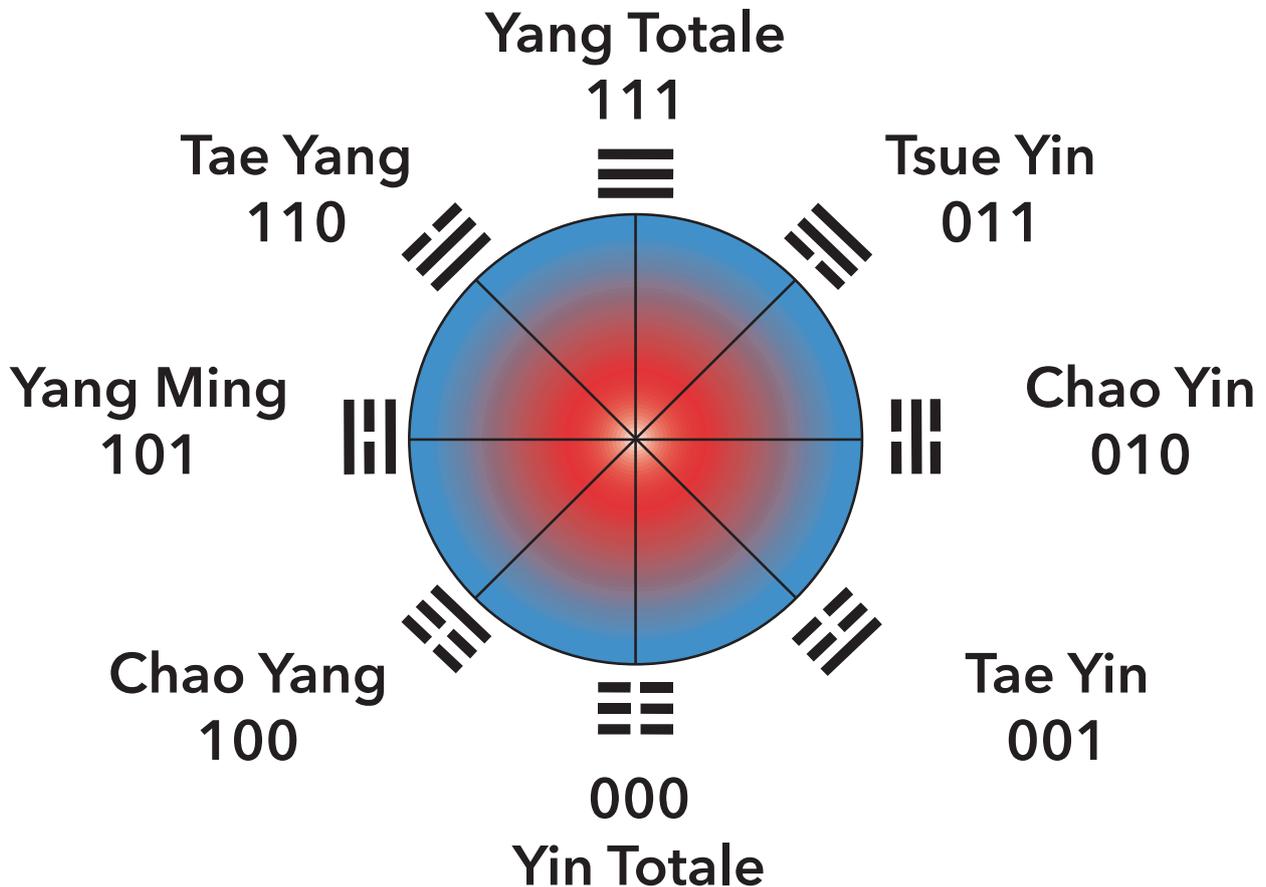
Come cammina questa energia?

La volta scorsa dissi che misurando le cariche bioelettriche del corpo abbiamo che nella parte alta ritroviamo una maggiore carica bioelettrica, rispetto alla parte bassa. Nella parte posteriore del corpo abbiamo maggiori cariche bioelettriche rispetto alla parte anteriore e all'interno troviamo cariche minori rispetto all'esterno. Se lo traduciamo in cinese diremo che **la testa è Yang e i piedi sono Yin, le parti dorsali sono Yang e quelle ventrali sono Yin, ciò che sta all'interno della membrana è Yin ciò che è all'esterno è Yang.** Possiamo cominciare a capire ora come è distribuita questa rete. Qual è la parte Yang del corpo, sempre relativamente? In alto rispetto al basso, dietro rispetto al davanti, fuori rispetto al dentro. Cosa possiamo dire, da dove viene lo Yang? Dal cielo. **In alto abbiamo il cielo in basso abbiamo la terra, l'uomo sta a tra cielo e terra.** Cosa fa il cielo? **Lo Yang scende dal cielo verso la terra e la terra risponde con lo Yin che sale dalla terra verso il cielo.**

Abbiamo fatto l'esempio delle caldane in menopausa, molto banale. Un mal di testa con sensazione di pulsazione alla testa, dal punto di vista della distribuzione energetica c'è uno squilibrio della distribuzione energetica, sennò l'individuo non avrebbe questo fastidio. **Una crisi ipertensiva con calore e rossore al viso.** Cosa dobbiamo praticamente fare? Farò in modo che questa congestione Yang, questo eccesso di energia nella parte alta del corpo possa defluire in basso, quindi **farò mettere i piedi nell'acqua fredda. Farò in modo che il freddo, lo Yin, risalga verso l'alto e quindi faccio mettere un asciugamano bagnato con acqua fredda dietro il collo.** Ho fatto una seduta di medicina cinese, cioè **sono intervenuto nel riequilibrio energetico del corpo alterato in quel momento.** Se abbiamo detto che ci sono tre Yin e tre Yang ci saranno tre Yang che scendono e tre Yin che salgono. Quali sono i tre Yin? Gli Yin sono quelli che iniziano. Li dobbiamo leggere da qui al centro. Adesso li scrivo su una linea. Sono esattamente nell'ordine di generazione. Abbiamo detto che nell'espressione fenomenica dello Yin e dello Yang ci sono almeno tre momenti per cui ci devono essere almeno tre momenti Yin e tre momenti Yang. Di questi tre momenti uno è l'inizio e uno è la fine. L'inizio è grande, c'è il massimo dell'espressione energetica di quel movimento. Il primo lo chiameremo grande Yin, l'ultimo lo chiameremo piccolo Yin, mi sembra banale che quello centrale si chiami medio. Poi avremo il grande Yang, il medio Yang e il piccolo Yang. In cinese grande si dice Tae, il medio si chiama Shao, il piccolo si dice Tsue.

Domanda: sapete il linguaggio binario dei computer come funziona 0 1, se andiamo a guardare il linguaggio di scrittura del computer funziona con impulso/non impulso. Nell'espressione della materia non abbiamo l'assoluto per cui non ci può essere niente di totalmente Yin o totalmente Yang.

Questi tre sono i veri nomi dei meridiani cinesi, poi la denominazione Cuore, Polmone, Fegato l'hanno messa gli occidentali. Per i cinesi non esiste il meridiano della Milza e del Polmone, esiste lo Tsue Yin, cioè il termine era quello, poi c'è la parte bassa e la parte alta, **la parte da bassa del grande Yin che è il meridiano della Milza, e la parte alta del grande Yin che sarebbe il meridiano del polmone.**



Questi segni in realtà sono quelli derivanti dalla tradizione, da una lista più antica, e se li guardiamo dal punto di vista moderno, di questo disegno cosa possiamo dire? 001, cioè un linguaggio binario, da computer, quel linguaggio che poi in Occidente è stato usato per i computer. Come funziona il computer? Impulso/non impulso è un linguaggio binario. Questo è addirittura ternario. Cioè il nostro corpo funziona con un linguaggio ternario simile a quello binario dei computer. In realtà noi in agopuntura utilizziamo questo parallelismo per cui posso vedere il contrario e il rovescio di questo e capire l'organismo in che direzione sta andando, però adesso vi complicherei molto la vita.

Abbiamo detto che per ogni metà avremo un grande Yin, un medio Yin, e un piccolo Yin, e parallelamente un grande Yang un medio Yang e un piccolo Yang. Nell'altra metà è uguale. Per cui avremo due meridiani della Milza, uno a destra, uno a sinistra, due meridiani del polmone uno a destra uno a sinistra, etc. **Se vanno verso l'alto saranno meridiani Yin, se scendono saranno Yang;** quindi per ogni nostra metà avremo tre meridiani che salgono e tre meridiani che scendono, assolutamente non staccati tra di loro, infatti vedrete che **uno dei meridiani nella parte alta Yin, che sale, si collega alle mani con uno dei meridiani Yang, che scende, il quale al**

piede si collega con uno dei meridiani Yin, che sale, per costituire un'unica circolazione energetica di tutto l'organismo vivente. Abbiamo detto che nello spazio/tempo non c'è mai una condizione totalmente Yin o totalmente Yang. Se noi abbiamo questa linea possiamo dire che nel suo complesso è Yin cioè va verso l'alto, ma avrà una parte Yin e una parte Yang. È un fatto didattico: in realtà il meridiano Milza-Pancreas e quello del Polmone non sono due cose, in realtà sono un unico meridiano, sono su un'unica linea che nella parte bassa attiene di più alla funzione del pancreas, nella parte alta attiene di più alla funzione del polmone, così una perturbazione energetica nella parte alta si ripercuoterà sulla parte bassa: lo vedremo nell'asma bronchiale per esempio. È un po' complicato, non credo sia il caso di addentrarci sul concetto del **perché la milza, il pancreas e il polmone sono collegati insieme dal punto di vista moderno**. Basti pensare al rapporto che tutti tre hanno con il sangue. L'informazione respiratoria, cioè l'ossigeno ci arriva dai polmoni, l'informazione alimentare ci arriva dal pancreas e tutte due vanno sul sangue.

In realtà la fisiologia moderna conferma tutto ciò che diceva la medicina tradizionale cinese e lo vedremo benissimo quando faremo le funzioni collegate tra di loro. Per ora restiamo nel semplice. Fino adesso ho detto soltanto che la rete energetica del corpo è fatta da meridiani Yin e meridiani Yang. I meridiani Yin salgono verso l'alto i meridiani Yang scendono verso il basso. Ognuno di questi due gruppi è fatto almeno di tre livelli energetici. Se noi ci facciamo caso, se dico grande, medio e piccolo sto parlando di energia, di livelli energetici.

Quindi avremo:

- Il grande Yin che nella parte bassa è il meridiano Milza-Pancreas, questo lo dovete imparare, nella parte alta è il meridiano del polmone.
- Il medio Yin, quindi Shao Yin, nella parte bassa sarà il meridiano del Rene, nella parte alta è il meridiano del Cuore. Vedrete quando faremo la legge successiva come anche nei rapporti energetici rene-cuore sono strettamente dipendenti. Qualsiasi malato renale è sempre a rischio cardiaco: il collegamento anatomico e funzionale tra rene-cuore è sempre costante, è sempre fortissimo.
- Il piccolo Yin, Tsue Yin, nella parte bassa è il meridiano del Fegato e nella parte alta un meridiano che non corrisponde ad un organo fisico, ma all'ortosimpatico, il Maestro del Cuore.

Domanda: per chiarire dobbiamo capire di che cosa stiamo parlando perché tutto è relativo dal punto di vista Yin e Yang quindi dobbiamo capire qual è il riferimento. Cerchiamo di farlo in modo molto semplice. Dal punto di vista dell'energia abbiamo perlomeno tre momenti: dove metterò il grande Yin in questa fetta di energia? Questa all'esterno, questa al centro del sistema, lo metterò qui. Non per niente il **Tae Yin, il meridiano della Milza e del Polmone ha a che fare con la pelle**. Tutte le patologie cutanee hanno a che fare sempre o con il pancreas o con il polmone dal punto di vista energetico, ma anche pratico. Tutte le allergie, tutti gli eczemi... tutte le reagini e gli allergeni, sono presenti o a livello polmonare o a livello addominale. Quindi il Tae Yin è la pelle. Poi vedremo **nella legge dei cinque movimenti che la pelle può essere singolarmente la madre, ciò che ci circonda, ciò che ci protegge, ciò che ci avvolge**.

Tutto questo è sempre Tae Yin. Quindi se questo è il grande Yin, al centro c'è il medio e nella parte più profonda c'è lo Tsue Yin.

Dal punto di vista dell'energia, secondo voi fa più male se ci cade in testa un kg di paglia o un kg di piombo? Questa è la differenza: è sempre un kg, però il kg di piombo ci può ammazzare, il kg di paglia no perché è più "dilatato". Questo è esattamente l'ordine gerarchico, tant'è vero che vedremo che il terzo gruppo Yin che è fatto dal fegato e da una funzione che per molto tempo non si è capita della medicina cinese, ma oggi è stata misurata anche dal punto di vista bioelettrico, uso questo termine improprio **Maestro del Cuore che non è altro che il sistema ortosimpatico, l'adrenalina. C'è uno stretto rapporto tra la funzione fegato e la funzione ortosimpatica.**

Cosa diciamo di una persona che è disturbata livello epatico? Che è reattivo, mutevole nell'umore, ha un sistema ortosimpatico tirato all'estremo. Questa è la terza funzione Yin che noi abbiamo a destra e sinistra. Non andremo a vedere la distribuzione anatomica nel corpo perché non ne abbiamo il tempo.

Per i tre meridiani Yang è esattamente la stessa cosa: grande Yang, Tae Yang, se è Yang inizierà col trattino pieno, invece di essere 001 sarà 110 che guardate è esattamente l'inverso. Poi abbiamo lo Shao Yang 100 e lo Tsue Yang, il piccolo Yang, che è 101.

Vi devo introdurre questo concetto.

Cosa produce il movimento: la simmetria oppure l'asimmetria? Quando l'equilibrio energetico del corpo si scombussola e sopravviene la malattia andiamo verso la simmetria o verso l'asimmetria? Quando si verifica un tumore che succede? **La simmetria totale si ha solo quando si muore cioè la stabilizzazione di tutti i fenomeni.** Abbiamo detto che qualsiasi evento del mondo fisico presuppone un inizio, una fine e un movimento intermedio. Per muovere un passo cosa devo fare? Devo rischiare di cadere sull'altro piede, ho un momento di asimmetria e questo vale per qualsiasi fenomeno del mondo fisico. **Se ho la simmetria totale sono immobile, non produco niente, non mi metto in discussione, non rischio, il movimento è avere un momento di asimmetria.**

Dal punto di vista della fisica per esempio la materia vivente è una materia improbabile, non è spiegabile come fa a resistere a tutte le forze fisiche che spingerebbero alla stabilizzazione di tutti i fenomeni chimici del corpo. Se non ci fosse un quid, che è la forza vitale, noi non staremmo insieme, funzionando in un modo, che fisicamente è assolutamente poco probabile. **Quindi la simmetria è la morte, l'asimmetria è il dinamismo.** Chi è simmetrico è noioso. Nei due movimenti Yin e Yang, chi è più dinamico lo Yin o lo Yang? Allora chi deve avere il momento di asimmetria? Lo Yang. Questo termine significa piccolo Yang. Voglio che impariate solo questi termini cinesi. Cosa avremmo? Il primo Yang, è il grande Yang, è il più esterno così come il Tae Yin sarà il più esterno di questa fetta. Il grande Yin abbiamo detto che è la pelle dal punto di vista pratico, ma anche il grande Yang è relativamente più esterno e se è più all'esterno, il meridiano dove lo troveremo? La logica energetica è così bella e il corpo è strutturato esattamente secondo questo filo logico. Se abbiamo detto che questo è il grande Yang, dove sarà la parte più Yang del corpo davanti o dietro? Quindi il grande Yang deve necessariamente stare dietro, vicino alla colonna vertebrale tra l'altro.

Se noi ci tagliamo, abbiamo un cerchio come nelle TAC, e vedremo esattamente che nella parte posteriore dietro avremo il massimo dello Yang, lateralmente avremo il medio Yang e anteriormente avremo il piccolo Yang. Quello che stiamo dicendo, come ragionamento logico energetico, lo troviamo esattamente distribuito in questo modo dal punto di vista anatomico nel corpo. Avremo allora il **grande Yang è Intestino tenue e Vescica, anche qui avremo la parte alta più Yang e la parte bassa più Yin**. In Occidente sono i gesuiti che hanno fatto questo collegamento perché i cinesi dicevano: "nei disturbi della vescica trattate la parte bassa del Tae Yang". A furia di descrivere applicazioni ed implicazioni **della parte bassa del Tae Yang, i gesuiti, decisero di chiamarlo meridiano della vescica**, ma in realtà è estremamente riduttivo solo che per noi diventa più comodo.

Il medio Yang: cosa abbiamo parallelamente al sistema ortosimpatico? Il parasimpatico, uno è Yin, l'altro Yang. **Il corrispettivo del parasimpatico si chiama Triplice Riscaldatore**, che ha due aspetti. **Nella parte bassa avremo la vescica biliare. Anche qui, nel tronco degli arti, avremo nella parte più Yang il meridiano della vescica e nella parte media, Shao, il meridiano della vescica biliare, nella parte anteriore, Tsue, piccolo, il meridiano dello stomaco.** Vedremo che il successivo è **Grosso intestino e Stomaco**. Questi sono i meridiani, non ce ne sono altri, dal punto di vista lineare bioelettrico. Tenete presente che ce ne sono tre Yin e tre Yang da questo lato, e tre Yin e tre Yang dall'altro, quindi sono 12. Quanti sono gli apostoli? 12. Come stavano distribuiti ai lati di Cristo? Cristo era al centro. **Al centro del nostro corpo abbiamo un'espressione lineare non energetica del grande positivo e del grande negativo che è la linea mediana posteriore e la linea mediana anteriore.** La parte del Giuda la fa l'asimmetria, perché se non ci fosse stato Giuda non ci sarebbe stato sacrificio, se non c'era sacrificio non c'era il dinamismo, gli apostoli non avrebbero creduto e noi chissà dove stavamo adesso. Al centro abbiamo questi dodici meridiani, sei a destra, sei a sinistra. A destra avremo dei sei, tre Yang e tre Yin, a sinistra dei sei, tre Yang e tre Yin, più uno anteriore e uno posteriore. **In tutto sono 14. Quello posteriore chiaramente sarà Yang corrisponderà al massimo dello Yang. Nella parte posteriore abbiamo questo meridiano che possiamo far corrispondere a questa linea centrale che è il Vaso Governatore e nella parte anteriore il meridiano corrispondente al Vaso Concezione.**

Quando si fanno delle applicazioni per migliorare la fertilità, per esempio, si va ad agire sul meridiano del rene e del surrene e sul meridiano Vaso Concezione.

La funzione di questi due è di assorbire tutti i litigi coniugali tra la nostra parte destra e la nostra parte sinistra. Tutti gli squilibri energetici che avvengono nella rete dei meridiani vanno a confluire su questi due: disturbi ormonali di tipo mestruale, lombalgia, lo scarico, la conclusione e la guarigione di quello squilibrio. Quante donne hanno dolori lombari durante il ciclo? In realtà non è una complicazione, ma il meccanismo che il corpo ha per riportarsi in equilibrio. Tensione nervosa, dolore sul vaso governatore nella zona locale. **C'è un punto preciso che è il 14 del Vaso Governatore sulla settima cervicale che ogni volta che abbiamo una giornata particolare fa molto male, ci sentiamo bastonati sul collo.**

Tutti gli squilibri vanno a confluire nei due mari, quello anteriore e quello posteriore. Quando i figli litigano da chi vanno a protestare? O dal padre o dalla madre.

Se vi toccate sullo sterno, proprio al centro dello sterno, e premete senza esagerare, scendendo, ad un certo punto, troverete un punto estremamente doloroso che non sapevate di avere, questo punto si chiama 17 Vaso Concezione ed è variabile ad alcuni un po' più in alto ad altri è un po' più giù ed è uno scarico nervoso. Tutto lo stress si scarica in questo punto. Quanto più è basso tanto più lo squilibrio energetico è grave. Tutti abbiamo lo stress, serve alla vita. **Vaso Concezione e Vaso Governatore sono i due mari nei quali vanno a confluire gli squilibri del corpo che cerca di mantenere la vita e la salute finché può.** Ci sono quindi una serie di meccanismi che tendono a mantenere l'equilibrio anche quando noi ostinatamente cerchiamo di squilibrarci. Questo è uno. Questi due gruppi di destra e di sinistra hanno un flusso di energia continua che circola tra tutti. Quando sono alterati, uno dei primi meccanismi di riequilibrio è quello di scaricarsi sui due meridiani centrali e in questo modo andiamo verso la guarigione. È una strategia. **Sapete che esiste una zona della colonna dorsale che fa male quando c'è una gastralgia, è l'uscita sul Vaso Governatore dello squilibrio energetico dello stomaco.** È il tentativo del corpo di portare fuori in sostanza. Se la causa della gastralgia è più energetica che organica quella fase passa e si ritorna in equilibrio, se è organica chiaramente non passa. Quello è uno dei primi meccanismi che l'organismo usa per ritrovare l'equilibrio. **Lungo la colonna c'è la centrale di comando praticamente.** Come fa quest'energia a circolare? Va dove è più veloce. Ogni meridiano è collegato all'altro, avremo sempre uno Yin che sale e uno Yang che scende.

Abbiamo detto che il tempo è ciclico e poiché stiamo parlando di circolazione che implica il tempo non può che avere un inizio, una fine e ritornare all'inizio. Il serpente che si morde la coda. Quindi è un circuito chiuso che ha un inizio in un punto qualsiasi, fa tutto il giro e si ritrova esattamente nello stesso punto. Che cosa cambia? Abbiamo parlato prima di spirale, il primo giro, il secondo giro, il terzo giro... poi non c'è più l'energia per girare. In effetti viene sempre un cerchio perché abbiamo detto che la rappresentazione del tempo è sempre circolare, mentre la rappresentazione dello spazio è lineare. Sul corpo possiamo anche dire che il meridiano è lineare ma nella circolazione noi non siamo una linea, siamo un corpo solido, tra l'altro circolare, se togliamo gli arti. Per cui questa circolazione di energia avrà un punto d'inizio, una fine e un ritorno, e circola incessantemente... **"quando l'energia circola incessantemente nei suoi vasi, la vita esprime tutta la sua meraviglia".** Gli accoppiamenti sono sostanzialmente **Tae Yin: Milza/Pancreas, Polmone/Grosso Intestino, stomaco; Rene, Cuore/Intestino Tenue, Vescica; Fegato, Maestro Cuore, Triplice Riscaldatore, Vescica biliare. Vescica Biliare, di nuovo Milza/Pancreas.** Nella circolazione dell'energia della struttura del corpo **Tae Yin è associato allo Tsue Yang (Yang Ming).** Dobbiamo sempre dare il punto di riferimento. Il piccolo Yang è vicino al grande Yin. Anche questa è un'asimmetria. C'è tutta la descrizione che trovate sui libri e anche una spiegazione di tipo logico, ma ci vogliono quattro anni per fare il corso. Quello che v'interessa sono le informazioni di base e qualcosa di pratico.

Qualcosa di pratico può essere questo.

Se è vero che quest'energia circola, vuol dire che non è stagnante in questi vasi: il meridiano di agopuntura era presentato come il letto di un fiume che può essere in piena o in secca, può essere costruito o modificato in un tratto, per cui c'è una maggiore velocità nello scorrere dei fluidi. Questa circolazione è qualcosa di dinamico.

Se è qualcosa di dinamico non può essere qualcosa che si esprime sempre in condizioni Yang per tutto il circuito. **Immaginate la piena di un fiume che parte da un punto, la piena in quanto tale non è altro che un momento del flusso, perché se fosse diffusa in tutto il fiume sarebbe un fiume che porta più acqua e non sarebbe una piena.** Cioè la piena è un'espressione di maggiore energia, tant'è vero che può fare danni. Il che vuol dire che nel ritmo quotidiano delle nostre funzioni non possiamo avere una condizione di piena per tutte le funzioni e sempre, altrimenti avremo ancora una volta la simmetria, e la simmetria è la stasi, non è vita, è immobilità perché vita è movimento. **Perché ci sia vita c'è bisogno di un'asimmetria controllata, se volete, perché se l'asimmetria è troppa ci rompe.** La piena è questo. Il che vuol dire che quando immaginiamo questa circolazione dell'energia, immaginiamola non tanto teoricamente, perché poi possiamo dimostrarla dal punto di vista pratico. **Un po' come l'energia elettrica che non vediamo ma possiamo dimostrarne gli effetti.** Noi vedremo che ci sono ore del giorno in cui alcune funzioni sono maggiormente espresse oppure ore della notte in cui sono maggiormente espresse altre funzioni, quelle che l'Occidente ha poi codificato con il termine bioritmi. Nella medicina cinese questi bioritmi erano chiarissimi da 6000 anni. Non solo erano chiarissimi ma la bellezza di questo tipo di medicina è che dice una cosa ancora più bella. **Noi sappiamo che ci sono delle ore in cui il cortisolo è un po' più alto perché ci deve predisporre alla giornata, a darci l'energia, viceversa la sera che dobbiamo riposare non possiamo essere sovraccaricati, per cui il cortisolo si riduce e noi ci addormentiamo.** Così per altre funzioni la prolattina viene prodotta solo la notte mentre durante il giorno non serve perché ci darebbe fastidio. **La medicina cinese diceva: se la piena si trova in un punto, nel punto totalmente opposto ci dev'essere una secca relativa.** Per cui se io ho un organo o una funzione in questo momento in piena, esattamente all'opposto devo avere un vuoto relativo. È come una bilancia, se questo piatto è più pieno, l'altro sarà più vuoto. **Perciò non avevano espresso solo il concetto di bioritmo delle funzioni, ma anche il concetto di equilibrio tra le funzioni, per cui se una è relativamente in piena l'altra sarà relativamente in vuoto.**

...Grafico dei bioritmi...

Quando sentirete dei pazienti e dovrete fare un'anamnesi e questo faremo nella prossima lezione, gli potete chiedere: "di notte lei dorme normalmente?" Il paziente può rispondere che di notte si sveglia. Se si fa una medicina meccanicistica si può anche appuntare là semplicemente. Se è venuto per il mal di stomaco e gli do lo Zantax o un altro gastro-protettore, questa informazione è ininfluente. Per noi no, perché dobbiamo capire l'origine del mal di stomaco e poi dobbiamo capire qual è la condizione energetica di quel corpo che si manifesta con una ripercussione gastrica. Perché nella circolazione energetica lo stomaco di questo paziente esprime disturbo. Dobbiamo sempre tener presente che anche in un'ulcera, molto prima che arrivi l'ulcera, c'è sempre uno squilibrio energetico di quel settore, dell'energia.

Quindi certamente possiamo e dobbiamo fare delle cose, anche farmacologiche, se la patologia è acutissima, ma non possiamo illuderci di guarire quella persona se non andiamo a riequilibrare quella che è la causa primitiva del fastidio. Allora com'è questo risveglio di notte? La persona può dire "a caso", oppure può dire "nelle prime ore della notte". **Per semplificare possiamo dire che dall'una alle tre c'è il bioritmo energetico del fegato, cioè la massima espressione della funzione epatica.** Cosa deve fare il fegato in quelle ore della notte? **Durante il giorno il fegato fa un lavoraccio, cioè produce zuccheri ed energia per farci svolgere le nostre attività fisiche e mentali.** Noi col cervello consumiamo un sacco di energia e il fegato deve supplire a queste cose. **Parallelamente fa anche le altre sue funzioni di detossicazione, però ha poco tempo perché è impegnato moltissimo in quest'altro aspetto. Di notte fa qualcosa di più che durante il giorno.** Un po' come la padrona di casa che durante il giorno ha avuto ospiti in casa per cui si è dovuta occupare degli ospiti ma non della casa e la sera deve sistemare la cucina. A che ora finisce di solito? Alle tre. Se il servizio di nettezza urbana funzionasse a pieno ritmo durante il giorno, la città non potrebbe svolgere le sue funzioni. Perché dev'essere dall'una alle tre e non dalle cinque alle sette?

Perché la busta della spazzatura bisogna buttarla prima di giorno, perché dopo deve subentrare la funzione renale e intestinale di eliminazione. Quando una persona dice che si sveglia dall'una alle tre, il primo pensiero dev'essere il fegato, poi magari sarà anche il compagno o la compagna che russa. Se questo ci dice che si sveglia dall'una alle tre, lucido e anche irritato per il fatto di essersi svegliato, che non prenderà sonno facilmente, ortosimpatico in eccesso; **Fegato/Maestro del Cuore, è un'informazione in più che ci da verso il disturbo di tipo epatico.** Se poi aggiunge che ha la bocca asciutta, quando siamo estremamente nervosi, tesi abbiamo l'adrenalina in eccesso, la bocca asciutta, è ancora un'informazione in più verso il fegato. **Viceversa se ci dice che si è svegliato dall'una alle tre, ma intontito, assolutamente non irritato e sta là buono buono ad aspettare di riaddormentarsi, molto probabilmente non avremo l'indicazione del fegato.** Se ha sete è un problema tipicamente epatico perché il fegato è qualcosa che asciuga, è secco, è il ramo dell'albero che chiede acqua per metabolizzare, in quel caso ovviamente. Se avete conoscenti che hanno l'asma vi diranno che la crisi di asma c'è l'hanno di solito dalle 3 alle 5 perché le manifestazioni allergiche polmonari sono in quelle ore della notte. Dalle 5 alle 7 grosso intestino, dalle 7 alle 9 stomaco, dalle 9 alle 11 milza-pancreas, quel vuoto di stomaco che interviene a metà mattinata, esprime un deficit pancreatico, ipoglicemia. Dalle 11 alle 13 e il cuore e la maggior parte degli infarti avviene in queste ore.

Il cuore è la massima espressione dell'energia per cui coincide con il mezzogiorno. Dipende poi anche dal tipo di patologia cardiaca. **Quando si tratta di una patologia da pletora, da eccesso, da ipertensione, si esprime in queste ore, la patologia invece di tipo degenerativo da arteriosclerosi si esprime in qualsiasi altro momento.** Dalle 13 alle 15 intestino tenue, dalle 15 alle 17 vescica, dalle 17 alle 19 rene, dalle 19 alle 21 maestro del cuore, dalle 21 alle 23 triplice riscaldatore e dalle 23 all'1 vescica biliare.

Prima del bioritmo del fegato c'è quella della vescica biliare, se la vescica biliare funziona bene il fegato funzionerà meglio dopo. Noi sappiamo che il surrene produce adrenalina, cortisolo, che fa aumentare la pressione, che fa aumentare la glicemia; si attiva verso le cinque di mattina quindi verso quest'ora (non si tratta del bioritmo), produce in più, non è che è in eccesso, per cui al mattino il risveglio fisiologico sano dovrebbe essere con valori pressori buoni, di buon umore, pieni di energia e con voglia di fare, perché la nostra biologia ci predispone per questo, soprattutto con il cortisolo, con il tono dell'adrenalina e con i mineralcorticoidi, per cui siamo energici. **Al contrario se abbiamo glicemia bassa, la pressione bassa ci sentiamo una schifezza.** Quindi in queste ore mattutine dovremo avere questo, e normalmente, se siamo sani, ce l'abbiamo, ma nelle ore serali; quando dobbiamo andare a dormire non possiamo avere questa stimolazione da cortisolo. Altrimenti non riusciremmo ad addormentarci. Tra l'altro vi faccio presente che questi ormoni sono quelli che trattengono liquidi, perché i liquidi servono per la nostra attività giornaliera. Se non trattenessimo liquidi non avremmo le nostre reazioni biochimiche. Nella reazione di fuga o di aggressione la prima cosa che avviene nell'organismo è la ritenzione di liquidi preziosi. È un meccanismo di stimolazione potente, lento e duraturo; di solito dura fino al pomeriggio inoltrato, però si deve interrompere ad un certo punto, altrimenti noi la sera non saremmo predisposti per il sonno.

Come facciamo a stare svegli e ad avere un po' di energia anche per le ore della sera? Interviene il sistema nervoso con l'ortosimpatico e parasimpatico che sono meccanismi di stimolo, soprattutto l'ortosimpatico, che poi è l'adrenalina, la funzione surrenalica, una funzione di stimolo rapida, nel senso che interviene se serve, e di brevissima durata, quindi non ci complica la vita. **Come possiamo essere stimolati a livello vitale? O dalle fondamenta dell'edificio e quindi cortisolo e mineralcorticoidi, o aumentando il voltaggio dell'edificio e quindi l'adrenalina di brevissima durata che non ci complica la vita.** Perché questo è importante? Immaginate cosa succede nei vegetariani a cui si riduce sempre di più il meccanismo del cortisolo per cui devono reggere quasi per tutte le ventiquattr'ore solamente su stimolazione adrenaliniche. Se ne conoscete alcuni, sono persone che hanno sistema nervoso tirato al massimo e pensano di essere sani. È vero che non si intossicano con le proteine animali però destrutturano il loro fisico, quindi funzionano soltanto con lo stimolo adrenalinico.

Questo serve per capire come siano determinanti i bioritmi. Quando diciamo che il bioritmo del fegato è dall'una alle tre, non significa che questo vale per tutte le persone, perché non è legato tanto al tempo segnato dall'orologio ma al tempo di quel organismo. Se uno va a dormire normalmente alle tre, chiaramente è tutto spostato. Questo avviene in tante persone per ragioni legate ai loro ritmi sonno/veglia, e spesso anche per ragioni legate alla loro costituzione. Nel caso siano legate alla costituzione si può fare molto poco, ma non esistono costituzioni buone e costituzioni cattive, sono tutte buone, se sono in equilibrio. Il punto è se uno ha un certo tipo di costituzione si può permettere delle cose e si può permettere meno delle altre, si deve nutrire soprattutto in un modo che deve evitare determinate cose, se vuole restare in salute.

Quindi l'alterazione dei bioritmi può derivare dal fatto che una costituzione che tende ad essere pancreatica, cioè con un meccanismo legato soprattutto alla lentezza pancreatica, si alimenta in modo che sollecita ancora di più questa lentezza e chiaramente altera i suoi bioritmi e avrà i suoi fastidi. Quanti di noi si svegliano alle sette di mattina e cominciano a carburare alle dieci, cioè passano le prime due o tre ore senza cortisolo? Dobbiamo capire il circuito dell'energia per capire come è alterato.

Piccola sintesi rapidissima...

- L'energia è prima della struttura, perché se non c'è l'informazione non si può costruire niente, è solo caos.
- Nel costruire la struttura c'è un dinamismo Yin e Yang.
- Questo dinamismo si esprime con un ritmo ternario per cui abbiamo tre meridiani Yin e tre Yang. Noi siamo fatti con una circolazione di energia che ha i suoi bioritmi.

Noi viviamo in un contesto, in un ambiente, che non è solo l'ambiente esterno. Dobbiamo stabilire il confine fra l'esterno e l'interno. Abbiamo un ambiente, all'interno del quale viviamo, ma abbiamo anche un nostro ambiente interno, che si deve armonizzare con l'ambiente esterno. Se nell'ambiente esterno fa freddo, e il nostro ambiente interno non sa armonizzarsi, noi ci ammaleremo. Il corpo è dotato in automatico di una serie di capacità di adattamento.

Le domande sono:

- esiste la possibilità di capire in modo comprensibile quali sono questi meccanismi di adattamento che ci sono dati, per cui comprendendo quali sono possiamo comprendere quando si alterano?
- abbiamo modo poi di capire esattamente cosa s'intende per ambiente interno e esterno?

Fermo restando che tutto ciò che esiste parte da un'unità, questa unità si divide in due aspetti Yin e Yang, ognuno dei quali ha tre modalità di espressione. Questo vale per tutti i meccanismi esterni, ma anche per tutte le nostre funzioni interne. **Il primo dato che dobbiamo tener presente è: ciò che è in alto è come ciò che è in basso, ciò che è dentro è come ciò che è fuori.** Il nostro ambiente interno non è fatto in modo diverso dall'ambiente esterno. Le energie sono quelle, non ce ne sono altre, sono fuori e dentro di noi, e in questo contatto tra noi e l'esterno si gioca la salute e la malattia fisica e mentale. Quindi dobbiamo cercare di capire quali sono realmente questi punti, queste modalità di contatto. Questo aspetto della medicina tradizionale cinese è stato tramandato sotto il termine di legge, di regole, che secondo le varie tradizioni è stata tramandata come **legge dei cinque elementi o legge dei cinque movimenti.** Il modo migliore per capire è quello di arrivarci per ragionamento. Il primo dato da tener presente è che **noi per esistere dobbiamo avere qualcosa che ci contiene, qualcosa sulla quale poggiare,** altrimenti non possiamo proprio ragionare. Possiamo dire che siamo spirituali, metafisici, ma se non abbiamo qualcosa su cui poggiare non avremo la possibilità di esprimerlo. Il primo, quello più importante di quest'ambiente è la terra sulla quale poggiamo, ciò che ci contiene. Di questi cinque elementi o cinque movimenti il primo e più importante è ciò che ci contiene.

Cos'è ciò che ci contiene?

È una modalità di espressione del nostro ambiente interno ed esterno, **la membrana di una cellula è ciò che contiene una cellula. La pelle è ciò che ci contiene. La madre, nell'utero, è ciò che ci contiene. La terra sotto i piedi è ciò che ci contiene.** Infatti nel terremoto, la paura più viscerale che possiamo avere dentro di noi è quando ci trema la terra sotto i piedi, cioè viene meno la sicurezza basilare. **Il sangue è ciò che ci nutre. Ciò che ci nutre è anche ciò che ci contiene. Dove prendiamo il nutrimento? Dalla terra. Dove prendiamo il primo nutrimento? Dalla madre attraverso il latte, dalla madre attraverso il collegamento emotivo.** Il primo nutrimento ho detto, non l'unico. In medicina cinese ciò che ci contiene lo possiamo etichettare come ci pare. Se guardate adesso il disegno, e vedete sulla vostra parte destra, vedrete che c'è scritto terra. È il tessuto connettivo, è la struttura che ci contiene, le labbra, intesa nel senso della carne, come materia, è ciò che ci struttura e ci tiene insieme. Il gusto, il nutrimento, il sangue, etc. adesso vedremo quante ne possiamo aggiungere.

Il concetto che dovete capire è che **c'è un aspetto del nostro ambiente interno ed esterno che etichettiamo con il termine terra.** Adesso vedremo tutte le implicazioni. **Il concetto di fondo è che tutto quello che possiamo inserire in questa orbita deve avere necessariamente a che fare con il concetto di ciò che ci contiene. Questo elemento è anche il centro.** Dove nasce la vita nel corpo della madre, che in quel momento è la terra del bambino? Al centro. Adesso vedrete che la trovate in un punto periferico di questo grafico, ma in realtà è il centro di tutto, e tutto sorge da quel punto. Il disegno grafico reale sarebbe questo: sono quattro elementi con la terra al centro. Per una questione semantica di ragionamento didattico spostiamo la terra in questa posizione. Ma in realtà qualsiasi interazione tra gli altri gruppi passa costantemente per questo centro, qualsiasi, perché è la base di tutto. Quanti sono gli aspetti del mondo esterno e interno che interagiscono tra di loro? Perché sia utile tutto questo dobbiamo ridurli al minimo indispensabile, perché se ne calcoliamo troppi non possiamo ragionarci sopra. Quelli di base, quelli che servono per permetterci di capire le interrelazioni, sono cinque. Sono questi quattro in periferia e la terra al centro. Per arrivare alla comprensione di tutti e cinque possiamo fare una serie di ragionamenti a partire da qualsiasi punto. Lo possiamo fare in senso poetico, in senso logico, in senso matematico, possiamo partire dai trigrammi che abbiamo detto prima e vedere la loro relazione matematica e arrivare a questa distribuzione a cinque. Come tutte le rappresentazioni del tempo è circolare, ma poiché la distribuzione dell'energia è uniforme e coerente da qualsiasi punto di vista la guardiamo, dobbiamo necessariamente dare un orientamento.

Qual è la parte più Yang e qual è quella più Yin?

Possiamo dire che la parte più Yang è la parte superiore di questo cerchio, la parte più Yin è quella inferiore, non per niente la terra si dispone al centro tra i due. Possiamo dire allora che questi due o questi primi sono piuttosto Yang rispetto a questi altri. Possiamo dare anche un orientamento spaziale e dire questo il nord, questo il sud, questo è l'est, etc. Si tratta di una semantica didattica. **La terra per comodità di spiegazione didattica la rappresentiamo sulla circonferenza, ma è il centro e quindi la chiamiamo centro.**

Dove sorge il giorno? Ad est.

Qui possiamo costruire una serie infinita di collegamenti analogici che sono dei collegamenti realmente energetici e lo vedrete perché faremo diagnosi su questo. Nel grafico vedete sali minerali anticorpi ormoni funzioni...

Se abbiamo detto che il centro è tutto ciò che ci contiene, in questo contenitore possiamo mettere tutte le funzioni dell'universo che hanno l'aspetto del contenere, del sorreggere, del sostenere, del dare, come la madre, come madre natura quando non è maligna, come il latte, come il dolce che ci gratifica. Quindi possiamo mettere in questo contenitore tutto ciò che attiene il contenere, il sostenere. Parallelamente a destra, l'alba, possiamo mettere tutto ciò che inizia. Che cosa è tutto ciò che inizia? Il neonato. Possiamo mettere tutto ciò che inizia, senza eccezione alcuna. Quale sarà il momento est del movimento, l'inizio. Nello sviluppo della natura di un vegetale quale aspetto possiamo mettere qui? Delle stagioni la primavera che è il momento del germoglio. Qual è il colore di possiamo mettere? Il verde. Al sud c'è il rosso qui c'è il verde blu. Quindi è la nascita e se volete i primi anni di vita del bambino. Se pensiamo al nostro ciclo vitale qual è il nostro momento est? La fase della nostra prima infanzia. Immaginiamo una vita di 100 anni. Noi usciamo alla luce, la nascita avviene qui e qui abbiamo i primi anni dell'infanzia.

Poi che succede nella fase del menarca/pubarca? C'è un cambiamento sostanziale, il bambino diventa un giovane adulto. Il giovane che cos'è? Immaginate il sole che sorge e poi il sole di mezzogiorno, è il ventenne, è la gioventù, dai 15 ai 25, la massima espressione dell'esplosione della vitalità, della potenza energetica, perché se vogliamo essere proprio sottili, la massima espressione della forza si ha successivamente, forza fisica e sempre di più mentale fino ad arrivare al vecchio saggio dove c'è la massima espressione di energia mentale e la minima di energia fisica.

Poi come età cosa abbiamo? La maturità la fase dai 30 ai 40 in cui si ha la massima espressione non tanto della vitalità animale, espressa al massimo nel periodo dell'adolescenza e della prima gioventù. Infatti i giovani sono incoscienti, non hanno ancora la capacità di riflettere, ma esprimono al massimo la vitalità. Poi si ha la fase in cui ci si adatta al mondo esterno, l'entrata nel lavoro, percepiamo il mondo con le sue difficoltà, cerchiamo il nostro posto nel mondo, ci predisponiamo ad essere qualcosa che può contenere altro. Cosa abbiamo detto del centro? qui possiamo mettere tutto ciò che analogicamente ci contiene. Qual è normalmente l'età nella quale siamo predisposti a prolungare la nostra vita, ad avere figli? Certo possiamo averli anche nella fase precedente, ma spesso è una tragedia perché non siamo maturi per assumere il ruolo di ciò che può contenere qualcos'altro. Qual è l'età della vita nella quale dal punto di vista psicofisico siamo più pronti? Giustamente il periodo del centro. **Più che di maturità qui possiamo parlare di floridezza** in cui c'è ancora molta vitalità, ma meno impulsività, meno fegato.

Con che cosa si prolunga la fase della floridezza? Con la cosiddetta **fase della maturità**, quando dal punto di vista biologico si comincia ad avere un certo declino dell'energia vitale e però si comincia ad avere un carico di esperienza.

Comincia a declinare il fisico e accrescere lo spirito. Comincio a mettere a frutto le esperienze che ho avuto nei momenti precedenti della mia vita, posso essere un giudice, posso essere uno che sa valutare. I giudici, quelli che sanno fare i giudici, di solito sono di costituzione polmone.

Cosa avviene dopo? La vecchiaia, che non è detto sia negativa, è un ciclo. **Nella vecchiaia si ha il massimo declino dell'energia fisica e normalmente bisognerebbe avere la massima espressione dell'energia mentale.** Quando ci siamo condotti bene negli altri stadi, è così dev'essere nella normalità. Viviamo invece in una civiltà che considera l'anziano una cosa da rottamare. Oggi le demenze, le degenerazioni senili stanno aumentando per l'uso degli additivi alimentari e dei farmaci, in realtà stiamo minando il nostro futuro individuale, ma purtroppo anche il nostro futuro come specie, perché la tappa successiva è la rinascita, non la rinascita come individuo anagrafico, ma la capacità di trasmettere la vita infatti c'è il calo della fertilità. Se prendo come riferimento un ciclo vitale dell'essere umano posso benissimo vederlo sotto questi aspetti e posso vedere come ogni aspetto segue l'altro, secondo un circolo universale che non s'interrompe mai. E con questo ho detto una prima verità: ogni funzione dell'ambiente interno ed esterno sostiene quella successiva. Queste cose non sono slegate tra loro, ma sono tutte collegate, ed esistono sostanzialmente **due meccanismi di regolazione.** Se nell'utero il bambino non è stato ben nutrito, perché la madre di per sé ha un problema fisico o psichico attinente alla sua funzione, il bambino nasce con problemi, significa che non è stato ben nutrito nella vita intrauterina. Se il bambino durante la vita extrauterina, appena nato, ha una madre che non ha il latte, oppure si distacca dal figlio o lo trascura, avrà un problema nel suo sviluppo e quindi anche nel suo passaggio alla tappa successiva. Quindi ogni momento viene nutrito dal momento precedente, cioè riceve il flusso dal momento precedente ed è responsabile di quello che porta al momento successivo. Se abbiamo mal condotto la nostra adolescenza, la fase della piena maturità ne risentirà e arriveremo alla vecchiaia molto male, perché avremo nutrito male le nostre tappe una dietro l'altra. Questo vale per tutte le funzioni.

Abbiamo detto che l'est è tutto ciò che sorge: qual è la caratteristica di tutto ciò che sorge, è il lento o il veloce? È veloce, è dinamico. All'inizio però. Nel momento di iniziare abbiamo tutta la potenzialità del momento successivo da compiere, il germoglio non è il fiore e non è ancora il frutto, però mentre il frutto è la conclusione finale di tutto il processo che ha dietro, il germoglio è la massima espressione potenziale, esprime tutta la potenzialità di quello che avverrà dopo. Per questo se il bambino non è nutrito bene nelle prime fasi di vita la sua potenzialità sarà minata nelle fasi successive. Quindi l'est è il dinamismo potenziale. **Qual è l'organo fisico del nostro corpo che esprime più degli altri questo aspetto? Il fegato. Esprime rapidità, capacità di rinnovarsi, prontezza della risposta, capacità di adeguarsi. Il bambino si adegua molto più velocemente. Nel nostro corpo è la funzione epatica.** Il fegato nella vita fetale è un organo molto importante perché gestisce il sangue. È quello che potenzialmente esprime la massima capacità di movimento. Nella prossima lezione faremo le costituzioni, quando parleremo della costituzione Legno vedremo che queste persone per essere definite costituzione fegato, costituzione legno, chiamatela come volete, devono avere determinate caratteristiche.

Può essere obesa una persona che costituzionalmente ha in evidenza questi aspetti? Se è dinamico, se è veloce non può essere obeso. La donna legno può avere cellulite, ad espressione del fatto che il fegato mal condotto in quella costituzione non metabolizza bene gli estrogeni e questi si accumulano. Vedrete che è una donna che può avere i fianchi un po' più grandi del normale e che nella parte alta del corpo è sempre magra. Non ha la tendenza ad ingrossare in menopausa nella parte delle spalle e del seno. Tutto questo ci aiuta ad inquadrare la costituzione. Dobbiamo imparare ad ascoltare quali sono i momenti della persona. Se una persona dal punto di vista fisico non mi sembra che abbia granché della costituzione fegato, però poi la ascolto e mi racconta i sintomi che ha in quel momento e poi mi racconta la sua storia, posso trovarmi di fronte ad una persona che per varie ragioni sta vivendo un momento fegato. Cos'è il momento fegato? È il momento dell'alba, il momento della potenzialità, il momento dell'inizio, della velocità. Cambio lavoro, mi trovo in un posto di lavoro nuovo, in cui mi devo adattare perché magari c'è una maggiore frenesia, è un dinamismo di tipo fegato, per cui sono di costituzione di tipo centro, la madre tranquilla riflessiva amorosa piuttosto lenta. Ho questa costituzione però mi trovo a vivere in un ambiente, in una condizione diversa.

Chiaramente mi ammalero e avrò dei sintomi di tipo fegato. Non devo cercare la forma fisica del soggetto fegato/legno per decidere che la sua patologia riguarda quello, assolutamente no. Non solo, ma vedrete una cosa ancora più importante: immaginate un bambino che nasce di costituzione fegato. Tra le varie fasi della vita la fase della prima infanzia corrisponde all'alba, il bambino vivace, è mutevole, è irrequieto, il bambino sa adattarsi, ha un metabolismo velocissimo. Se vediamo un bambino che sta vivendo questa fase, ma è obeso, lento, tardo, obnubilato; questi sintomi nel bambino che sta vivendo questa fase sono molto più gravi perché esprimono qualcosa che è proprio contro il momento che sta vivendo. Un bambino obeso e rallentato, dal punto di vista prognostico, è molto più grave di un adulto perché sta esprimendo la fase della velocità. La causa è più grave e la soluzione più difficile.

Se trovo un individuo 40enne o cinquantenne lento, tutto sommato può essere in sincronia con la fase che sta vivendo. Immaginate un anziano che invece è schizzato, cioè nella fase in cui dovrebbe avere la riflessione predominante vive una fase legno di tipo fegato. Guardando una persona o ascoltando la sua voce si può avere subito un'idea delle direzioni da prendere, però non è detto che quella persona non possa avere i disturbi di uno qualsiasi di questi momenti. **Come parlerà un soggetto di tipo fegato? Velocemente e spesso mangiandosi le parole.** Se è in eccesso, se è un po' squilibrato, tenderà a parlare mangiandosi le parole. **Avrà quella che si chiama ansia di anticipazione. Tenderà ad essere uno costante secondo voi? Sarà uno che inizia tante attività e non riesce a portarne a termine nessuna, ha bisogno di cambiare.** Se è un maschio sarà un donnaiolo. È una persona che non riesce ad avere la completezza. Sarà un infelice, un irrequieto. Da un lato ha il vantaggio di essere dinamico, dall'altro ha lo svantaggio che se questo dinamismo è tirato troppo gli impedisce di compiere nella vita azioni che abbiano anche una fine. Questa è la patologia, che vedremo nelle costituzioni. Quindi l'est, il fegato, il legno, è tutto ciò che inizia.

Il sud cosa sarà come dinamismo energetico? È tutto ciò che fiorisce da tutti punti di vista. Quante volte vediamo un ragazzino o una ragazzina mingherlina da bambina e dopo qualche anno diciamo "è fiorita". **La pubertà è il momento della fioritura. La gemma che va in fiore.** Tutto ciò che fiorisce. **La persona che ha come costituzione principale questo aspetto sarà introversa o estroversa? Non solo sarà estroversa, ma anche brillante.** Anche il Fegato può essere estroverso, ma può essere un estroverso fastidioso. **Il sud è l'artista, è la persona che ha bisogno di fiorire.** Nella pubertà da un lato abbiamo il fiorire dell'aspetto ormonale, dall'altro abbiamo in realtà una nuova nascita, mentre **al momento dell'est è nato il corpo fisico, al momento del sud nasce il corpo mentale.** Il ragazzino fino al momento della pubertà dipende ancora dall'ambiente familiare e scolastico, dal momento della contestazione comincia a contrapporsi al mondo e a dire "io sono", mentre fino a quel momento aveva detto "io faccio parte". Questa è una seconda nascita, la nascita della personalità. **Dal punto di vista degli organi, qual è l'organo che esprime al massimo questa espansione? È il cuore che spinge il rosso del sangue e il calore dappertutto.** Vedremo qual è la forma della mano nel soggetto Cuore, Fegato, Pancreas, etc. **La persona della loggia sud nell'abbigliamento amerà i colori, i suoni, la luce.** In ultimo ho messo qualche riferimento alla sessualità delle varie tipologie, fondamentale per capire il modo di funzionare. Vedremo che a differenza degli individui di costituzione Rene questi individui, anche nel vivere i rapporti sentimentali, hanno bisogno della storia, di vivere l'aspetto sentimentale mentre all'opposto quelli (si riferisce alla loggia Rene) sono totalmente chiusi in sé stessi hanno fastidio, non vogliono parlare. Questo poi lo vedremo nei dettagli perché ci dirà come un individuo va incontro a certi tipi di patologia piuttosto che ad altri. Si dice che il maschio non è muscoloso come l'est, perché i muscoli fanno parte dell'est come movimento, ma sarà equilibrato, la donna amerà i gioielli, spesso ha i capelli rossi, ama essere ammirata, o all'inverso a non ammirare la bellezza, mentre al soggetto Rene non gliene frega niente, lui ama il potere. Non è antipatico, può anche amare il potere della mente. **I massimi filosofi sono soggetti Rene.** Anche i sadici sono soggetti Rene. Quindi in questa loggia potete mettere qualsiasi cosa che risponde al dinamismo "tutto ciò che fiorisce".

Di solito la tipologia sud in qualche modo non esiste, perché essendo una persona equilibrata, la persona non arriva mai dal medico. Questa loggia rappresenta il massimo dell'equilibrio e dell'armonia. In effetti corrisponde ad un periodo della vita, dai 15 ai 25 anni in cui le persone si ammalano di meno. Naturalmente questo dipende anche dalle diverse etnie umane, da noi più o meno è questa età.

Dai 25 ai 35, adesso si è spostato a anche fino ai 40-45 (oggi i figli li facciamo intorno ai 30-35), si ha la fase successiva, quella della floridezza.

Domanda: se sto in una certa fase della mia vita significa che il mio ambiente interno sta girando in un certo modo, nella maturità non posso avere più la vivacità di quando ero bambino, però se sono di costituzione Legno sarò comunque una persona anziana o matura vivace, non uno che si mette in pantofole davanti al televisore anche se di fatto non avrò più quella vitalità, soprattutto a livello fisico. Quando diciamo che strutturalmente ed energeticamente siamo fatti così, dobbiamo anche valutare la coerenza e l'armonia degli ambienti.

Se io ho questo ambiente interno mi trovo in quella fase della vita, se mi trovo in un ambiente di questo tipo... facciamo l'esempio della macchina da corsa, tipica funzione del soggetto est spericolato, rischia, si scoccia, deve cambiare macchina, chiaramente è un momento est, è ciò che inizia, quindi è turbolento. Tutti possiamo avere un momento est.

Adesso arriviamo al soggetto Rene che può essere più abietto ma anche il più nobile, il più elevato.

Il sentimento in un soggetto nord si esprimerà con la massima espressione della poesia, dell'amore. Dante Alighieri era un soggetto nord. Ha avuto il coraggio di far vivere l'amore di Beatrice dentro di sé per tutti i canti della divina commedia. Il passionale impulsivo è l'est, chi ama la passione e si muove per passione è il sud. La passione può essere vissuta in modo distruttivo, impulsivo ed è l'est. Può essere vissuta in modo costruttivo e creativo ed è il sud. Può essere deviata dal suo oggetto ed è il nord: il mistico, San Francesco d'Assisi fino ad una certa età della vita visse totalmente nelle passioni anche sregolate. Poiché era di costituzione nord, il saggio, quello che sa uscire da se stesso, improvvisamente ha trasmutato questa condizione ed è diventato un mistico. Il mistico è sempre un individuo nord. L'individuo sud ama la vita, questa vita, ama la gioia, i colori, i sapori della materia. Non è un gaudente che è diverso. Il nord ama trascendere la vita, cercare la vita altrove, non si accontenta, vuole di più. Nel volere di più può degenerare. Il più equilibrato è il sud ed è difficile trovarlo puro. Ha un dinamismo forte, ma non impetuoso e irresponsabile come l'est.

Cos'è il centro? L'abbiamo detto all'inizio, è tutto ciò che contiene, la madre, la casa, la terra sotto i piedi. Può essere turbolento qualcosa che ci contiene? Proprio non ha senso. **Ciò che ci contiene deve essere rassicurante.** La casa deve essere accogliente, la madre deve essere accogliente e rassicurante. Quindi dal punto di vista della velocità non è il lento, che può avere una valenza negativa, ma è il calmo, è la pienezza. Immaginate il trentacinquenne, esprime la pienezza perché è ancora nel pieno dell'energia fisica e comincia ad avere un equilibrio mentale: è la persona che ha messo radici e comincia a produrre nel mondo. Ci sono ventenni che sono già in condizione di essere padre e madre, ma normalmente non è così. Ci sono soggetti centro che a vent'anni sono delle ottime madri, ma se è un soggetto Fegato difficilmente sarà un'ottima madre a 20 anni. Il centro è tutto ciò che contiene, quando diventiamo capaci nel corso della nostra vita di contenere bene? In un'età della vita che non è certo i venti anni.

Qual è l'organo che più di tutti per noi è madre, ciò che ci sostiene, ciò che apporta il nutrimento fisico? È il pancreas per quanto riguarda gli zuccheri e la milza (s'intende il sangue). Il colore è il giallo, perché ancora vivace e non violento e non ancora spento, come può essere il nero e il bianco. Il bianco è un colore spento, per i cinesi è il colore del lutto. Il bianco è il colore di chi da vivo guarda la morte. È l'assenza di colore. Ad est abbiamo il verde e il blu, a sud abbiamo il rosso con l'accento di giallo, al centro il giallo, ad ovest abbiamo l'assenza di colore, il bianco, a nord il nero.

Qual è l'organo che esprime il momento dell'ovest? È la fase della maturità prima della vecchiaia, è la fase dell'esperienza. Con un po' di furbizia cominciamo a mettere a frutto le nostre esperienze, notiamo che la carica vitale si riduce quindi dobbiamo economizzare l'energia biologica, impariamo a sfruttarla. Il bambino spreca un sacco di energia, cosa che avviene anche nella fase del giovane, in modo meno caotico ma avviene ancora. Nella fase del centro questa energia viene usata per generare; che può essere non solamente generare un figlio, ma crearsi una professione, farsi una casa. Viene utilizzata per qualcosa. Essere contenitore per qualcosa, per un progetto, creare. Qui cominciamo ad avere meno energia, quindi vediamo come posso fregare un ventenne. **Usare intelligentemente qualcosa che so di non avere più in abbondanza.** Incominciamo ad amministrare l'energia. L'amministratore della giustizia, il giudice spesso è un soggetto metallo. Il metallo può giudicare, è uno che può decidere per gli altri. Se ad un certo punto si dice di lui "non ci sta più con la testa" significa che è entrato in patologia. Non è più nella fase Polmone, entra nella fase Rene. Oppure viceversa il soggetto Rene è uno che ha fatto il giudice tutta la vita e chiude con l'attività pratica e fa solo quella teorica e quindi modifica la legislazione, cioè può astrarsi e creare qualcosa, su un piano che può valere per tutti. Tant'è vero che il Taoismo diceva che... (i punti venivano chiamati anche draghi: il drago verde, il drago rosso, il drago giallo, il drago bianco e il drago nero) dicevano che **il drago rosso, massima espressione dell'energia e della saggezza insieme è il sole che sta dietro il buio e il punto della mezzanotte guarda di fronte la luce del sole, perché se una vita è ben condotta noi esprimiamo dal punto di vista dello spirito il nostro massimo.**

Perché l'energia si è fatta materia con il risultato che noi stiamo qua? Perché la parte spirituale che chiamano Shen vuole prendere coscienza di sé stessa, individualmente e non in modo generico, quindi utilizza questa sua trasformazione in materia perché nel corso di queste fasi della vita e quindi attraverso l'esperienza acquisti autocoscienza di sé stessa e diventi spirito **nella materia.** Non lo intendete in senso cristiano. Si tratta di energia che diventa cosciente di sé stessa. Oggi pensiamo di essere il corpo fisico per cui morto questo è finito tutto. Sappiamo di esser energia ma non abbiamo la forza di assumerlo come dato. L'ultima fase sarebbe quella più evoluta di tutte, se mal condotta diventa la più depravata di tutte. È la fine del ciclo che si predispone per iniziare di nuovo.

Il metallo è tutto ciò che si osserva: è la fase dell'apprendimento, questo vale anche per il topolino del laboratorio. Nel momento in cui il topolino impara che deve premere quel bottoncino per andare a mangiare il formaggio, ha appreso qualcosa. **Il tramonto è il momento della riflessione, della nostalgia, della tristezza. Un giorno è finito, è il momento in cui ci si guarda un attimo indietro: è passata questa giornata cosa ho fatto? È l'età della piena maturità, la fase prima della vecchiaia, quindi dal punto di vista dell'energia, questa sarà ridotta nella sua impetuosità, però sarà molto più ordinata e molto meglio utilizzata.**

Per il Rene è semplice: è tutto ciò che finisce. ... dal punto di vista degli organi, com'è il polmone rispetto al fegato? Pur essendo due organi pieni quale profonda differenza c'è tra i due? Il fegato contiene moltissimo sangue che ristagna, è caldo e pesante, è forte; il polmone è elastico.

Tutti i sistemi immunitari, tutte le patologie autoimmuni hanno a che fare col polmone.

Cos'è l'autoimmunità? Io ho contatto con sostanze esterne e imparo a distinguere me stesso, imparo a gestirle. **Quando questo meccanismo è alterato sopravvengono prima di tutto le allergie. Le allergie hanno a che fare soprattutto con cute, mucose e sistema respiratorio. Cute e mucose sono ciò che ci contiene, quindi stanno nella loggia centro.** Per il nostro organismo la pelle è ancora la madre, ciò che ci contiene e ci protegge. **Quindi il bersaglio di tutte le allergie è qui o al centro o all'ovest, o Milza-Pancreas, Pelle o Polmone. Al centro può avere eczemi.** Nelle prossime tre lezioni non faremo che parlare di questo. Tutto ciò che ci contiene che ci protegge, che ci nutre, che ci difende è al centro. Tutto ciò che ci permette di distinguerci, di conoscerci e di rapportarci a livello di conoscenza è all'ovest. Questo può valere per la fase della maturità, in cui esprimo al massimo la mia individualità rispetto agli altri, ma anche dal punto di vista del sistema immunitario che non è altro che distinguere l'altro da me. **Quindi tutte le malattie del sistema immunitario, artrite reumatoide, lupus, sclerosi a placche, hanno tutte a che fare col polmone. Mentre tutte le malattie degenerative, compreso il cancro hanno sempre a che fare con l'ovest e il nord.**

Ognuna di queste tappe è successiva, e nell'insieme esprimono un ciclo.

Qualsiasi funzione: la funzione ormonale, il sonno, il ciclo vitale, il modo in cui psicologicamente ci relazioniamo al lavoro, etc. Fortunatamente esiste un altro tipo di meccanismo che cerca di controllare e riequilibrare quando dall'esterno o dall'interno abbiamo un bombardamento di input negativi, ed è una forma di regolazione interna, per cui **ogni gruppo, ogni zona è regolata da quella che gli sta esattamente di fronte, per cui abbiamo questo tipo di regolazione girando sempre in senso orario.** Quando uno di questi meccanismi va all'inverso non solo è patologico, ma è un patologico grave che va verso la morte. Quando invece l'alterazione va nella direzione normale si tratta di un'alterazione funzionale, e quindi più facile. È come la marea montante di un fiume, se va lungo il corso del fiume è una cosa, ma se risale dal mare lungo il corso del fiume, come avviene in Cina e va contro corrente, allora crea disastri enormi. Allora la patologia è organica e molto più grave. Se ho un fegato che funziona troppo veloce, perché sono soggetto Fegato e sto vivendo una situazione caotica, ho un eccesso. Poiché so che ci sono dei meccanismi che regolano questo tipo di squilibrio, devo sapere che **la prima cosa che fa un Fegato in eccesso è portare pancreas e milza in vuoto. Come si manifesta nel modo più banale possibile? Con una ipoglicemia.** Il fegato consuma lo zucchero abbondantemente. Nel diabetico, quando invece il problema è qui... Facciamo l'esempio inverso: la persona è diabetica, ha troppo zucchero, ha troppo madre, ha troppo nutrimento, chi non avrà grossi problemi? Il fegato teoricamente tende ad andare giù. Il primo bersaglio di un disturbo è quello nel corso della corrente. **Consideriamo questa direzione (quella del ciclo di generazione o madre/figlio) come un fiume che scorre lungo vari tratti: la sorgente, il primo tratto dove scorre impetuoso, il tratto in cui scorre placido, poi all'ovest è il tratto prima della foce, in cui si dilata, si economizza, si gestisce bene, infine sbocca nel mare. Il tragitto interno (ciclo di inibizione o nonno/nipote) è come se fossero canali che in certi tratti del fiume possono regolarne il flusso in eccesso o in difetto. Se ho una glicemia alta, ho il diabete. Il primo organo che riceve l'insulto è il rene.** Tanto è vero che la medicina cinese dice che il diabete provoca danni renali e secondariamente ci sono danni al cuore.

Paradossalmente il fegato soffre di meno perché è il più lontano. **Quando subiamo un danno ad un organo il primo che ne subisce le conseguenze è quello che sta di fronte**, in questo caso se partiamo da Milza-Pancreas è il rene, ma se questa cosa che è caduta nel fiume e ha fatto partire una marea patologica è proprio forte, in seconda battuta interviene un danno o un fastidio al cuore, che da un lato è un danno, ma dall'altro è un tentativo di bloccarlo. Cioè il corpo cerca comunque di fronteggiare la situazione.

Di fronte a questo danno che può causare la morte, il rene assorbe l'urto, se è troppo forte lo assorbe il cuore, se è ancora forte lo assorbirà il polmone, e per ultimo arriva al fegato, ma a quel punto la persona è all'ultimo stadio (la retina, la cecità diabetica è l'ultimo stadio della malattia). Le prossime volte vedremo tutte le patologie delle varie logge. Nella loggia Rene possiamo mettere l'acqua che è la conclusione finale, il fiume che ritorna nel mare. Se lo guardiamo dal punto di vista dello spirito, lo Shen, che è stato confinato nella materia per un tempo, ritorna di nuovo nell'indistinto.

Quando valutiamo una persona non dobbiamo dimenticare due cose: la simultaneità dei sintomi in quel momento, cioè ciò che ha la persona in quel momento e la storia, cioè come ci è arrivata.

- Una si chiama **sincronicità**: ciò che presenta in questo momento.
- L'altra è la **diacronicità**: adesso hai gastralgie, ma dieci anni fa ce l'avevi? Adesso non hai più appetenza spasmodica per i dolci che c'era fino a tre anni fa. Questo mi dice tanto. Non basta guardare la fotografia del momento, ma anche la storia per capire la costituzione.

Nessuno è una tipologia pura, alcuni hanno degli aspetti più eclatanti e altri meno.

MEDICINA ENERGETICA CINESE

Docente: dott. Fausto Aufiero

3ª lezione

Oggi parleremo soprattutto delle costituzioni. Nella prossima lezione riprenderemo le patologie e nell'ultima porterò delle diapositive in cui vedremo la forma delle mani e della lingua e cercheremo di capire le caratteristiche di quello che diremo oggi visivamente. La volta scorsa abbiamo dato un'infarinatura dei cinque movimenti, oggi ne parliamo più dettagliatamente.

Abbiamo detto, nel corso dei primi due incontri, che ad un certo punto il padreterno si è seccato di stare da solo e si è reso conto che per creare qualcosa aveva bisogno di un movimento o un'energia che gli si contrapponesse, che abbiamo definito Yang o Yin, nessuna delle quali è brutta o cattiva. Una parentesi, nell'iconografia cristiana, nella bibbia questi due concetti esistono, non sono solo retaggio della medicina cinese, e vi dissi anche che da scavi effettuati recentemente in Cina i reperti più antichi corrispondono ad insediamenti ebraici, cosa che dimostra che nell'antichissimo passato ci sono stati collegamenti.

All'inizio abbiamo Uno, il Tao, l'Assoluto, Dio, chi vogliamo. Questo Uno per rendersi manifesto si deve scindere in Due, deve trovare lo specchio nel quale poter ricevere un'immagine di sé stesso. Quindi lo Yang e lo Yin.

Dicemmo che il massimo dell'informazione, lo Yang, il padre, il sole, etc. feconda la madre che è lo Yin, la luna, la notte, ed è la madre che genera gli esseri secondo un ciclo continuo. Dicemmo che il tempo evolve in modo ritmico, circolare. Infatti tutti i nostri ritmi biologici si chiamano cicli biologici: mestruale, del cortisolo, del sonno, etc. Adesso vedremo come è possibile inquadrare tutte queste cose in modo razionale, comprensibile soprattutto. Questo è uno schema didattico di comprensione della realtà. Oggi dobbiamo fare in modo che diventi semplice nella comprensione. C'è questa generazione con un ritorno, così come noi nella vita abbiamo una nascita, la crescita, la capacità di generare e la fine. Questo avviene sempre secondo un ciclo. Quando però l'organismo vivente e tutto ciò che esiste di manifesto è stato fatto, deve anche funzionare. C'è un aspetto costruttivo, l'ingegnere che progetta la costruzione del palazzo, le ditte che devono intervenire per costruirlo, siamo nell'ambito della dialettica Yin e Yang. Quando però questo palazzo è stato costruito, deve funzionare e il funzionamento avviene lungo il tempo, - ricordate **energia, materia o struttura o costruzione della forma, evoluzione lungo il tempo**. Dicemmo che **il tempo è come una spirale che procede sempre in una direzione. Il funzionamento dei sistemi manifesti, quindi dei sistemi viventi, quindi la ciclicità, secondo la medicina cinese è divisibile in cinque punti**, non di più, non di meno. Osserviamo la durata del giorno, tenendo presente che il modo di classificare e di suddividere occidentale è una convenzione. Cosa abbiamo nel corso del giorno? Abbiamo l'alba che sorge ad est, (possiamo dare un ordine, un orientamento). Se il sud è in alto, l'est sarà a sinistra, l'ovest sarà a destra, il centro l'abbiamo già spiegato, lo mettiamo qua. Vediamo se anche noi istintivamente utilizziamo questo tipo di suddivisione e non quella classicamente occidentale come le quattro stagioni o i quattro periodi delle ventiquattr'ore.

Loro ragionavano suddividendo in cinque. L'alba è l'est, il mezzogiorno quando il sole è allo zenit è il sud, ma secondo il nostro vissuto temporale interiore in realtà le 12 è ancora considerata mattina. Qual è il centro del giorno? Diciamo che dall'una alle tre. Quando produciamo il massimo, quando sentiamo che siamo al centro della giornata? È difficile che sia alle 12, anche se è molto variabile. Quando arriva il momento in cui cominciamo a dire che siamo stanchi e incominciamo a sentire che il ciclo di quel giorno volge al termine e facciamo un bilancio della giornata? Al tramonto. Tra il mezzogiorno e il tramonto c'è la parte centrale della giornata, ecco perché il centro. Dopo il tramonto troviamo la mezzanotte dove non c'è più coscienza, in effetti dovremmo dormire, c'è il buio e quindi la rigenerazione, in modo che il giorno dopo all'alba possiamo risorgere ricaricati di energia. Osserviamo l'anno: quando inizia l'anno? In primavera quindi la primavera è collegata all'alba. Il mezzogiorno dell'anno è l'equinozio d'estate, la giornata più luminosa dell'anno è il 21 giugno, ma voi avete la percezione che sia piena estate? Ma il massimo della luce è il 21 giugno. Parallelamente se il 21 giugno è il mezzogiorno dell'anno, la mezzanotte dell'anno è il 21 dicembre. Lo metteremo al nord. Come durante il corso della giornata abbiamo le ore due del giorno, c'è una fase dell'anno in cui c'è la pienezza dell'anno, questa fase corrisponde al centro. E poi abbiamo l'autunno naturalmente.

Stiamo cercando di dimostrare che il funzionamento del vivente obbedisce a cinque punti, che ogni ciclo si divide in cinque punti. Adesso lo vedremo a livello poetico, ma anche a livello biochimico. Andremo a vedere se tutto questo è vero. Ma prima costruiamo questi contenitori. Cos'è un contenitore dal punto di vista energetico?

È un cestino nel quale vado a mettere tutte le cose che sono unite fra loro non dalla logica ma dall'analogia. Se io confronto fra di loro le cose devo dire questa è una penna, questo è un registratore, questo è un foglio. Se utilizzo l'analogia, devo dire che anche se questa ha una forma diversa da quella è pur sempre una penna.

Domanda: in realtà il simbolo del Tao ci dice che nel momento della mezzanotte, quindi nel momento del buio più profondo c'è l'inizio della luce e nel momento del massimo della luce c'è l'inizio del buio. Quali sono di questi cinque gruppi quelli giovani e quali quelli vecchi? Considerando il giorno abbiamo, man mano che giriamo un progressivo invecchiamento fino ad avere il massimo dell'invecchiamento e poi di nuovo la nascita. **Il centro poteva essere solo tra i due giovani e i due vecchi.** La giornata, abbiamo l'alba, poi il massimo della luce, poi il tramonto, poi il massimo del buio: qual è il centro tra questi quattro? C'è un punto che costituisce lo spartiacque, dopo le due del pomeriggio inevitabilmente sentiamo che la giornata comincia a decrescere.

Noi abbiamo un 1, 2, 3 e 4, ci deve essere un punto nel quale possiamo dire è finita la crescita e comincia la decrescita. Se lo intendiamo nel senso del movimento quindi come un'onda, **gli estrogeni durante il ciclo mestruale** femminile con l'inizio del ciclo mestruale, il giorno prima cominciano a crescere, arrivano al massimo a metà ciclo e cominciano a decrescere fino ad avere le mestruazioni che è il nord, è il bambino che non è nato, e di nuovo risorgono, facendo esattamente questo. Qual è il centro del ciclo mestruale? È l'ovulazione. Quando la donna può generare? Durante l'ovulazione, quindi al centro c'è la madre. Tutto torna in un modo veramente eccezionale. Dobbiamo imparare ad usarlo.

Noi conosciamo attraverso due modalità la logica e l'analogia.

- **La logica è quella che informa tutto il nostro mondo occidentale: calcolo, quantità, peso, misure, analisi, scomposizione di oggetti.** Questa penna io la scompongo e poi trascrivo ordinatamente tutti i dati analitici ricavabili da questo oggetto. Però posso prendere un oggetto, scomporlo fino al livello molecolare, farlo letteralmente a pezzi, scrivere un numero infinito di informazioni, ma posso non aver ancora capito che cos'è. Il bambino che prende il giocattolo si diverte di più ad andare a vedere cosa c'è dentro, lo rompe, questa è la filosofia della scienza occidentale cioè della logica. Devo logicamente capire come è assemblato un oggetto. Devo logicamente capire i rapporti quantitativi. La logica è matematica. La scienza occidentale è meccanica.
- **L'altra modalità di conoscenza è l'analogia, che è quella capacità della nostra mente di collegare tra loro le cose in base alla funzione.** Posso avere infinite forme di penna. Tutti noi sappiamo che è un oggetto che serve per scrivere. Se viene un marziano sulla terra e vede questo oggetto, non capisce che cos'è. Non sa che cos'è. Se usa solo la logica lo fa a pezzi, ma ancora non ha capito che cos'è. Se invece arriva sulla terra e vuole lasciare un segno della sua presenza mediante uno scritto, avrà il problema di cercare un oggetto che abbia la funzione di scrivere. L'oggetto che ha la funzione di scrivere nella nostra lingua si chiama penna. A questo oggetto che ha questa funzione possiamo dare forme infinite, possiamo usare materiali infiniti, ma sarà pur sempre una penna. Cosa ci permette di capire che tutte queste forme sono pur sempre penne? La nostra capacità di confrontare in base alla funzione. Questa è l'analogia.

Senza questo aspetto noi non potremo conoscere, non potremo paragonare tra di loro le cose. Cosa è più potente o più importante, l'oggetto fisico che io tocco o l'idea che è dietro questo oggetto? Chiaramente tutt'e due, solo che **la scienza occidentale è sbilanciata molto di più verso l'oggetto, tanto da considerare reale, concreto, importante solo ciò che tocca e vede.** Questo non vuol dire che non sia importante, ma se io ho dentro di me l'idea della penna posso costruire infinite di penne, perché so qual è la funzione. L'idea dà la possibilità di costruire infinite penne. La singola penna in sé è un oggetto che io tocco, ma senza l'idea non è niente. Se ho l'idea per costruire e non ho il materiale con il quale costruirlo, la mia idea non serve a niente. Se ho solo il materiale ma non ho l'idea, quel materiale non serve a niente, quindi questi elementi sono interdipendenti. La scienza occidentale, la medicina, la fisica, sono polarizzate in modo eccessivo verso il materiale da costruzione, presupponendo che ci sia l'idea, (certo, mica sono stupidi), ma **non attribuendo alla potenzialità dell'idea l'importanza che ha; è un po' come ignorarla.**

Vi faccio un esempio clinico: una persona ha un mare di fastidi, un po' di mal di stomaco, un po' di mal di testa, dorme male la notte, vive il quotidiano con fastidio, va dal medico, cosa fa il medico? All'inizio dice: "non si preoccupi, non è niente passerà". Non passa e la persona ritorna, allora il medico dice "facciamo le analisi del sangue". Alle analisi del sangue tutto è normale, cosa abbastanza frequente. Stiamo parlando di disfunzioni, non di malattia. Il medico dice: "guardi lei non può stare male le sue analisi sono normali". Il paziente risponde: "Dottore, io sto male, la mia qualità di vita è pessima".

Allora facciamo una Tac, una radiografia, che esce perfettamente normale. La conclusione è la prescrizione di dieci gocce di sedativo la sera. Questo si fa normalmente, molto più di quanto non pensiate. Questo è utilizzare la logica: ho dei dati analitici, sono normali quindi il problema non c'è. E invece il problema c'è, eccome. La struttura di quella persona è normale, ma funziona male. Se il medico non comincia a ragionare in base alla funzione non potrà mai, non dico risolvere, ma capire che quel portato patologico del paziente è reale, che il paziente non è matto, e anche se fosse, anche quello sarebbe un disturbo che non va affrontato con l'etichetta di persona che è un po' fuori di testa e quindi gli va somministrato il sedativo o l'antidepressivo.

Torniamo al nostro grafico. Metto in un contenitore cose lontanissime tra loro come il neonato, il sorgere del sole, la primavera, le gemme che sbocciano, cose che hanno analogie con tutto ciò che nasce. Metto cinque cestini su questo tavolo e ogni cosa che ha la caratteristica e la funzione di "ciò che nasce" lo metto dentro questo cestino. Tutto qua. Sembra facile, però noi non siamo abituati a ragionare in questo modo. Tutto ciò che nasce è rapido o lento? Quindi se qui ho la rapidità, all'ovest avrò il rallentamento, al nord avrò l'immobilità. Oggi metteremo in questi contenitori oggetti virtuali o materiali. Virtuali può significare quali sentimenti corrispondono a questi cinque elementi? **Qual è lo stato d'animo che può caratterizzare ogni elemento? Mettiamo nei cestini le età che caratterizzano la vita:** l'infanzia, la giovinezza. La caratteristica del sud è che non ha ancora la maturità di essere padre o madre, ma biologicamente c'è la possibilità di farlo. Il contenitore del sud l'abbiamo definito come è tutto ciò che fiorisce. Se ad est dove c'è l'alba, la primavera, l'infanzia, abbiamo la comparsa della gemma, a sud abbiamo tutto ciò che fiorisce, che inizia nel mese di maggio e arriva al massimo nel mese di giugno. Tutto ciò che esplose, in senso positivo, che si rende manifesto nella sua massima bellezza. Vedremo che gli individui sud sono i soggetti più belli.

Al centro abbiamo detto che c'è tutto ciò che è florido, perché è vero che la ragazza fiorisce, quindi diventa la donna due o tre anni dopo il menarca, ma è anche vero che è dai 30 ai 35 fino ai 40 che esprime il massimo della sua femminilità, che significa la possibilità non solo biologica, ma anche mentale, di essere madre. Lo dicemmo anche con un altro termine: tutto ciò che nutre. Quindi se qui c'è la gemma e qui c'è il fiore, cosa ci sarà qui? Il centro e il centro tra questi due gruppi. Tutto ciò che nutre, il frutto.

A livello dei nostri organi, delle nostre funzioni qual è la massima espressione del nutrimento? Per le nostre cellule cosa ha la funzione della madre, cioè che porta il cibo, che circola dappertutto e porta ad ogni singola cellula il suo nutrimento, come la madre uccello che porta il cibo in bocca al figliolino nel nido. Perché la cellula non si può muovere e il sangue si muove. Ma nello stesso tempo è anche il pancreas, perché il cibo nelle cellule è l'ossigeno, ma anche lo zucchero, quindi il glucosio, ecco perché è il pancreas che gestisce gli zuccheri. Tutto ciò che nutre e protegge, questo è il ruolo della madre. Tutto ciò che ha questo tipo di funzione lo possiamo mettere nel cestino del centro.

Andiamo avanti facendolo quest'esempio vegetale. Se abbiamo la gemma in primavera, il fiore in estate, il frutto nel massimo della floridezza, nel momento in cui questo movimento comincia a nutrire e proteggere, cosa avremo nella tappa successiva? **Il raccolto** e la conservazione in previsione dell'inverno.

Questo non lo fa solo l'uomo lo fanno tutti gli animali: raccolgono i frutti e li mettono da parte. **È la valutazione di quello che ho, di quello che mi serve e di come devo conservarlo. È un momento di bilancio.**

Infine al nord cosa avremo del mondo vegetale? Qual è la cosa che si ha alla fine e all'inizio, qualcosa che sia quanto più dentro è possibile. Facemmo l'esempio della mela. Il seme sta al centro nella parte più buia, la parte Yang sta al centro del massimo dello Yin, quindi al Nord. Al momento precedente la rinascita. Vi trovate?

Il seme è il massimo della potenzialità il Yang nel cuore dello Yin: è il puntino bianco nel settore nero del tao. Seme è il massimo dell'informazione e il minimo di materia, quindi come tale ha la capacità di fecondare, lo spermatozoo e l'ovulo.

Nella minima quantità di materia ha il massimo dell'informazione. Se ci saranno le condizioni questo seme sarà in grado di generare e diventerà di nuovo gemma, fiore, frutto, raccolto, seme, secondo un ciclo che non si interrompe mai.

Nel contenitore dell'est mettiamo l'infanzia, dalla nascita fino la pubertà, dalla pubertà fino alla piena maturità mentale oltre che quella fisica mettiamo a sud, la giovinezza. La fase successiva corrisponde ancora al massimo della giovinezza, ma entra nella maturità. L'individuo ha un suo posto nel mondo è diventato autonomo, lavora, comincia a pensare di costruirsi un nido ed eventualmente di generare: questa è la fase centro. Periodo florido. C'è un legame tra il mezzogiorno, la giovinezza, il fiore, c'è un legame che è la funzione, il dinamismo con il quale queste cose lontanissime tra di loro si muovono. Il dinamismo è uguale. Questa è l'analogia. Questo significa collegare le cose tra loro in base alla funzione. **La funzione è dinamismo, quindi ritmo. Est ha un ritmo tumultuoso.** Nel periodo della maturità, intorno ai cinquant'anni, ad ovest posso ancora generare, ma dal punto di vista biologico è meno probabile. La cosa più importante nel periodo della maturità è il bilancio, la fase del bilancio: cosa ho fatto fino adesso, quante energie ho ancora prima di arrivare al buio. La maturità è questa: la pienezza mentale con la massima capacità di riflettere su ciò che ho fatto. Le persone di tipo ovest sono sostanzialmente dei grandi intellettuali, filosofi, giudici, coloro che sono in grado di decidere per gli altri.

Al nord trovo la vecchiaia, ma anche il seme. Nel massimo dello Yin c'è la massima informazione dello Yang. Avrò il minimo di energia fisica, ma se tutte le altre tappe sono state condotte in modo armonico dovrei avere il massimo della saggezza. Perché non sono più implicato nel mondo. Il soggetto ovest, quello che sa fare il bilancio, è ancora uno impelagato nella realtà del lavoro. È ancora responsabile di qualcosa, conduce, guida, è ancora preso nella realtà. È il padre che è capace di indirizzare bene i figli, ha ancora una responsabilità pratica, è implicato nell'operatività delle cose. **L'anziano è uno che si è sganciato, può meditare sul significato della vita, l'ovest non ha ancora tempo.** Se si vivono bene le tappe precedenti, ma non ci si chiede mai "ma io perché ci sto qui, qual è il senso di tutto questo, perché siamo diventati materia, perché lo spirito si è materializzato?" questo tipo di speculazioni ha a che fare con il nord, col vecchio che si è sganciato dalle necessità materiali, comprese quelle degli istinti. La persona che è presa dagli istinti biologici, la fame, la sete.

Qui la persona non è più responsabile, i figli sono già grandi e quindi può meditare. Quindi è un riaccendersi della luce, nella minima percentuale di materia. **Questi due (nord e est) hanno la caratteristica in comune rispetto agli altri tre gruppi che hanno la minima percentuale di materia con il massimo di potenzialità di energia. La differenza è che al nord c'è l'informazione chiusa, il seme, all'est, il bambino che nasce o la gemma, questo libro è stato aperto. Ma tutti e due hanno scarsa materia e molta informazione.** Perché il nonno vizia il nipote più di quanto non lo facciano i genitori? Perché non è responsabile quanto il genitore (teoricamente). Il nonno percepisce quella vita che sboccia come continuazione della propria vita che finisce. Per questo il nonno sta bene con il nipote. Abbiamo visto che il dinamismo è un modo di muoversi: come si muoverà l'est, il bambino, la gemma? Velocemente. Adesso stiamo parlando di normalità dopo parleremo di patologia. **L'est è tumultuoso, il movimento del bambino è rapido e tumultuoso. Nella patologia il bambino sarà ipercinetico, totalmente irrequieto. Il movimento del sud è vigoroso, veloce, ma soprattutto potente e ordinato.** Rappresentiamolo come se fosse un elettrocardiogramma, facciamo conto che è un'unità di tempo:

- il movimento dell'est sarà tumultuoso irregolare e rapido.
- il movimento del sud sarà potente con escursione ampia e regolare.
- il movimento del centro sarà meno ampio nell'escursione, ma forte e più lento. Rassicurante. Immaginate una persona che fa una cosa con la tranquillità di sapere che ce la fa.

Immaginate una madre che rispetto al bambino abbia un tipo di movimento come quello dell'est, sicuramente crea problemi al bambino. Se vediamo un bambino che è agitato guardiamo un attimo la madre. Possiamo capire un'infinità di cose avendo acquisito questa capacità di collegare in base alle funzioni.

- il movimento dell'autunno, della maturità, nel periodo del bilancio, rispetto alla propria energia, che fa questo cinquantenne?

Capisce che deve gestire bene la propria energia, rendendosi conto che non ha più vent'anni. Quindi deve fare in modo che un'energia che non è più quella dei vent'anni sia comunque efficiente. C'è un conflitto fra il cinquantenne e il ventenne: il cinquantenne dice "tu hai più potenza, ma io ho più esperienza, per cui per realizzare una cosa tu metti in pratica la tua energia maggiore, e quindi prendi questo sasso, lo alzi e mi fai vedere quanto sei forte, e io invece prendo una leva faccio meno sforzo, ma alzo lo stesso il sasso".

Quindi quest'energia sarà ancora più ridotta, ma assolutamente non irregolare, anzi è il massimo della regolarità. Il ventenne va in discoteca fino alle 5, poi alle sette si alza e durante il giorno fa l'ira di Dio. Il cinquantenne dice "se domani devo fare molte cose vado a dormire prima stasera, per cui domani sarò efficiente come lui". Per fare un bilancio deve riflettere, **questa è la funzione del tramonto: il bilancio del giorno, dell'autunno.**

Il ritmo sarà ridotto, regolare, più lento, controllato. Quello del bambino è tumultuoso, quello del giovane è coordinato, quello del centro è ordinato, quello dell'ovest è controllato.

Abbiamo trovato la parola: mentre nella logica è facile trovare le parole; quando entriamo nella sfera del paragonare le funzioni tra loro, le parole vengono meno, perché sono di una civiltà che ha funzionato molto in base alla logica e poco in base all'analogia. Quando entriamo in questi concetti dobbiamo decidere qual è il vocabolo che ci dà meglio l'idea della funzione.

Quindi meno potente ma controllato.

- **Il movimento del nord sarà il meno potente in assoluto, il più lento in assoluto, ma sarà come quello della corda o dell'arco che è immobile nella sua funzione, ma che può ancora scoccare la freccia affinché il movimento riparta.** Però è fermo. È un tracciato che non ha picchi, ma finché c'è vita c'è ritmo e vibrazione. È come quello precedente ma più dilatato. L'anziano è lento, riflessivo, non a scatti. Abbiamo anche degli anziani che sono nevrotici, ma qui stiamo parlando di una modalità normale.

La distribuzione degli organi

In questi cinque contenitori mettiamo in modo ordinato tutte le funzioni del corpo: tutto ciò che sorge, che genera, che all'inizio del movimento lo possiamo mettere nel contenitore dell'est. Questi contenitori li possiamo chiamare Legno, inteso come la pianta in primavera, Fuoco, Terra che nutre e sorregge, Metallo, Acqua. **Il metallo è qualcosa che ha una identificazione rispetto alla massa amorfa della terra e delle rocce, qualcosa che può intervenire a modificare.**

Il nord lo possiamo identificare con l'acqua. Noi arriviamo tutti alla fase dell'acqua ma è anche vero che nell'acqua risorge la vita, che l'utero è l'acqua. Senza liquido amniotico il bambino muore. Nessun seme può germogliare se non riceve una goccia d'acqua.

Qual è l'organo nel nostro corpo che è tumultuoso, cioè veloce nelle sue reazioni? Il fegato è l'organo fisico che gli dà questa tumultuosità. Una reazione biochimica: la bocca amara o il mal di testa che passa dopo pochi secondi mettendo limone e zucchero, o la nausea che proviene dal fegato che passa dopo pochi secondi che abbiamo messo una goccia di limone sulla lingua. Nella vita intrauterina, nel feto, il fegato è un organo enorme che prende tutta la cavità addominale e ha a che fare con lo sviluppo di tutto il corpo, degli ormoni, del sangue. Il fegato nella vita intrauterina e anche nella prima infanzia produce i fattori del sangue, poi subentra il midollo osseo.

- **Le cellule epatiche vivono molto poco.** Le transaminasi esprimono la mortalità di queste cellule, **hanno una vita di tre o quattro giorni, inferiore a quella della pelle.** In un mese, un mese mezzo il nostro fegato si rinnova completamente.
- **Le cellule della pelle hanno una vita di quattordici giorni.** La nostra mente statica e meccanica non riesce a concepire quanto siamo dinamici.
- **In un'ora i due reni filtrano qualcosa come due quintali di sangue** (per il numero delle volte che passa attraverso i reni). La rete vascolare totale non ricordo quante decine di chilometri è lunga. A cominciare dalle arterie e dalle vene e da tutto il circuito di capillari sapendo che ogni cellula si affaccia con un piccolo lato ad un capillare per avere il nutrimento. Ogni cellula è attaccata alla madre

Qual è l'organo imperatore del nostro corpo, quello che condiziona il flusso del sangue? Il cuore. Il sangue scorre in base all'impulso che gli dà il cuore, il sangue calmo è la madre, viene fatto circolare dal cuore. Il sangue nutre e protegge, porta via le tossine, toglie il pannolino alle cellule, come la madre. Quindi la **milza è intesa nel senso di sangue**, perché la milza non è altro che una grossa ghiandola raccoglitrice di sangue, che lo trattiene o lo rilascia, si contrae o si distende secondo che il bambino ha più o meno bisogno di madre. Cioè se deve far aumentare la massa sanguigna circolante o la deve far ridurre: è una spugna di sangue. E abbiamo il **pancreas che gestisce lo zucchero**, il glucosio, quindi l'altro aspetto del nutrimento, che nutre ogni singola cellula del nostro corpo.

Qual è l'organo del nostro corpo che corrisponde a tutto quanto abbiamo detto, un movimento meno potente ma controllato, che ha ancora una funzione di nutrimento, ma meno materiale della madre. Abbiamo detto che man mano che si va avanti c'è più energia e meno materia. Quindi qui abbiamo il polmone. Ed ora una cosa bellissima: cosa abbiamo detto al livello di dinamica del movimento? Qui abbiamo un movimento potente e coordinato, qui abbiamo movimento meno potente ma controllato. Pensiamo al cuore e al polmone.

- Il movimento del cuore in condizione di normalità è potente e coordinato, infatti è ritmico, ma non è controllabile.
- Il movimento del respiro è controllabile. (Nell'unità di tempo il cuore batte 85 volte, il polmone si espande e si contrae, quindi compie lo stesso tipo di dinamismo, ma lo fa da 16 a venti volte). Sul ritmo del polmone io posso intervenire con la volontà (è la fase del bilancio, è la fase intellettuale del controllo della gestione).

Infine qual è l'organo che a che fare con il nord? Il rene.

Quali sono i sentimenti, gli stati d'animo che possiamo collegare a questi cestini e che siano coerenti con tutti gli altri oggetti che stanno nel cestino? In questi cestini non posso mettere un oggetto fisico o chimico che abbia un dinamismo diverso dagli altri.

- Il sentimento, lo stato d'animo dell'est o del fegato sarà uno stato d'animo tumultuoso e spesso incontrollato: la rabbia.

Per capire la distinzione tra rabbia e gioia dobbiamo capire cosa significa essere impulsivi. Essere impulsivi significa compiere un'azione senza averne piena coscienza, per cui spesso ci pentiamo di averla compiuta. Ho lo stato di rabbia e poi chiedo scusa. La gioia non è impulsiva, la gioia non è uno scatto, è una fioritura. La rabbia ha un oggetto verso il quale si ha un moto incontrollato. Il fegato ha l'irritabilità che è lo stesso tipo di movimento, è una rabbia rivolta contro sé stessi. Sono irritabile perché c'è qualcosa, ho questo movimento rabbioso a scatti, per cui rispondo in modo irritato.

Cosa esprime il rispondere in modo irritato dal punto di vista del dinamismo del movimento? Si tratta di un movimento scoordinato, non adeguato alla situazione, reagisco in modo improprio, senza riflettere. La gioia è diversa, perché deriva dal fatto che sto nel periodo della fioritura, che ho un cuore che ha un'energia potente, efficiente e non caotico, che esprime al massimo la pienezza biologica di me stesso. Sto nel massimo della luce, quindi la gioia è la fioritura di questo stato d'animo.

Non è la gioia incontrollata che fa male al cuore: una notizia gioiosa eccessiva può far venire un infarto molto più di una cattiva notizia, questa è statistica, non lo dicevano i cinesi. C'è un maggiore impatto sul ritmo del cuore da una improvvisa notizia positiva che non da una negativa, perché da quella negativa viene subito messo in atto un controllo, da quella positiva non ci si difende.

Quale può essere lo stato d'animo della terra? Possiamo definirne diversi, la tranquillità, la pacatezza, la riflessione, non il ragionamento, non il bilancio. La riflessione significa compiere delle azioni adeguate all'evento. È la madre che accudisce in modo appropriato il proprio bambino, cioè compie una serie di azioni adeguate a quella situazione, riflette. **La riflessione è nella normalità, nello squilibrio abbiamo la preoccupazione. Diciamo che la rabbia è l'aspetto patologico dell'impulsività, che è l'aspetto normale della loggia Legno.** Quando si squilibra sopravviene la rabbia. Ognuna di queste logge ha un doppio aspetto iper o ipo. Quanto più oggetti mettiamo, diventerà più semplice paragonare le cose.

Il sentimento patologico del polmone è la tristezza, ma il sentimento normale è la malinconia. È una persona malinconica, che non è detto che debba essere un musone. È un soggetto che non è scoppiettante, può essere malinconico, ma non triste. Può essere un nostalgico. **Questi sono gli aspetti patologici: tristezza e nostalgia.**

Infine il sentimento normale del rene è la paura. La paura è un sentimento normale non è patologico, **la fobia è patologica.** Il terrore è patologico. **I bambini autistici sono del nord, gli schizofrenici sono del nord.**

Gli epilettici hanno un elettroencefalogramma identico a questo: gli epilettici sono dei malinconici (chi ha letto Dostojewski), sono dei Metallo che ogni tanto esplodono con questa ondata di est. Dobbiamo immaginare che il vivente funziona come se ci fosse un rapporto armonico fra i cinque contenitori, ma sotto i cinque cestini c'è il tavolo che li regge tutti. Quindi noi abbiamo tutti e cinque i cestini che interagiscono tra di loro. Cominceremo a vedere **come interagiscono tra di loro, che rapporto c'è e come funzionano quando sono in armonia e quando sono in disarmonia.**

Quando sono in armonia tutto è silenzio, il corpo e la mente funzionano in modo efficiente senza fare rumore, come uno strumento che è docilmente efficiente nelle mani di chi lo guida. Ma quando c'è la malattia, uno di questi gruppi, uno, due o tre, incomincia a fare rumore e sono i sintomi. Rumore, sintomi, significa impedimento alla normale condizione di vita: mi alzo al mattino e devo fare dieci cose ma ho mal di testa che mi impedisce. I sintomi della malattia sono un impedimento e poiché sono di tanti tipi ed è un caos, ma noi abbiamo un'arma formidabile per prendere questi sintomi e metterli nei vari cestini e quindi capire da che lato dobbiamo cominciare a riequilibrare quella persona.

Prima di vedere i rapporti di relazione e interrelazione tra questi gruppi dobbiamo dire qualcosa sulla tipologia.

Per semplificare prendiamo un individuo adulto e tenendo presente queste caratteristiche, vediamo di capire una persona che esprime la predominanza di quel gruppo piuttosto che di un altro (non che non abbia in sé le componenti di tutti i gruppi).

Queste tipologie nella pratica non esistono: non esiste un soggetto che sia Legno, si parla solo di predominanza. Spesso abbiamo la predominanza di un gruppo, con la coesistenza di segni di un altro gruppo. Ho detto prima che quando tutto è in armonia tutto è silenzio e la persona è in equilibrio. Quando c'è uno squilibrio abbiamo la predominanza di uno di questi gruppi che può essere la comparsa improvvisa di sintomi acuti, come può essere la costituzione di quella persona.

LOGGIA LEGNO/FEGATO

Facciamo un'astrazione e diciamo che **un soggetto in cui c'è una predominanza della funzione Est avrà movimenti rapidi**, non può avere movimenti lenti, non può essere rallentato nel parlare, tenderà a non essere in soprappeso. Stiamo parlando sempre della normalità, perché poi vedremo a quali anomalie va incontro il soggetto a predominanza Legno. **La donna Legno va incontro alla cellulite**, che è l'unica vera forma d'ingrossamento della donna Legno che non sarà mai grossa nella parte alta del corpo. Non avrà mai un seno quinta taglia. Avrà una tendenza all'ingrossamento dei fianchi (questa è una nota patologica). **Sarà dinamico, parlerà rapidamente, e nella patologia si mangia le parole quando parla. È impulsivo e quindi tumultuoso.** Una volta che abbiamo capito la modalità e il dinamismo non ci vuole molto a capire una persona. **Ha bisogno di cambiare spesso** che nell'equilibrio è una virtù, è la capacità di adattarsi rapidamente alle situazioni più varie. A livello patologico è la persona che non è capace di portare a termine niente perché si stanca prima, ha bisogno di cambiare, è inconclusivo, non perché non è capace, ma perché si stanca. Avrà quindi queste onde irregolari. Sarà dominato dalla nozione di movimento. Se è un bambino non sta fermo seduto, sarà irrequieto, metterà a soqquadro tutto, deve esplorare, deve toccare, deve smontare. È il suo dinamismo. Il suo movimento è legato alla condizione di contrattilità. **Nel nostro organismo la capacità contrattile dei muscoli corrisponde alla funzione fegato e questo è vero perché la fibrocellula muscolare si muove se ha un fegato che aiuta il sangue, che depura, rendendo il sangue capace di trasportare l'ossigeno e il glucosio che hanno a che fare con il polmone e con la milza.** È il fegato che rende capaci. La madre non può essere tale se non ha un minimo di adattamento al bambino. Sono sempre presenti tutti i gruppi, qui stiamo parlando solo di predominanza. **È la persona che fa palestra, a cui piace muoversi, va a correre.** Nella patologia ti dice di essere ansioso e si scarica quando va in palestra. Scarica la tensione accumulata nei muscoli. La tensione muscolare è il movimento represso, è l'aumento dello stato di contrattilità di base. Abbiamo un tono muscolare di base, per cui i nostri muscoli non sono mai totalmente rilassati, è il tono normale. Ci sono persone che hanno una riduzione di questo tono, ipotonicità. **A volte ci capita di svegliarci ipotonicità, ci svegliamo con la difficoltà di movimento: è il fegato che durante la notte non ha provveduto a ripristinare le riserve di zucchero nei muscoli, non ha aiutato la madre. Non ha detossificato, non ha provveduto a portar via la spazzatura.** Però abbiamo un esame dopo un'ora, per cui interviene l'adrenalina e siamo ipertonici. Cioè lo stato di tono normale dei muscoli aumenta per cui diventa eccesso di tono. E questo è l'ipo e l'iper dell'est. **I soggetti ansiosi sono spesso Est.**

Questo non significa che tutti quelli che sono ansiosi sono Est, ma che quel soggetto che può essere Fegato, Cuore, Terra, etc., in quel momento attraversa un dinamismo di tipo Fegato. Se in un soggetto di tipo Centro, quindi madre, Milza-Pancreas, subentra un'ansia, chi la patisce di più? **L'ansia è un movimento esagerato del dinamismo Fegato, è chiaro che la patisce, ma ne esce facilmente e passa oltre, quanto più andiamo avanti nei gruppi, tanto più sarà vissuto peggio.** Abbiamo l'ansia che è una esagitazione di alcuni stati mentali tumultuosi, incontrollati che somatizzano creando contrazioni o iperfunzioni: gastrite, ipertensione ansiosa, dolori cervicali, dolore ai trapezi per eccesso di contrattura, quindi è un movimento che ha un dinamismo di tipo Fegato. Detto questo vediamo chi ne patirà di più. A livello di intensità, di violenza, il soggetto Fegato ne patirà di più. Se al soggetto Fegato capita una cosa che lo porta fuori giri gli verrà un'ansia molto intensa, ma sarà anche quello in cui l'ansia si riduce più velocemente. Andrà in ansia molto facilmente, ma ne uscirà molto facilmente. Lo stesso evento stressogeno colpirà con maggiore difficoltà un soggetto Cuore, con ancora maggiore difficoltà un soggetto Terra e via dicendo. Però se arriva a colpirlo... facciamo conto che sia un soggetto Milza-Pancreas, un soggetto riflessivo, pacato, centrato su di sé, ha la piena consapevolezza della sua energia, per cui l'evento stressogeno non lo colpirà facilmente. Per colpirlo richiederà tempo. Immaginiamo questo soggetto riflessivo che può fare l'impiegato, fa un lavoro metodico, tranquillo, sarà affidabile, efficiente, però deve avere i suoi tempi. Arriva il capufficio che gli porta una montagna di pratiche e minaccia di licenziarlo se non fa tutto entro mezzogiorno. Magari la prima volta ce la fa, ma se la sollecitazione stressogena continua, andrà in patologia e sarà molto più grave. Per cui subentrerà l'angoscia di non farcela e comincerà ad avere una serie di fastidi legati non al fegato, ma alla Milza-Pancreas: gli schizzerà la glicemia alle stelle, gli salirà la pressione. **I soggetti Fegato difficilmente diventano diabetici, perché il fegato lavora veloce e consuma zucchero.** Lo stesso evento con funzione patogena e dinamismo di tipo Fegato crea patologia attinente al dinamismo della loggia che lo subisce. Abbiamo continuamente questa interfaccia tra noi e l'esterno. L'esterno, così come per gli organismi viventi si muove sempre ed esattamente secondo questa dinamica. L'ansia sarà peggio per un soggetto Rene, perché sa che non ce la può fare, quindi parte la paura. Però è anche vero che il Rene è quello che meno facilmente entrerà in ansia perché è il più lontano da quel tipo di evento. Qualora ci fosse una presa è quello che lo patisce di più perché non ha più difese. **Continuiamo con il soggetto Fegato: non tenderà ad aumentare di peso, sarà proporzionato nella forma del corpo.** Nel corso degli anni sarà un soggetto molto fertile, maschio o femmina che sia. Quando sarà nella fase Milza-Pancreas sarà una delle donne più fertili, avrà una regolarità mestruale, con cicli ovulatori fecondi. **Può avere dolori mestruali per la contrazione dell'utero, la dismenorrea è un disturbo Fegato,** presente maggiormente nella donna con questa costituzione e quando compare in una donna di altra costituzione è comunque una manifestazione di tipo Fegato. **La dismenorrea è l'eccesso di contrattura dell'utero nella fase premenstruale.** Avrà un menarca precoce, mai a quindici anni. Avrà una menopausa tardiva, a 50-55 anni. Avrà problemi, dopo la menopausa non di mascolinizzazione, **ma andrà incontro a patologie di tipo cardiovascolare legate sempre al fegato, contrattilità, ritmo, tumultuosità.** Compariranno anomalie del ritmo cardiaco, e disturbi della tiroide. La donna Fegato ha con estrema facilità nel mondo di oggi patologie della tiroide. **Gli ormoni tiroidei servono ad accelerare il metabolismo, quindi è una funzione Fegato.**

Se dobbiamo mettere la tiroide in uno di questi luoghi la mettiamo qui. La tiroide risponde alle sollecitazioni esterne o interne. Se ho tanti eventi stressogeni, per adeguare il mio corpo a questi eventi ed essere in condizione di rispondere, la prima ghiandola endocrina che si attiva è la tiroide, che comincia a funzionare di più per fare in modo che tutti gli organi funzionino di più e io diventi capace di far fronte allo stimolo. Oggi tutti facciamo una vita in cui le pressioni sono notevoli. La donna Fegato ha già di per sé questa velocità, e lo patirà di più, avrà tutti i distiroidismi, con la tiroide che comincia a funzionare di più, poi comincia a non farcela più e a rallentare, e finirà con il prendere l'Eutirox. **Il soggetto Fegato ha la carnagione olivastra, il classico meridionale, la donna siciliana, con occhi neri, molto brillanti ed espressivi, molto mobili, che parlano. Tendono ad abbronzarsi molto facilmente, non prendono le scottature e hanno un colore scuro dei capelli.**

LOGGIA FUOCO/CUORE

Il soggetto Cuore è quello più lontano dalla depressione, è il soggetto a cui piace godere la vita nei suoi aspetti belli. Mentre al soggetto Polmone piace godere la vita mangiando, gli piace portare dentro, raccogliere, al soggetto Cuore piace la bellezza della vita: colori, suoni, amerà musica e pittura, avrà un'indole artistica, amerà vestirsi in modo colorato e non uniforme. Teoricamente essendo il gruppo in cui c'è il massimo della potenza, non ammalia mai. È la persona che a cinquant'anni non ha visto un medico. È la persona che esprime al massimo l'equilibrio, che ha la massima espressione di quella potenzialità che è diventata attuale. La mano è la più bella, sarà a raggiera, tende spontaneamente ad avere l'unghia a punta, mentre la mano fegato è piuttosto regolare, ma tende ad essere nodosa. La mano Cuore è elegante. **La donna Cuore tende a curare sé stessa, a non trascurarsi, ma non solo per vanità,** le viene spontaneo. È naturale per lei avere cura dell'immagine di sé. Le piacerà la luce in generale. È abbastanza in equilibrio. Potrà avere le sue patologie soprattutto sul cuore. **Il soggetto Cuore ha i capelli rossi o biondi.** La patologia della gioia non c'è, se vira lede il cuore. Il soggetto Cuore per antonomasia non ammalia. Quando ammalia vuol dire che ha predominato di gran lunga un altro gruppo. **Il giovane Cuore è imperioso.**

LOGGIA TERRA/MILZA-PANCREAS

Il soggetto Milza-Pancreas/ Terra non è rallentato, è pacato. Compie il movimento con potenza, ma pacato. Mette in atto l'energia che serve per fare una determinata cosa, mentre il giovane del Sud lo fa in modo coordinato, ma con energia, si china rischiando il colpo della strega, la Terra compie il movimento con pacatezza. **È un individuo tranquillo, rassicurante, che fra il pensiero e l'azione interpone la riflessione.** Non è la persona alla quale si può chiedere un'azione di tipo impulsivo. Posto di fronte ad azioni rapide si trova in difficoltà. Ha bisogno di riflettere prima di agire. Esistono nel mondo esterno situazioni in cui serve l'azione del Fegato, in cui serve l'azione del Cuore, etc. Immaginiamo una battaglia, uno stato che decide di fare guerra ad un altro stato. Il Rene: valutazione della necessità teorica. Poi bisogna che ci sia qualcuno che abbia esperienza: il Polmone.

L'imperatore, che è il Sud e anche il Nord; sono sullo stesso asse: l'imperatore del Sud è l'imperatore solare che sta sul trono, l'imperatore del Nord è il consigliere che sta dietro di lui, che dice: "nel comandare l'impero che hai davanti devi avere una filosofia, una saggezza, e la saggezza è al Nord, quando tutte le esperienze sono state fatte. Abbiamo detto che è il vecchio

che è sganciato dalle responsabilità e ha la capacità, il tempo e la possibilità di fare filosofia, di capire il senso delle cose”.

Il drago Nero che sta dietro al drago Rosso consiglia, perché dietro la luce del sole c'è il buio e dietro al buio c'è di nuovo il sole. Sono due cose che s'informano l'una con l'altra, sono il massimo dello Yang e il massimo dello Yin. Rispetto agli esseri, all'impero, a ciò che è manifesto, sono il massimo della saggezza. L'imperatore che è seduto nell'espressione della sua saggezza, il massimo dello Yang, dietro nell'ombra ha il massimo dello Yin che genera per lui le idee e lui le trasferisce nei diecimila esseri, quindi amministra l'impero. Decide di fare la guerra. La necessità e il senso di questa azione è il Nord. Affida a generali anziani il compito di stilare un piano di battaglia. Come dobbiamo organizzarci? I Polmone sono i generali che hanno esperienza. Ora ci vuole qualcuno che programmi l'approvvigionamento delle truppe quindi mi rivolgo ai sottufficiali, ciò che nutre (pancreas). Non posso condurre una battaglia senza calcolare l'approvvigionamento delle truppe. A questo punto sono pronto per la battaglia e ci vuole il soldato che ha il coraggio di andare in battaglia. In battaglia, in certe situazioni non c'è tempo di riflettere, bisogna agire. E non soltanto, devi avere fegato. Immaginate se il ruolo di comandare la battaglia sia affidata a generali che hanno una struttura fegato, è una tragedia. Oppure immaginate se fosse affidato ad un soggetto Terra che tra il pensiero e l'azione deve frapporre riflessione e si trova in prima linea con il nemico che gli punta il fucile. Ognuno di questi dinamismi è conforme ad una modalità esteriore. Il problema sorge quando la modalità esteriore non corrisponde al dinamismo che abbiamo dentro, però se noi conosciamo in parte i nostri dinamismi, così come quelli di un paziente, e poi conosciamo il vissuto che ha nella famiglia, nei rapporti con i parenti, nella vita, possiamo capire perché si ammala e in che direzione si ammala.

Il soggetto Milza-Pancreas strutturalmente è pacato, tranquillo, riflessivo, non è nervoso. Tende ad essere florido. Non sarà obeso, freddo, umido e grasso, sarà in carne. Quando si dice di un soggetto che è in carne si parla di un soggetto che è Milza-Pancreas o è in una fase Milza-Pancreas. Un detto cinese dice: “la Milza si vede dalle labbra”. È una persona che ha labbra carnose. Non sarà un soggetto longilineo dall'aspetto nervoso. Non avrà movimenti rapidi, imperiosi, come il sud. La Milza avrà un seno grande, tenderà ad aumentare nella zona centrale del corpo: tende alla rotondità centrale. Nei maschi, ci sono persone che hanno ingrossamento dello stomaco, che hanno fianchi piccoli e sedere piatto, e ci sono maschi con un salsicciotto ai fianchi, cuscini e cuscineti e non sono senza sedere. Quello senza sedere è polmone e rene. Ancora non ci siamo arrivati, ma in ogni tipologia c'è un aspetto Yin e un aspetto Yang. Quando il Rene va nell'aspetto Yang è il surrenalico, quello che ha un eccesso patologico di energie, diventa rosso in viso, grosso nella parte alta del corpo. Però è uno stato successivo. Adesso fissate gli aspetti di base.

Il soggetto Pancreas è florido, non particolarmente alto, avrà una mano carnosa, calda e piacevole da stringere, rassicurante. Ogni momento e ogni persona che incontriamo che ci dà questo ritorno o è un soggetto Milza-Pancreas o sta vivendo un momento tale. Ogni donna in maternità attraversa questo momento. La donna Fegato non è una cattiva madre, ma deve frenare una sua tendenza all'impulsività. La madre migliore, la madre per eccellenza è il soggetto Milza-Pancreas nei suoi trent'anni.

Anche gli altri soggetti possono essere buone madri, ma hanno più difficoltà. Così come un dirigente, un giudice ideale è quello che nella fase Polmone è un soggetto Polmone. Immaginate un giudice che è un soggetto Fegato e di fronte ad un imputato che dice qualcosa si irrita e lo condanna. Non è un buon giudice, non è stato imparziale, non ha fatto un bilancio dell'accusa e della difesa.

LOGGIA METALLO/ POLMONE

Il soggetto Polmone è un soggetto ponderato, quello che in patologia è il furbo, cioè utilizza la sua esperienza a proprio vantaggio. Nella normalità è una persona capace di giudicare. Avrà una debolezza polmonare, così come il soggetto Terra avrà una debolezza del pancreas con tendenza al diabete. Tutti e due hanno a che fare col nutrimento. La Terra con un nutrimento più materiale che è il cibo, il Polmone con un nutrimento meno materiale che è l'ossigeno. Quali saranno le patologie a cui vanno incontro? Allergie, asma, disturbi gastrici e colitici. Tutte le patologie gastriche, tutte le colonpatie spastiche o atopiche hanno a che fare con questi due gruppi. Le affezioni del sistema digerente e del sistema respiratorio hanno a che fare con questi due gruppi. Se ho un soggetto Fegato posso avere una colite, perché avremo un bersaglio che si ripercuote da quella funzione sull'altra. **Il polmone è un longilineo, incurvato, o meglio l'intellettuale cinquantenne che non ha un'espressione muscolare delle spalle, di solito tende ad avere il naso ben pronunciato, sprizza intelligenza, lo sport non gli è congeniale. Ama il golf, è una tipologia inglese, ama cose che richiedono riflessione, perché su quello è forte.** Di queste ultime logge parliamo meno, perché da questo punto in poi tutto tende a rientrare. L'epatico lo inquadrare subito, il Polmone e il Rene avrete molte più difficoltà. Sono logge con minori espressioni esteriori e più difficili da identificare.

LOGGIA ACQUA/RENE

Infine il soggetto nord è freddoloso. Avrà una serie di patologie di tipo osteoarticolare, anche da bambino. Tende all'imbibizione. La sua mano è spesso sudaticcia di sudore freddo, è viscida. Se vogliamo usare un termine psichico è una mano falsa. È vero che c'è il massimo della saggezza, ma dall'altro aspetto possiamo avere il massimo della perversione. Abbiamo una situazione di una persona che non ha più struttura fisica o non l'ha mai avuta, che non ha capacità di difesa. Vedremo che tutte le patologie immunitarie da raffreddamento hanno a che fare con questi due gruppi, Polmone e Rene.

Dal punto di vista meteorologico:

- l'Est è il vento, ciò che porta cambiamento.
- il Sud è il sole e il calore.
- il Centro è l'umido dell'afa, non quello dell'acqua. È il vapore acqueo che deriva dal calore. Stiamo parlando di una modalità espressiva del vivente. L'umido è ciò che permette la generazione: abbiamo detto che se i semi non hanno acqua non germogliano.
- il Metallo è il secco. Il periodo più secco dell'anno è settembre, quando le foglie cominciano a cadere. Il secco serve per la raccolta.
- il Rene a Nord avrà il freddo, che dà la caratteristica principale del Rene: il freddo che penetra nelle ossa.

Le ossa sono a nord, a livello del Rene, dove c'è il sale minerale, la forma meno vitale. Il fegato è quello tumultuoso, il cuore è ordinato, il sangue è rassicurante, scorre potente e tranquillo, il polmone è l'ossigeno che posso controllare, il rene è ciò che resta quando la vita finisce: l'osso. Ciò che c'è di più statico, di più secco, di più privo di acqua. Il seme è un'informazione concentrata, asciutta e secca. L'immortalità è a nord. Dove si muore e si rinasce. Ricordate sempre che non abbiamo tipologie pure.

Stiamo vedendo queste funzioni del nostro corpo che sono da un lato aspetti totalmente psichici, dall'altro aspetti totalmente fisici, gli organi, etc. ma sono la stessa cosa. Ognuno ha lo stadio precedente e il successivo. Se il precedente non mi ha passato l'energia in modo corretto, io non sono adeguato. Se l'ho ricevuta in modo corretto, ma mi sono squilibrato, non potrò passare sufficiente energia al successivo. **C'è un rapporto di filiazione. Nel linguaggio tradizionale della medicina cinese è la legge madre/figlio:** ognuna delle nostre funzioni dipende da quella precedente ed è il presupposto per quella successiva. Se nella funzione renale, durante la notte non ho avuto una efficiente depurazione del sangue, non ho avuto un ripristino dell'energia esaurita durante il giorno. Noi abbiamo il momento rene, il momento della morte nel sonno. In quel caso è una morte dalla quale risorgiamo come coscienza. Non potrò avere un risveglio efficiente, oppure ho un risveglio efficiente e durante la mattina prendo cinque caffè e fumo quaranta sigarette. Con questo tipo di squilibrio che ho fatto nel momento est della mia giornata a cosa posso andare incontro? Aritmie, squilibrio del cuore. Ma lo squilibrio del cuore farà muovere male il sangue. Chi è il sangue, la Terra. E se il sangue si muove male potrà mai ossigenarsi bene quando passa per il Polmone? Avrò poco ossigeno. Se ha poco ossigeno, quando passa nella fase renale, quindi durante la notte, potrà garantire la necessaria depurazione? La notte si fa il bucato dentro di noi. **Ogni funzione aiuta la successiva.** La medicina cinese diceva: questi cinque cestini possono restare in armonia tra di loro solo in rapporto di generazione successiva, perché abbiamo tutta una serie di bilance dentro di noi, per cui se abbiamo un eccesso di potassio (e questo è un dato di medicina occidentale), facilmente avremo un calo del calcio nelle analisi del sangue. Se abbiamo il fosforo alto avremo il sodio basso. Se avrò una ipoglicemia, con zucchero al di sotto del minimo, avrò la madre in difetto. In ognuno di questi gruppi potrò teorizzare un eccesso o un difetto. Se ho una ipoglicemia perché non ho mangiato, la funzione madre va in difetto, lo zucchero del sangue si riduce. Qual è il primo organo che patisce? Il primo è il fegato, il secondo il cervello. Il fegato gestisce la distribuzione degli zuccheri, finché ha glicogeno nelle cellule va avanti, quando finisce va in difficoltà. Il secondo organo è il cervello. Esiste quindi una funzione di bilancia tra questi cestini. **Nella medicina occidentale si parla di feedback...** sapete cos'è? Ho la produzione di ormone tiroideo T_4 . Se la tiroide produce l'ormone T_4 , il TSH, che è un ormone prodotto dall'ipofisi per stimolare la tiroide, tende a ridursi, perché non serve in quanto la tiroide sta funzionando. Se la tiroide produce poco ormone tiroideo, il TSH si attiva. Funzionano con un feedback negativo: TSH/ T_4 . Il feedback positivo si ha quando il meccanismo peggiora sempre più.

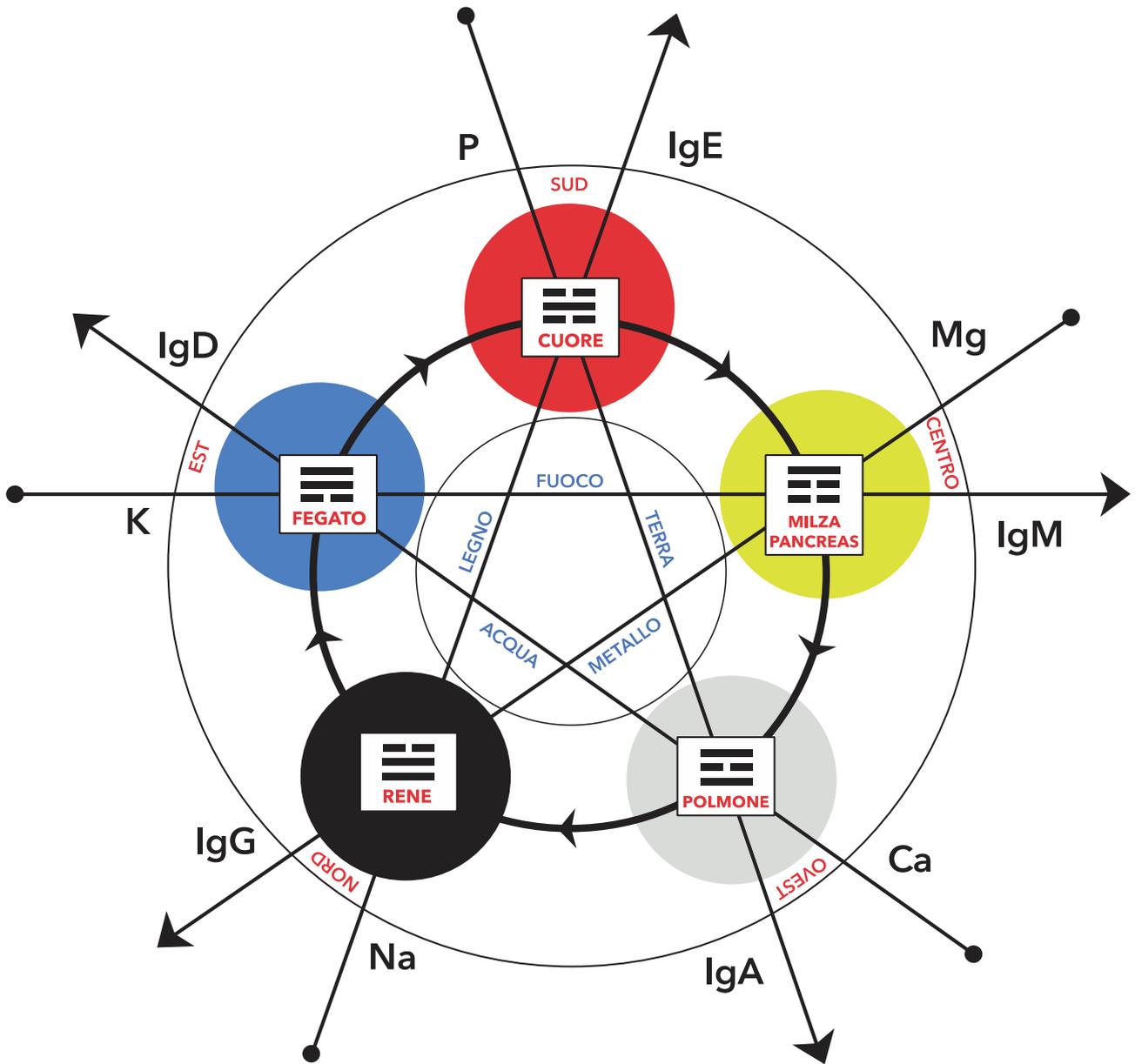
Se la tiroide produce l'ormone T_4 il TSH si riduce, il TSH circolando nel sangue, fa ridurre la produzione di T_4 . Nel nostro organismo di bilance ne abbiamo cinque che funzionano contemporaneamente. Agiscono in sinergia fra di loro.

Questa è una pentabilancia (indica il grafico delle logge energetiche). Non ce n'è uno principale, sono tutte in equilibrio tra loro. Questa bilancia ha cinque assi. Il problema è capire da dove origina lo squilibrio.

Abbiamo quindi un rapporto di filiazione esterno e un rapporto di controllo interno, sempre in senso orario, partendo da qualsiasi punto:

- il Fegato controlla la Milza.
- Milza-Pancreas controlla il Rene.
- il Rene controlla il Cuore.
- il Cuore controlla il Polmone.
- il Polmone controlla il Fegato.

Per tutta la durata della nostra vita e per tutta la durata dell'universo visibile. Questo è il ciclo di controllo. I cinesi parlavano di legge nonno/nipote. Cosa fa il punto fegato? Dà il presupposto sufficiente perché l'energia arrivi al punto Cuore, ma controlla la Milza-Pancreas. Se tutto questo è vero, è una cosa abbastanza strabiliante. Perché questo sia vero dobbiamo vedere se quello che ci è stato tramandato sulle leggi dinamiche e gerarchiche, di rapporto tra questi gruppi, coincidono con quello che si sa della medicina occidentale. Nella medicina occidentale, negli studi fatti gradualmente nel tempo si è visto che i **sali minerali** fondamentali per la vita sono cinque: **sodio Na, potassio K, calcio Ca, magnesio Mg, fosforo P**. Gli **anticorpi**, le molecole che ci difendono, le immunoglobuline sono cinque: **IgA, IgM, IgG, IgE, IgD**. La scienza attuale conosce l'IgD, ma non la sua funzione. Sappiamo che circola nel sangue, ma non sappiamo perché. **Il ciclo del sonno notturno ha delle fasi in cui sogniamo, fase REM, Rapid Eye Movement, durante la notte ne abbiamo cinque.** Ci svegliamo riposati dopo quattro o dodici ore, a condizione che durante il ciclo del sonno abbiamo avuto cinque fasi REM. Se ne abbiamo avuto quattro o sei ci svegliamo male. Poi ci sono i neuromodulatori: adrenalina, acetilcolina etc. quelli fondamentali sono cinque.



Assodato che qui abbiamo cinque punti e qui abbiamo una serie di cinque funzioni principali, c'è un criterio per dire che il potassio lo metto all'est e il calcio lo metto all'ovest? Faccio un ragionamento di tipo analogico e, una volta che l'ho fatto, devo vedere se coincide con quello che conosco della medicina. Vi dico che coincide, ma lo vedremo la prossima volta.

Ci siamo divertiti anche oggi.

La prossima volta andremo ad associare sintomi e diagnosi facendo degli esempi.

MEDICINA ENERGETICA CINESE

Docente: dott. Fausto Aufiero

4ª lezione

Nel mondo manifesto quando c'è il dinamismo energetico qualsiasi evento ha sempre un inizio, una fase intermedia e una fine. Il che vuol dire che c'è un inizio con il massimo dell'energia e una fine in cui quest'energia si concentra al massimo per trasformarsi e riprendere di nuovo il movimento. Perché la vita è un dinamismo continuo, perciò un alternarsi ciclico continuo, qualcosa che finisce e ricomincia continuamente. Quindi abbiamo una parte iniziale e una parte finale in qualsiasi dinamismo, a qualsiasi livello.

In medicina cinese abbiamo detto che **la parte iniziale, quella più grande, che è all'inizio del movimento si chiama Tae, che significa grande. La parte finale, quella più piccola, prima che si trasformi, si chiama Tsue.** Tra queste due chiaramente c'è **una parte intermedia**, giusto per darvi qualche termine di medicina cinese, **che si chiama Shao.** Abbiamo detto che nel dinamismo del vivente è possibile distinguere **due polarità, così come il maschile e il femminile.** Abbiamo anche detto che a livello mentale per conoscere abbiamo bisogno di contrapporre apparentemente (perché il buio non è l'opposto della luce, la notte non è l'opposto del giorno), lo Yin, che è uno stato solo energeticamente inferiore, allo Yang. Quindi nel mondo manifesto non esiste il buio assoluto o la luce assoluta, il caldo assoluto o il freddo assoluto, sono solamente due stati che si distinguono per i due estremi energetici. Quindi se abbiamo movimento Yin nel nostro corpo parallelamente avremo un movimento Yang che avrà esattamente la stessa nomenclatura: Tae, Tsue e Shao. Se aggiungiamo Yin e Yang a questi termini avremo i meridiani di agopuntura:

- **Tae Yin, Shao Yin, Tsue Yin.**
- **Tae Yang, Shao Yang, Tsue Yang.**

Il termine **Tsue Yang**, è un termine particolare che significa **piccolo Yang**, però essendo il punto più concentrato dello Yang, il punto in cui l'energia Yang si ritrasforma e ricomincia il movimento Yin, **i cinesi lo chiamavano anche: il momento della trasformazione della luce.** Questo meridiano che sui testi troverete con il termine di **Yang Ming, corrisponderà al meridiano dell'intestino crasso e dello stomaco. Cos'è il canale intestinale negli esseri viventi?** È un punto profondamente nello Yin in cui circola l'esterno. È il canale in cui dentro di noi profondamente circola la luce intesa come esterno. È il punto in cui dalla materialità degli alimenti viene catturata la luce degli alimenti stessi. **L'energia. Ming in cinese significa luce.** Ecco perché il meridiano piccolo Yang è conosciuto come Yang della luce. Noi stessi siamo fatti da una parte Yin e da una parte Yang, è anche vero che siamo fatti da una serie di organi e di strutture simmetriche a destra e a sinistra. Se così non fosse, non potremmo agire nel mondo, perché il movimento interviene per il continuo dinamismo tra lo Yin e lo Yang, da cui deriva attrito e conseguente asimmetria. Vi feci l'esempio che se sto fermo sulle due gambe, sono perfettamente statico e non creo nessun movimento. Nell'istante in cui alzo la gamba per attivare il movimento mi metto in una condizione di asimmetria, di mancanza di equilibrio. Quindi creo questo dinamismo questo rapporto tra simmetria e asimmetria. Nell'istante in cui sollevo la gamba sono asimmetrico, posso cadere.

Nell'istante in cui la poggio sono di nuovo in simmetria. Quindi stato Yin e stato Yang. **Perché la parte statica è Yin e la parte dinamica, il movimento è Yang.** Se non avessimo due mani e due piedi non potremmo camminare e non potremmo prendere niente, non potremmo affermare. Noi siamo contemporaneamente due esseri in uno. Adesso la fisiologia occidentale ci dice che maschio e femmina hanno quote di ormone dell'altro sesso, stiamo esprimendo lo stesso concetto. I cinesi dicevano che nel maschio il lato destro è Yang e il sinistro Yin, nella donna è l'inverso. **Cosa avviene nell'unione del maschio con la femmina? La parte sinistra della donna va in contatto con la parte destra dell'uomo e viceversa per cui Yin e Yang si riuniscono di nuovo a riformare l'uomo primordiale, l'unità.** Quindi abbiamo questi meridiani sia a destra che a sinistra. Però abbiamo anche una linea centrale: abbiamo organi che sono solo sulla linea centrale e non possono essere doppi. Non possiamo avere due cuori, non possiamo avere due fegati, anche se il fegato è fatto della grande ala e della piccola ala. Non possiamo avere due sistemi genitali distinti. Ci sono delle funzioni che attengono all'unità. Ciò presuppone che all'esterno del corpo ci siano delle linee energetiche che esprimono questa funzione centrale di riunione ed è quella linea che circonda l'uovo. Immaginate l'uovo e immaginate una linea che circonda l'equatore dell'uovo. **Abbiamo due meridiani che passano esattamente per la linea centrale: centro della bocca, centro del torace, centro dell'addome, perineo, risalgono sulle apofisi spinose delle vertebre e si riconnettono al vertice del cranio, formano un cerchio.** Nella parte anteriore sarà Yin, in quella posteriore sarà Yang. **Nella parte anteriore si chiama Vaso Concezione ed è Yin e include tutte le funzioni energetiche deputate alla trasmissione della vita, tutto il sistema genitale, l'utero, il sistema genitale maschile ha a che fare con il Vaso Concezione. Tutta la parte posteriore si chiama Vaso Governatore.** Ricordate quando abbiamo fatto il **grafico del Tai Chi** e ho detto che esiste lo Yang totale e lo Yin totale, e poi esistono le espressioni manifeste e quelle che non si manifestano, non possono avere una struttura, perché sono l'idea, e la generazione di questa idea, sono l'idea dell'ingegnere che deve costruire il palazzo e quindi è nella sua testa e il contenuto di questa sua idea nel progetto scritto, non è ancora il palazzo. Il palazzo poi sono i vari stadi, uno, due, tre, quattro, cinque, sei. **Sul corpo lo Yang totale e lo Yin totale corrispondono al Vaso Governatore e al Vaso Concezione,** quindi sono i punti del corpo che riuniscono il positivo e il negativo, il destro e il sinistro. Quando studieremo i sintomi, vedremo come **lungo la colonna vertebrale, sul Vaso Governatore, si scaricano tutte le tensioni, tutti gli squilibri dei meridiani principali di destra di sinistra.**

Faccio alcuni esempi:

- **durante il ciclo mestruale ci sono donne che hanno lombalgie.** Il ciclo mestruale ha a che fare col Vaso Concezione. Dove vanno a scaricare questi squilibri? Verso l'esterno. Tutti gli squilibri interni del corpo naturalmente tendono a scaricare all'esterno. La linea della guarigione va dall'interno verso l'esterno: il tutto cerca di riportarsi in equilibrio. Per cui abbiamo la lombalgia.
- **quando abbiamo una gastrite o un'ulcera** possiamo avere al centro della schiena un dolore violento, per il quale a volte si va dall'ortopedico, mentre in realtà non è un problema ortopedico.
- **quando abbiamo un eccesso di stress o di fatica o di tensione** abbiamo un dolore sulla settima cervicale: sembra che ci hanno bastonati sul collo, in realtà è lo scarico di quello stress.

Quindi andiamo a scaricare su questi due vasi anteriore e posteriore tutti gli squilibri. Infatti sono anche conosciuti come **mare anteriore e mare posteriore, dove tutti i fiumi vanno a confluire**. Ora nella forma del nostro corpo, tolti gli arti, dobbiamo immaginarci come un uovo, come siamo a livello embrionale. Questo è l'embrione, questo è il sacco amniotico: a livello bioenergetico diciamo che la parte esterna è sempre più positiva rispetto alla parte interna, quale che sia il livello che consideriamo, tutto il corpo, un singolo organo, una singola cellula. Cosa avverrà di questo embrione alla nascita? Si dischiude e si allunga. Abbiamo la parte anteriore che era chiusa, per cui lo Yang sarà la parte esterna del nostro corpo, lo Yin la parte interna. Questo già ci dice dove sono questi meridiani: i meridiani Yang saranno tutti nella parte posteriore ed esterna. Per esempio il grande Yang, se è grande starà nella parte energeticamente più forte dello Yang, quella che deve sopportare di più. Quindi starà nella parte più esterna del nostro corpo; non solo, ma sarà vicino al Vaso Governatore che è ancora più Yang. Quindi sarà situato ai lati della colonna vertebrale. È il meridiano Yang che cammina lungo il canale para vertebrale, ai due lati della colonna. È il meridiano della vescica. Ne abbiamo uno a destra e uno a sinistra, ai due lati della colonna che è la parte più Yang del nostro corpo dove scaricano tutti gli squilibri.

**La malattia è sempre un andare dallo Yang verso lo Yin.
La guarigione è sempre qualcosa che va dallo Yin verso lo Yang.**

...Disegna alla lavagna i meridiani con i loro nomi...

Arriviamo all'apice del movimento Yin e avviene qualcosa che è asimmetrico, si passa nello Yang. Ma se è simmetrico non può passare qui, deve creare un'asimmetria, crea un dinamismo ed esce nel Tae Yang. Questo disegno sembra strano ma se lo vedete qua è chiarissimo. Shao Yang, Tsue Yang o Yang Ming e Tae Yang. Dove può avvenire l'asimmetria che crea il dinamismo? Nella parte tra lo Yin e lo Yang nel versante dinamico, non certo in quello più statico. Dopo di che il movimento riprende. E come se ci fosse questo passaggio continuo dal profondo, lungo le varie tappe, ritorna al Vaso Governatore, e ritorna di nuovo al Vaso Concezione davanti e si diffonde di nuovo. Immaginate un flusso che parte, si diffonde, arriva al massimo, attraversa il corpo, e riesce davanti e continua a girare per tutta la durata della vita.

Domanda: come mai non scarica nel Tae Yang, nella parte centrale?

Per via dell'asimmetria. È il discorso del piede che si alza e crea asimmetria. Se ci fosse lo Tsue Yin e poi lo Tsue Yang e poi lo Shao Yang e il Tae Yang, avremmo un sistema perfetto, ma immobile. Se lo traduciamo nell'iconografia cristiana, con un linguaggio totalmente diverso: se Dio fosse stato completo in sé non ci sarebbe stato un angelo ribelle che si sarebbe contrapposto a lui e nel contrapporsi a lui ha provocato la creazione dei mondi. Se tutto questo fosse in equilibrio sarebbe Dio nella sua perfezione, non genera niente. È perfetto ma non genera niente. L'angelo ribelle è questa inversione. Questo da un punto di vista semantico, perché dal punto di vista dei trigrammi, zero, zero, zero, uno, uno, uno, da questo punto di vista è totalmente coerente. Ricordate come erano?

...Disegno alla lavagna e spiegazione difficile da decodificare...

Quello che dovete sapere dal punto di vista dell'utilità di quello che stiamo dicendo è che i tre meridiani Yang sono uno all'esterno della colonna vertebrale, il secondo si trova, come proiezione esterna qui davanti, ma in realtà non è qui ma è davanti alla colonna vertebrale, è il canale digerente, corrisponde a stomaco e grosso intestino. Tutti i disturbi di stomaco hanno a che fare con questo meridiano.

Volevo farvi capire la disposizione sul corpo: abbiamo disegnato una vertebra, questa è la spina posteriore, quindi la parte Yang è questa, la parte anteriore delle vertebre, il davanti della colonna vertebrale. La disposizione dei meridiani: Tae Yang, vescica, abbiamo detto, il canale ai lati della colonna, e la stessa cosa avremo dall'altro lato, a destra e sinistra. Questa alternanza è solo un dinamismo a livello energetico, perché dal punto di vista pratico e della distribuzione sul corpo l'ordine continua ad essere questo. Una cosa è la staticità e altra il movimento. Dal punto di vista della staticità, della struttura, deve coincidere perfettamente, grande, medio e piccolo, però se coincidessero esattamente anche a livello del movimento non ci sarebbe nessun movimento. Quindi dovete distinguere l'aspetto energia e l'aspetto struttura. Dal punto di vista dell'aspetto struttura se questo è il grande, quindi nella parte più Yang del corpo, nella parte più Yin della parte posteriore dobbiamo avere il meridiano dello stomaco. **Tenete presente che davanti alle vertebre corre il canale digerente, profondamente nello Yin, quindi non possiamo non avere lo Yang Ming, meridiano dello stomaco e grosso intestino davanti alle vertebre.** Non c'è modo di accedere a questo meridiano da dietro, ma solamente davanti. Il tragitto, la linea, la troverete davanti, ma il meridiano è profondo. Stomaco e grosso intestino di sinistra. Abbiamo messo grande Yang e piccolo Yang. Il medio Yang non può che stare ... esattamente secondo questa distribuzione. **Il Vaso Concezione inizia al perineo, fra il canale anale e quello genitale, risale davanti, arriva al labbro, prosegue col Vaso Governatore che scende e ritorna al punto del perineo.** Il massaggio può essere fatto nella direzione di un meridiano o nella direzione opposta, dipende da cosa vuoi ottenere.

Il Vaso Governatore che è Yang e scende è energeticamente più carico nella parte alta, dove riceve energia dal Vaso Concezione, dal davanti. Tanto è vero che le vampate di calore in menopausa avvengono nella parte alta, la cefalea avviene nella parte alta, l'ipertensione avviene nella parte alta.

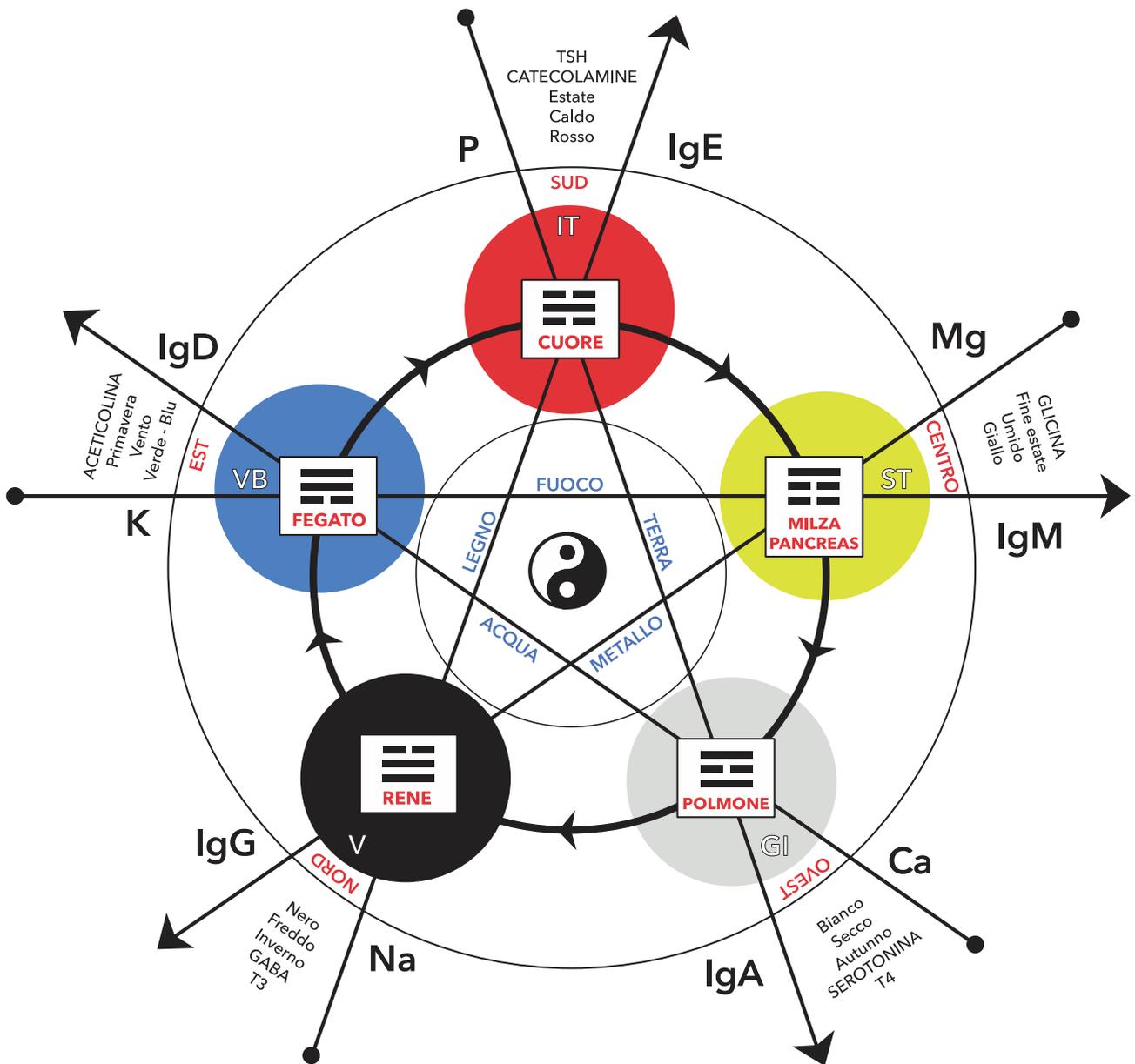
Cosa devo fare quando c'è un eccesso nella parte alta?

Devo andare a lavorare nella parte bassa, devo arrivarci per tappe, devo aprire i canali affinché l'energia si possa scaricare. Ecco perché nel massaggio, sia nello shatzu, che in altre forme di massaggio, il massaggio della schiena inizia dal basso e va gradualmente verso l'alto, come ad aprire i canali per far fluire l'energia. In realtà voi dovete sapere che nella tradizione e nei testi di medicina cinese che ci sono arrivati i punti non hanno un numero, hanno un nome. Ad esempio nel meridiano stomaco/grosso intestino loro dicevano solo Tsue Yang della parte alta e Tsue Yang della parte bassa. Non parlavano di stomaco o grosso intestino. Poi gli occidentali hanno visto che aveva a che fare con quelle funzioni e i gesuiti, che hanno diffuso in Europa questa medicina, hanno inventato una terminologia più consona alla nostra cultura. Ecco perché la numerazione del Vaso Governatore sembra andare all'inverso, ma in realtà è un meridiano Yang, anzi è il massimo dello Yang.

È quello che feconda lo Yin e non può che fecondarlo in basso, e lo Yin che genera, non può che risalire verso l'alto, la coerenza è questa. Adesso è chiaro che i meridiani Yang sono tutti nella parte Yang e quelli Yin sono tutti nella parte Yin, tre di destra e tre di sinistra. Quindi **se abbiamo tre Yang e tre Yin a destra e tre Yang e tre Yin a sinistra, più quello anteriore e quello posteriore, sono quattordici**. Questi sono tutti i meridiani energetici.

...Disegna alla lavagna i nomi degli organi riferiti ai meridiani...

Se questa è la parte posteriore del corpo dove stanno le vertebre, qui avremo l'addome, la parte anteriore, oppure a livello degli arti avremo la parte ventrale, la parte mediale, la parte dorsale degli arti. L'avambraccio, questo è l'esterno e ci saranno i meridiani Yang e questo è l'interno e ci saranno i meridiani Yin. Quindi i meridiani Yin avranno esattamente lo stesso tipo di distribuzione degli Yang; nella parte più ventrale interna avremo il Tae Yin, il grande Yin. Quindi due negativi e un positivo, fatto dal meridiano del Polmone e dal meridiano Milza-Pancreas. Andiamo dal lato mediale più interno verso quello più esterno e vediamo che è esattamente così. A fianco avremo lo Shao Yin, come meridiano del cuore e del rene, in realtà queste sono le cose che trovate dappertutto. Ai confini dello Yin, dove lo Yin si riconnette di nuovo allo Yang avremo Tsue Yin, fatto dal meridiano del Maestro Cuore e Fegato. La distribuzione lineare dei meridiani può essere importante per quelli che faranno la digitopressione, per quelli di voi che possono usare i dati della medicina tradizionale cinese in generale per capire i disturbi, diciamo che la distribuzione ha una importanza relativa. In questi incontri ho privilegiato di più l'altro aspetto, perché non so quanti di voi useranno i meridiani. Non potete fare l'agopuntura, ma la moxa, che è una stimolazione dei punti di agopuntura. L'agopuntura è stata dichiarata atto medico perché presuppone uno strumento, la moxa viene fatta con il sigaro di artemisia, che si accende e si mantiene ad una certa distanza da uno dei punti di agopuntura.



Ora possiamo riprendere il filo della volta scorsa. Torniamo al nostro grafico ricapitolazione velocissima: est, sud, centro, ovest e nord. Andiamo a vedere la coerenza di questa distribuzione. L'elemento Legno, Est è collegato a:

ELEMENTO	LEGNO
STAGIONE	Primavera
DIREZIONE	Est
ORGANI	Fegato
VISCERI	Vescica biliare
ORG. SENSO	Occhi

TESSUTI	Tendini
EMOZIONI	Collera
SUONI	Grida
SAPORI	Acido
COLORI	Verde - Blu
CLIMI	Vento
SVILUPPO	Nascita
CEREALE	Grano
ANIMALE	Pecora
NUMERO	8
PIANETA	Marte

L'importante è capire **cosa collega queste cose tra loro: tutto ciò che ha inizio**. Potremmo commentare ognuno di questi punti, ma quello che conta è che stanno tutti nello stesso contenitore. Il numero otto è il punto in cui si arriva al massimo e si ricomincia da uno. È il punto in cui si nasce, si esce dallo Yin e si ricomincia daccapo. La pecora non so perché. Se tutto questo è vero, dobbiamo imparare a poter mettere in questo cestino di "tutto ciò che inizia", qualsiasi cosa che abbia queste caratteristiche e poi dobbiamo poter dimostrare che è giusto. Ricordate che parliamo della **conoscenza logica e analogica**.

- La conoscenza logica è lo **studio analitico di un oggetto**,
- quella analogica è la comprensione della **funzione di quell'oggetto**.

Se comprendo la funzione posso identificare altri oggetti che pur diversi hanno la stessa funzione. Se uso solo la logica non lo capisco. Uso i pezzi, ma posso non capire a cosa serve. C'è un momento analogico in cui vado a mettere nel punto est tutto ciò che mi sembra sia l'inizio, dopo però devo vedere se tutte le cose che ho messo sono coerenti. Serve una verifica, se no diventa un'astrazione. Diciamo anche che questo è un **equilibrio a cinque comandato da due leggi**, (se no non capiamo come facciamo la verifica): **una di generazione, l'altra di controllo**. Girano entrambi in senso orario, secondo il ritmo del sole o dell'orologio. **Il primo è un movimento di generazione per il quale ogni momento riceve la spinta da quello precedente e costituisce il patrimonio energetico per il movimento successivo, è un po' come la madre e il figlio**. È un movimento di generazione conosciuto come **legge Madre/Figlio**. Quindi l'Est genera il Sud che genera il Centro che genera l'Ovest, che genera il Nord. Questo tipo di movimento inizia all'est perché all'est c'è l'inizio del movimento, la velocità, la rapidità.

LEGGE MADRE/FIGLIO

- All'Est c'è fegato e vescica biliare**, il fegato è molto grande nello sviluppo della vita fetale ed anche da adulti è l'organo che inizia il ciclo di produzione dell'energia. Fino al secondo anno di vita e anche dopo il fegato continua a produrre gli elementi del sangue, funziona da midollo. Poi viene piano piano soppiantato dal midollo osseo nella produzione dei fattori del sangue e per tutta la vita continuerà a produrre le piastrine. **Quindi all'inizio del movimento c'è il fegato che si attiva e comincia a produrre energia per gli altri. Una volta che il fegato ha prodotto l'energia, l'organo che per primo deve prendere l'energia e contribuire a distribuirla a tutto il corpo è il Cuore. Se il fegato non gestisce bene gli zuccheri il Cuore (Sud) non avrà l'energia per battere.** È vero che degli zuccheri si giova anche il cervello e tutte le cellule del corpo, ma questi zuccheri non possono arrivare a tutte le cellule del corpo se non c'è il cuore che pompa il sangue e lo fa arrivare dappertutto. **Quindi la linea diretta è fegato-cuore e poi la spinta che da il cuore al sangue (Centro) per andare dappertutto.** Stiamo parlando di fisiologia generale. La medicina cinese ci dà un rapporto gerarchico di quelle che sono le conoscenze occidentali. Però cosa deve fare il sangue? Che abbiamo detto è la madre, è quella che porta il nutrimento ad ogni singola cellula del corpo ed è quella che toglie il pannolino, le tossine ad ogni singola cellula del corpo. Il sangue deve essere riossigenato e pulito. Il sangue porta ad ogni cellula del corpo **un nutrimento più Yin derivato dagli alimenti** e un nutrimento, sempre Yin perché siamo nella materia, ma meno Yin e quindi **più Yang, l'ossigeno**. Tra l'alimento e l'ossigeno, è più Yang l'ossigeno anche se non è immateriale. Tanto è vero che **il processo respiratorio** è più veloce del processo digestivo, è più Yang, **avviene 16 volte per minuto**, in media, è più dinamico.
- L'Ovest nutre il sangue che passa nei polmoni e si ossigena**, i polmoni devono ricevere il sangue, ossigenarlo e rimandarlo indietro. **Del Polmone diciamo che è tutto ciò che si osserva, che ha fatto esperienza, che si confronta.** Nel circolo polmonare avviene che il sangue Yin e il sangue Yang, il sangue ossigenato e il sangue ricco di anidride carbonica, si confrontano e scambiano. Vi dissi anche che **a livello dell'ovest ci sono tutte le malattie autoimmunitarie**, quelle nel quale c'è lo squilibrio del sistema immunitario: "mi riconoscono" o "non mi riconosco", sono tutte qui o al nord.
- La tappa successiva (Nord) abbiamo detto è la pulizia del sangue, la filtrazione e il drenaggio.** Quando il sangue è stato riossigenato e pulito può rigenerare il movimento e ritorniamo all'est e tutto ricomincia. **Questa è la legge madre figlio o legge di generazione.**

LEGGE DI CONTROLLO o LEGGE NONNO/NIPOTE

C'è un'altra legge ed è quella di controllo che **inizia all'ovest** (mentre quella di generazione inizia ad est). Il controllo non è un prendere energia da quello che sta prima, usarla e trasformarla, gestirla e passarla alla staffetta successiva, **è il meccanismo che il nostro corpo ha per mantenersi in equilibrio energetico**. Tale per cui ogni gruppo, sempre girando in senso orario va a controllare quello che gli sta di fronte, non quello successivo. **L'ovest controlla all'est, l'est controlla il centro, il centro controlla il nord, il nord controlla il sud, il sud controlla l'ovest e così di seguito**. Queste due leggi, questi due dinamismi, uno di generazione e uno di controllo, in realtà funzionano simultaneamente nel nostro corpo (non è che prima avviene l'uno e poi l'altro). **Ognuno di questi movimenti energetici può essere in eccesso o può essere in difetto, iper o ipo. Facciamo una riflessione sulla banalissima tachicardia**, guardiamola dal punto di vista della generazione e del controllo. Se il cuore inizia a pompare più velocemente abbiamo la tachicardia, il sud va in eccesso, va in squilibrio nel senso dell'iper. **Dal punto di vista della generazione se il sud va in eccesso, nutrirà troppo il centro, il sangue circolerà più veloce**, ma nello stesso tempo, se questo va in eccesso, (immaginate che queste sono delle bilance) se una va in eccesso l'altra va in difetto. Cosa significa che **il polmone va in difetto**, significa che c'è **poco tempo per l'ossigenazione del sangue** perché circola troppo velocemente a livello del polmone. L'azione è sempre in senso orario, quando va in senso antiorario si va verso la malattia e la morte. Ora **stiamo parlando di disfunzione che è un'alterazione del dinamismo normale**, in ipo o in iper. La malattia è qualcosa che non tende a ritornare allo stato precedente, questa è la malattia vera, è qualcosa che va all'inverso di questo dinamismo. All'inizio, a livello di disfunzione, è un fatto più energetico che materiale, quando va all'inverso, dall'energia va ad alterare la struttura e si ha la malattia cronica, quella in cui il danno non è più guaribile. Oggi ci stiamo addentrando anche in questo con i trapianti di organo che sostituiscono la struttura che ha un'alterazione stabile. Per nostra cultura il 90% delle cosiddette malattie in realtà sono funzionali, il che significa che se siamo capaci di intervenire sul meccanismo che le ha generate aiutiamo l'organismo a ritornare in equilibrio, cioè non c'è nessun danno irreparabile.

Torniamo al polmone, il sangue si ossigena meno, l'ovest va in vuoto, ma se questo va in vuoto, l'est va in pieno. Aumenta la tensione muscolare, la tensione psichica, l'ansia, che è un sintomo dell'est. Quindi l'est va in eccesso. **Normalmente il corpo cerca di ritornare in equilibrio cercando di frenare l'alterazione creata**. Si è creata l'alterazione: il primo bersaglio è l'ovest con una ridotta ossigenazione. C'è meno ossigeno e più anidride carbonica. Quando l'anidride carbonica aumenta in modo consistente e a livello di sintomi abbiamo un ottundimento, un freno. I crampi li abbiamo quando questo fatto diventa cronico, un bronchitico cronico, ma nell'immediato, nella tachicardia, l'aumento di anidride carbonica riduce la vigilanza. Quindi va a contrastare l'eccesso di ansia. La prima cosa che succede abbassandosi l'ovest è quello di cercare di riequilibrare il sud in eccesso.

Quello che voglio dirvi è che quando in uno qualsiasi di questi punti c'è uno squilibrio acuto interviene chi lo controlla e chi lo nutre per cercare di bloccare quel disturbo funzionale. Di solito è sufficiente nella maggior parte delle disfunzioni che intervengano almeno due gruppi. Ma se il disturbo funzionale è duraturo e intenso vengono implicati tutti gli altri.

Che succede se la tachicardia non si ferma? Perché oggi purtroppo abbiamo i farmaci che creano dei meccanismi di alterazione funzionale non più facilmente riequilibrabili dal corpo.

Chi va ad intervenire? **Centro: cosa succede a livello del sangue e del pancreas (e della glicemia)?** La tachicardia porta ad un consumo di zuccheri, per cui il tentativo del corpo è di ripristinare la quota di zuccheri. **Cosa succede a livello del rene?** Nella tachicardia c'è la poliuria, cioè l'aumento della diuresi, perché se questo va in eccesso, questo va in difetto.

Domanda: **come si fa ad essere sicuri che tutto parta da lì?**

I cinesi antichi dicevano: "il lavoro del medico sarebbe semplice se sapesse distinguere sempre la foglia dalla radice". Nella maggior parte dei casi possiamo avere...

...Interruzione per una domanda...

L'altra volta vi dissi che **quando andiamo ad ascoltare i sintomi di una persona dobbiamo costruire una specie di grafico nella nostra testa, in cui da un lato metteremo i sintomi presenti in quel momento, la sincronicità, - la persona sta qui ora e ha questo - poi dobbiamo costruire la diacronicità, il tempo, per dare una risposta a ciò che è iniziato prima o dopo costruendo una anamnesi.** Quindi dobbiamo vedere i sintomi nel tempo. Ci sono tantissimi casi di asma che compaiono come eczemi. Ad un certo punto i sintomi sulla pelle si riducono e comincia l'asma. Altri dicono di aver avuto per tantissimi anni la cefalea che poi è sparita da sola, però la persona è astenica al mattino, ha eruzioni cutanee, non ha energia quando si muove, ha un calo delle difese immunitarie. C'è stata una trasformazione, un dinamismo che è intervenuto a un certo punto della sua vita, nella diacronicità, nella storia di questa persona. In realtà la scomparsa della cefalea è stato un evento negativo, il tutto si è trasformato in qualcosa di più profondo. Se dei sintomi spariscono può essere un evento positivo o negativo siamo noi che dobbiamo saper leggere e interpretare.

Domanda: **io sono passata dall'asma alla rinite...**

Questo è un meccanismo che va verso la guarigione. Dov'è localizzata l'asma? Al polmone. La rinite ha a che fare con un organo collegato a quale gruppo energetico? Qual è il primo rapporto con la madre? Il contatto, la pelle, gli odori. Il naso e l'odorato hanno a che fare con Milza-Pancreas, ma l'allergia, la manifestazione allergica è un evento... Possiamo subito inquadrare un evento positivo o negativo, bello o brutto, lo possiamo inquadrare su questo grafico. Se abbiamo una manifestazione patologica che compare all'improvviso, in modo acuto e violento, dove l'andremo a mettere? Se è improvviso, inizialmente stiamo qua, non è detto che sia solo est. Facciamo conto che sia una crisi di asma, avviene di notte, la notte sta nella parte bassa, però è acuta, chi ha una crisi di asma, si sveglia quindi est. Abbiamo detto però che è un evento del polmone o che si verifica nel polmone. Poi che è acuta, rapida, crea ansia, a volte dà paura della morte. Poi così come rapidamente compare, rapidamente scompare. Qual è il dinamismo di questo evento patologico? È intenso...

Ricordate che dicemmo che se vogliamo esprimere graficamente, con un'onda il movimento dell'est, questo è intenso, l'intensità si esprime come distanza da questa linea centrale. Dicemmo che nel vecchio questa distanza, l'intensità, era ridotta al minimo. Nell'est c'è tanta energia, come nel giovane, ma non è coordinata. Il giovane adulto è capace di movimento ampio, forte, intenso e coordinato.

Il bambino sta imparando la coordinazione. Quindi possiamo esprimere il movimento con una curva ampia ma non regolare nelle sue onde. Cosa avviene nella crisi d'asma, è ampia, frequente, irregolare. Quindi **abbiamo la certezza che la crisi d'asma nel suo dinamismo appartiene all'est**. Quando ci troviamo di fronte ad una malattia, un disturbo, un sintomo, dobbiamo essere capaci immediatamente di distinguere:

- se un sintomo con calore, col rossore, con dolore, rapido, che tende a raggiungere un apice e poi a decrescere, il più delle volte da solo, noi siamo sicuri che è un sintomo che ha a che fare con la parte alta di questo grafico perché ha a che fare con onde ampie più o meno regolari o irregolari.
- se invece abbiamo un sintomo freddo, nel senso che non si manifesta con calore eccessivo, non è violentissimo, ma tende ad avere stabilità nel tempo e quindi cronicità, sappiamo che abbiamo a che fare con qualcosa che appartiene alla parte bassa di questo grafico. Si tratterà di qualcosa di meno violento ma più difficile da gestire perché nella sua lentezza tende ad alterare la struttura.

Stomaco-Grosso intestino, lo stomaco è al centro, il grosso intestino è ad ovest: **posso avere gastralgie continue su base nervosa, dov'è la foglia e dov'è la radice?**

La foglia, la manifestazione, è la gastrite. Il paziente va dal gastroenterologo che gli infila tubi da tutte le parti per dire che ha l'helicobacter oppure qualche erosione. In questo caso la medicina normale gli dà qualcosa che tampona localmente. Qualche volta va bene perché la radice, la causa, può cambiare da sola. Può venir meno l'evento stressante che lo ha causato. Un evento stressante in una persona suscettibile a livello gastrico può venir meno. Abbiamo detto l'est controlla il centro. Se ho un evento stressogeno continuo, avrò un eccesso dell'est e un difetto del centro, la mucosa gastrica avrà difficoltà a rigenerarsi, sarà bersagliata, allora dove andare a curare veramente questa persona? Nella fase acuta posso dare gli alimenti che non danno fastidio allo stomaco oppure i farmaci, se si tratta di un gastroenterologo, ma non devo dimenticare che devo andare a curarlo qui. Questo per rispondere alla tua domanda "dove inizia la malattia". Questa è la difficoltà della medicina.

La gastrite è una irritazione di una mucosa, quindi siamo ad un livello superficiale, non è una cosa che implica altri meccanismi. Spesso il meccanismo è solamente questo: l'effetto stressogeno e il bersaglio. Certo che la malattia può anche iniziare semplicemente a livello gastrico: posso mangiare qualcosa che ha un'azione lesiva sulla mucosa e il problema è solo qua. Però quando interrogo la persona non devo avere nella sua storia (e quindi nella sua diacronicità) il racconto di eventi o di un vissuto che ha a che fare con l'ansia. Spesso il paziente dice da solo "quando mi arrabbio mi viene mal di stomaco". Diverso è se mangia dei funghi che non tollera e gli viene la gastrite. In questo caso la patologia è iniziata a livello dell'organo in cui si manifesta, oppure è iniziata prima a livello dell'organo della funzione che controlla, oppure è iniziata più a monte, per esempio la classica crisi allergica, la persona che ha l'asma e poi la gastrite, che ha l'asma e poi la rinite. Prima dell'asma ci può essere di tutto. **Chi controlla l'ovest? Il sud.**

Al sud c'è la distribuzione delle immunoglobuline: sapete che nelle allergie e nella crisi allergica sono le immunoglobuline E... infatti nelle analisi del sangue se troviamo le IgE alte sappiamo che quella persona è tendenzialmente allergica anche se non ha manifestazioni evidenti; e la crisi in sé stessa si esprime col calore, quindi è un eccesso del sud. Le IgE stanno a sud. Quindi posso avere una gastrite in una persona allergica che ha avuto asma e rinite.

Ognuno di questi cestini ha una serie di funzioni, non è detto che debba essere quello... si può avere un disturbo della glicemia come bersaglio, o un disturbo nella circolazione del sangue. Sono tutte cose che hanno lo stesso tipo di funzione, il nutrimento, e ognuno di questi può essere il bersaglio, qui entra il concetto di costituzione. **Nella colite abbiamo a che fare soprattutto con l'ovest**, il grosso intestino, perciò dalla medicina tradizionale cinese in poi gli occidentali hanno tradotto il meridiano Tsue Yang, Yang Ming con il grosso intestino perché ha a che fare con i disturbi relativi alla colite o all'ultimo tratto del transito intestinale. Cosa possiamo avere a livello della colite, sapendo che si trova qua? Chi controlla l'ovest? Il sud, e l'ovest controlla l'est.

La colite è una dolorabilità dell'ultimo tratto dell'intestino che può essere di due tipi: spastica o atonica.

- **Colite spastica** (ipertonica) è quando si ha un **eccesso di contrattura, per cui si ha una riduzione del lume e una motilità irregolare**, per cui c'è una dolorabilità. A quale gruppo ci fa pensare l'aumento di contrattura, spastica e irregolare? Ad est. Quindi avremo una **difficoltà dell'ovest nel controllare l'est**.
- Poi abbiamo l'inverso: la **colite atonica** in cui il dolore non viene per la riduzione del lume con eccesso di contrattura, ma per la **distensione eccessiva della parete**. C'è una riduzione della contrattilità e del movimento, un aumento della fermentazione e un aumento del lume, per cui le **pareti dell'intestino sono forzate nell'allargarsi e c'è una dolorabilità da distensione**. Normalmente in questo secondo caso avremo **meteorismo, addome gonfio e fermentazione intestinale**.

Chi è responsabile dell'una e chi dell'altra sapendo che il gruppo ovest è controllato dal sud e controlla l'est? In un caso abbiamo un eccesso di contrattura, nell'altro caso abbiamo una mancanza, quindi uno è Yang e l'altro è Yin. Le coliti atoniche sono più lente e fastidiose. La colite ipertonica dà mezz'ora di dolore e poi magari va di corpo e passa, chi ha l'addome gonfio non sta meglio molto facilmente, è più cronica, come patologia. **Se abbiamo il sud in eccesso significa:**

- **eccesso di calore nella parte alta nel corpo, eccesso di energia nella parte alta del corpo, cefalea, tachicardia.**
- **nella parte bassa del corpo avremo una riduzione di energia.**

Le coliti atoniche sono molto più frequenti nella donna in menopausa che nella fase precedente della vita. **In pratica abbiamo un sud più in eccesso e quindi un ovest in difetto**. Possiamo avere una difficoltà respiratoria, perché c'è il polmone sul versante Yin e possiamo avere coliti atoniche sul versante Yang.

Un ovest che non riesce a controllare bene l'est avrà ripercussioni di questa mancanza di controllo. Il nipote fa impazzire il nonno, perché in questo caso il nonno controlla il nipote, il nonno è l'ovest, il nipote è l'est. Non perché il nipote sia cattivo, perché nell'altro caso, cioè quando l'est è in eccesso, crea fastidio soprattutto al centro. Però se il nipote è normale e il nonno è troppo debole, non ce la fa a sopportarlo. Il nonno dice "è un bambino quieto, però essendo un bambino è dinamico e io non ce la faccio a gestirlo. Non ho l'energia per", e quindi ne patisce le conseguenze, va in uno stato spastico. **Tutto il funzionamento normale e patologico si gioca in questi rapporti.** Quindi avremo un eccesso di contrattura nel nonno. Il povero vecchietto va in ansia perché non ha l'energia per controllarlo.

Torniamo al punto di partenza: questa legge che abbiamo visto è universale e valida sempre, o è poetica e non ha un aggancio reale? È poetica e analogica, ma è anche logica e quindi possiamo inserire in questi cestini tutto ciò che è attinente a quei dinamismi e poi con le leggi di controllo dobbiamo poter verificare che questa cosa che abbiamo messo nel cestino, per un ragionamento di tipo analogico, sia coerente con la logica, e quindi usabile. Perché se non è usabile è come quell'idea dell'architetto che deve costruire il Palazzo, ma poi non lo costruisce mai. Ci vuole l'idea, ma anche l'usabilità di quella idea, la realizzazione di quell'idea.

Un esempio molto simpatico può essere quello dei sali minerali.

Gli elettroliti e i sali minerali del nostro corpo sono sostanzialmente cinque: sodio, potassio, magnesio, fosforo, calcio. Questo ci dice la medicina occidentale e poi ci da una serie di informazioni scollegate fra di loro. Possiamo usare la medicina cinese per mettere un po' di ordine in questi dati oggettivi, quindi logici, che la medicina occidentale ha appurato, ma non sa gestire o comprendere? Dove possiamo mettere ognuno di questi cinque sali minerali o elettroliti?

- **Il Potassio, K**, cosa fa il potassio nel corpo? Rilassa, tant'è vero che quando manca il potassio si hanno i crampi. Dove si trova in natura il potassio? Negli alimenti animali o vegetali? Nei vegetali, ancora di più abbiamo un riferimento all'est. Stiamo facendo un'ipotesi che dobbiamo verificare. Diciamo che **mettiamo il potassio all'est.**
- **Il Fosforo, P**, lo troviamo nei pesci, nell'acqua, nelle ossa, come elemento è qualcosa che brucia. Sui fiammiferi c'è fosforo, è qualcosa che brucia, che illumina, che riscalda e finisce subito. **Lo mettiamo al Sud.**
- **Il Magnesio, Mg**, quando si va dal neurologo con tensioni, insonnia, depressioni, non volendo dare gli psicofarmaci, dà un po' di magnesio che calma e tranquillizza, rilassa. **Al Centro è tutto ciò che nutre e protegge.** Nella medicina ufficiale c'è il Mag 2, fiale che si danno per sindromi ansiose depressive.
- **Il Calcio, Ca**, nelle ossa è immobilizzato, cioè è seppellito. A livello del dinamismo il calcio è un neurotrasmettitore presente su tutte le membrane cellulari indispensabile per i passaggi di membrana, le sostanze che devono entrare e uscire. Esistono dei canali del calcio sulle membrane cellulari e esistono farmaci calcio antagonisti per chi soffre di cuore. **Il ruolo del calcio è il passaggio delle informazioni tra interno e esterno oltre che la trasmissione neurologica che è un passaggio di informazioni.** Il cestino dove mettiamo **tutto ciò che conosce è l'ovest.** È la persona che ha l'esperienza, che conosce e agisce nella realtà per conoscenza. È la possibilità della conoscenza. Senza il calcio non si ha l'attraversamento delle membrane da parte di tutte le sostanze, quindi la madre

non potrebbe nutrire, la trasmissione neurologica non potrebbe funzionare. Ci stiamo facendo un'idea, ma dobbiamo verificarla. Per analogia stiamo dicendo cose, poi dobbiamo verificare se i dati logici che abbiamo corrispondono.

- **Il Sodio, Na**, è l'elettrolita maggiormente espressivo dell'acqua. Ad una persona che è imbibita o ipertesa togliamo il sodio. **Il legame del sodio è col rene e con l'acqua, quindi con il Nord**. Se c'è un elettrolita che senza ombra di dubbio ha a che fare con il rene, questo è il sodio.

Adesso andiamo a vedere se i dati della medicina occidentale a nostra disposizione corrispondono al ragionamento analogico che abbiamo fatto.

- Cosa avviene quando in ospedale arriva una persona in **crisi tetanica**? È espressione della loggia est. Seguendo la medicina cinese possiamo dire che **possiamo utilizzare il potassio o il calcio**. I muscoli stanno all'est, quindi è qualcosa che si mantiene in questa zona, quindi possiamo agire sul potassio, o sul calcio o sul magnesio. Abbiamo detto che lo squilibrio comincia e ha quello che lo controlla e quello che lui controlla. Dobbiamo decidere, in base all'energetica cinese: abbiamo una persona che sta morendo di tetano, qual è la priorità? Sappiamo che possiamo intervenire benissimo all'est, all'ovest o al centro. Posso controllare una crisi acuta intervenendo su chi viene controllato? Posso utilizzare il magnesio che è calmante, rilassante, ma non c'è il tempo. Può essere uno stadio successivo, spasmofilia, persone che hanno contratture, tensione, crampi o tic, in quel caso posso utilizzare il magnesio. Quando ho tempo e devo cercare di recuperare lo squilibrio utilizzando tutti mezzi che ho, ma in questo momento la via più breve è intervenire sul nonno che deve frenare il nipote subito. **In ospedale quando arriva una persona con una crisi tetanica la prima cosa che fanno mettono una flebo con gluconato di calcio**. Anche la somministrazione di sodio tenderebbe a frenare, ma la via più breve è il gluconato di calcio. Non danno il magnesio e neanche il potassio, nell'immediato, poi dopo aggiungono nella flebo sodio e potassio se manca e poi fanno prendere a casa il Mag 2. Ad una persona che ha la tendenza agli spasmi darette calcio.
- Abbiamo detto che **il fosforo è presente nei pesci ed è presente a sud**, ma i pesci si trovano nell'acqua, a nord e contengono anche iodio. Adesso stiamo parlando di elettroliti, mentre lo iodio è un precursore degli ormoni tiroidei, è un'altra cosa. In un altro contesto di altre sostanze vedremo che anche lo iodio sta a sud. **Cosa succede se do fosforo ad una persona?** Brucia di più, il metabolismo è più accelerato. **Se devo disimbibire una persona o farle perdere di peso va bene, ma se lo do alla persona magra perderà quei pochi liquidi che ancora ha, allora cosa gli devo dare per fargli trattenere i liquidi?** **Il sodio**. Se d'estate ho traspirazioni eccessive perché mi sono esposto ad un calore eccessivo o ho svolto un lavoro in un caldo eccessivo, in realtà ho eccitato il sud, quindi devo dare sale. Il Padreterno ci ha dato i pomodori d'estate, che sono ricchi di sali. **Durante l'estate in Campania mangiamo la caprese, fatta di pomodori, mozzarella, basilico e sali**. Qual è secondo la medicina tradizionale cinese la logica della caprese, tenendo presente che è un piatto tradizionale dei pescatori di Capri, i quali sono in contatto continuo con fosforo e iodio, e si trovano in una zona calda. Hanno sempre il sud in eccesso. Quel piatto codificato da secoli di abitudini è un piatto armonico per

quella popolazione, per quello stato fisiologico: c'è il calcio della mozzarella, i sali minerali del pomodoro, per inibire l'eccesso del sud. Sia i sali del pomodoro che il sale aggiunto servono a trattenere e reintegrare i liquidi persi con la sudorazione; con il calcio cerca di sedare l'eccitabilità del sud aumentando l'energia del nipote rispetto ad un nonno che lo vuole portare in discoteca. È un piatto perfettamente armonico per calmare il sud, a cui va aggiunto il basilico che è un sedativo del sistema nervoso. Capovolgiamo la cosa: se devo far perdere peso ad una gentile signora, il sud lo devo eccitare o reprimere? La caprese non va bene, perché seda.

Introduciamo l'ultimo concetto della medicina cinese di natura teorico, perché la prossima volta faremo solo la parte pratica: diagnosi, raccolta dei sintomi, inquadramento del quadro clinico del paziente. **Secondo i taoisti**, a differenza della concezione occidentale, non **siamo fatti** solamente di anima e di corpo, ma **di tre cose: spirito, anima e corpo**. Nella cultura occidentale identifichiamo nel concetto di anima anche la parte spirituale. Il cattolicesimo dice che abbiamo una parte materiale e una immateriale. E si crea confusione, perché nel termine anima viene inclusa anche una parte spirituale. Per i taoisti c'è una distinzione netta tra parte spirituale, parte animica e parte fisica. Essi definivano con il termine di **Shen** la parte spirituale, **Chi** l'energia, e parallelamente l'anima, nel senso di animato. Non dovete intendere la parola anima come la intendiamo noi nella cultura occidentale. Per loro anima è intesa nel senso di dinamismi, animato. Quindi è il concetto di dinamismo. Il **Jing**, invece è la parte più materiale, la materia. I taoisti sono persone per niente spirituali, sono pratici, non utilizzano concetti astratti, campati in aria che non hanno corrispondenza pratica. **Per loro l'unità del vivente è la sintesi simultanea di questi tre aspetti: Shen, Chi e Jing**. Senza uno di questi non c'è esistenza. Vi renderete conto, dalle cose dette fino ad adesso, che in realtà abbiamo parlato sostanzialmente di energia e materia. Abbiamo detto che l'energia viene prima della materia, struttura la materia e che la materia è un concentrato di energia, etc. etc. etc., che la materia funziona in base all'energia, alle direttive dell'energia che l'ha strutturata. Ricordate quando ho parlato del nord e del rene, del vecchio, del saggio, di quello che si mette a distanza da tutto. Abbiamo detto che il movimento parte dall'est, passa le varie tappe e arriva nel punto che abbiamo espresso col concetto di tutto ciò che finisce per ricominciare, il nord, tutto ciò che è a distanza e guarda. È il filosofo, è quello che è staccato dalla presa del mondo e si chiede il senso di tutto. **Questo è lo Shen che è la parte meno materiale, anche meno materiale dell'energia: è il senso dell'energia**. Quando vi ho fatto il grafico dello Yang totale che feconda lo Yin totale, abbiamo il massimo di energia assoluta che feconda lo Yin assoluto il quale poi genera ciò che si tocca, plasma la materia. **Lo Shen, lo spirito per il taoismo non è altro che il senso e la volontà di mettere in movimento. Mette in movimento primariamente l'energia e perché ci sia qualcosa di tangibile nel mondo manifesto c'è bisogno della materia da plasmare. La calamita e la polvere di ferro: la calamita è l'energia e la polvere di ferro si struttura e si organizza in base alle linee di forza di questa calamita. Lo Shen è la decisione di prendere la calamita e di prendere la polvere di ferro. È il senso. Dalle stelle scendiamo velocemente alle stalle per darvi il senso che lo Shen è presente dovunque nella materia, non è un concetto astratto**. La medicina tradizionale cinese dice che lo Shen si vede dagli occhi di una persona. Il medico la prima cosa che deve capire è lo Shen di quella persona. Vuol dire il senso che una persona dà alla sua vita, il suo Shen centrale, il senso della sua vita.

Una persona integrata nella sua vita, che è coordinata con gli scopi che si è data, con gli scopi della sua vita avrà la determinazione nello sguardo, lo Shen si esprime con la brillantezza dello sguardo. La vedi la persona che è viva. Viva significa direzionata, integrata, coordinata. La malattia è sempre una perdita di Shen, sia che agisca a livello materiale del Jing, sia che agisca a livello energetico del Chi. Perché l'impedimento all'espressione del senso della mia vita è una riduzione dello Shen. Non sono più integrato, sono impedito. Anche in occidente diciamo "quella persona non ha più lo stesso sguardo di prima, non ha vitalità negli occhi". In realtà quando facciamo questa osservazione stiamo vedendo la parte spirituale di una persona e per spirituale i cinesi intendevano la capacità di essere a livello tale da essere coordinati, da avere nelle nostre mani il senso della nostra vita. La persona integrata, positiva, coordinata tra il suo volere e la sua azione nel mondo. Quanto più la persona ha coscienza e senso di questo suo agire, tanto più sarà positiva, propositiva e realizzativa.

Se sono determinato, perché so che una cosa è giusta, faccio in modo, il mio Shen fa in modo, che il Chi, l'energia e il Jing, la mia materia, siano direzionati. Noi siamo tutti più o meno sordinati perché oscilliamo continuamente tra un livello e l'altro. Dove siamo più noi stessi in questi tre livelli? Nello Shen. Dunque **tutto ciò che è al di fuori dello Shen è esterno, esterno al senso di noi, della parte profonda di noi**, quella che gli psicanalisti hanno definito l'Es, il super lo, secondo una certa confusione di termini e di concetti.

Noi siamo veramente noi nel punto in cui abbiamo coscienza di ciò che siamo e di ciò che vogliamo fare. Il punto è che non sempre, o quasi mai, ne abbiamo coscienza, ma in realtà il problema è solo l'acquisizione di quella coscienza, noi siamo là e basta. Poi ci perdiamo continuamente negli altri livelli, ma il senso di noi sta qui, dunque tutto il resto è esterno. I casini psichici e fisici degli esseri umani in particolare, tra tutti gli organismi viventi, consistono (sto parlando di malattie anche organiche) nel fatto che noi dislochiamo questo senso di noi su altri livelli. La parte energia e la parte animica, nel senso di dinamismo e di animato, in realtà è la nostra parte psichica. Io penso qualche cosa e utilizzo il corpo per esprimerlo all'esterno. Noi siamo ben consapevoli del fatto che abbiamo una parte materiale e una mentale (in occidente concepiamo solo queste due parti), ma nella parte mentale inseriamo anche lo spirito, l'immortalità facendo delle confusioni pazzesche. In realtà la parte mentale è la parte più dinamica essendo quella meno materiale.

La parte più dinamica è Yang rispetto alla parte Yin, meno dinamica. Io decido delle cose, lo decido a livello mentale, quindi a livello dell'energia. Metto in atto l'energia e utilizzo la materia per esprimere nel mondo esterno questa mia valenza animica. Il problema è che questa decisione dovrebbe essere dello Shen; allora vedremmo che la mente lavorerà coordinata per quello scopo e il corpo lavorerà coordinato per quello scopo. Ma quando noi ci dislochiamo, come succede nel 99,9% dei casi, per cui un giorno abbiamo uno stato mentale di questo tipo e facciamo in modo che il nostro corpo giri e faccia delle cose, il giorno dopo ci troviamo in uno stato mentale di tipo diverso e facciamo cose di tipo diverso, allora siamo contraddittori, sordinati, abbiamo, ansia, depressione, siamo sempre all'esterno dello Shen, non siamo noi. Questa è la grandezza di questa concezione della medicina e della vita.

Se fossimo noi, realmente ad essere depressi o angosciati, gioiosi, malinconici, se fossimo noi non ne usciremmo mai.

Eppure quante volte il giorno dopo, un mese dopo, vent'anni dopo, ridiamo pensando a come c'eravamo impelagati in quelle cose che ci avevano creato tanti casini, e se lo pensiamo ne siamo fuori. Se siamo pratici dobbiamo, secondo un ragionamento logico, non analogico, dedurre che in qualsiasi stato d'animo c'è solo una parte di noi che viene presa e ci dà il senso della totalità di noi. Se fosse veramente la totalità di noi non ne usciremmo più.

La domanda è perché succede? Ed è qui che vi volevo portare.

Perché succede che la parte animica o la parte materiale possano influire, per cui ci si spegne lo sguardo, cioè abbiamo meno Shen? Il contenuto di questi cestini: tutto ciò che sorge, tutto ciò che fiorisce, tutto ciò che nutre, tutto ciò che riflette, tutto ciò che muore per rinascere, sono degli estranei dentro di noi, sono l'esterno rispetto allo Shen.

Cosa vi ho detto fin dall'inizio? Questo è il grafico dei dinamismi e dei movimenti energetici dentro di noi. Se noi fossimo uno di questi saremmo solo questo, non ci sarebbero gli altri. Questo è il modo in cui funzioniamo, con un versante, vedete che i triangoli e le varie cose sono messe in ordine di energia e materia per analogia, in ognuno di questi gruppi che ci compongono, quindi **nessuno di questi può essere tutto noi stessi**, in ognuno di questi gruppi c'è una parte più materiale e una parte meno materiale, organo funzione, parte psichica, etc., tanto è vero che abbiamo detto che quando c'è la prevalenza di uno di questi gruppi noi funzioniamo totalmente secondo questo gruppo. Se c'è l'eccesso dell'est abbiamo le contratture, siamo ansiosi, siamo sconclusionati, tutta la tipologia che vi ho detto...

Cos'è? È qualcosa che ci parassita, perché una cosa è che funzioniamo nella normalità in quel modo e una cosa è che tutto questo ci disturba. È un dinamismo parassita dentro di noi. Se fossimo totalmente quello noi non avremmo nemmeno coscienza del disturbo. Siamo quello, siamo cinque cose insieme coordinate tra loro, è la nostra periferia, così come le braccia sono la nostra periferia. I cinesi avevano intuito che i movimenti della nostra mente sono la nostra periferia. I guai succedono perché essendo immateriali ci identifichiamo e non riusciamo ad uscirne, ma dato che il ritmo della vita è più forte delle nostre stasi mentali ad un certo punto abbiamo un certo periodo in cui usciamo da quello stato di ansia, o di malinconia, o di tristezza, e lo guardiamo da lontano, da fuori.

Quindi non eravamo totalmente in quello stato. Questo per dire che dentro di noi ci sono queste energie che non siamo noi, ci sono questi movimenti espressi dal punto di vista materiale dall'organo fisico e poi, man mano che si va verso l'energia, da una serie di funzioni che analogicamente hanno un legame con questi organi fisici. Ma anche ognuno di questi organi fisici ha il suo Shen, ecco perché c'invade. E quando c'invade? Qual è lo Shen del fegato, del cuore? Lo Shen sarebbe il senso.

Lo Shen dell'individuo è coerente quando tutti i suoi componenti sono bilanciati tra di loro. Abbiamo detto generazione e controllo, perché tutto sia silenzio funzionante. Quando c'è tutto questo, il padrone di tutto questo, quella cosa che brilla negli occhi, può utilizzare questa macchina psicofisica per portare a termine quello che ritiene lo scopo della sua vita.

Quando viene invaso per poco, per molto, in modo massiccio, in modo lieve, da uno di questi altri Shen, o spiriti (non vi dico i nomi perché vi confonderebbero solo le idee) in realtà sono gli spiriti intesi nel senso di Shen, i dinamismi. Noi funzioniamo patologicamente con la predominanza di uno di questi spiriti dentro di noi per cui siamo disturbati nell'espressione della nostra vita. Questo ragionamento è di una semplicità e di una linearità incredibile eppure non riusciamo ad accettarlo.

Il nostro Shen è immutabile, è il Tao, è la scintilla divina che è dentro di noi, è quella cosa che ci fa avere il senso di noi dalla nascita alla morte, quale che sia il ritmo delle trasformazioni fisiche e psichiche che avvengono dentro di noi.

È quella parte che può ricordare un periodo e sentirsene fuori e guardarlo come se fosse lontano. Il guaio è che noi nell'immediato non siamo capaci di guardare la nostra parte mentale cose se fosse esterno, la subiamo continuamente. Rispetto al fisico ancora ancora riusciamo ad avere un minimo di distacco, eppure la civiltà attuale, pericolosamente sta trasferendo il senso di sé sempre più nella parte fisica. "Sono ciò che sembro agli altri": è la cura della scorza, non della sostanza. **Quanto più distanza si mette, dicevano i taoisti, tanto più si è belli.** Questo è paradossale.

Oggi abbiamo una civiltà che trasferisce sempre di più il senso fittizio, perché chi si silicona o si trucca sa bene che è un artificio, non è che non lo sa o non ha intelligenza, ma trasferisce il senso di sé nella materia. **Apparentemente cerca di essere più bello, in realtà diventa sempre più brutto, perché diventa sempre più vuoto, sempre meno sé stesso, sempre meno integrato dentro di sé, e perciò nel mondo.** Quanto più operiamo questa distinzione, tanto più si diventa belli, indipendentemente dalla forma fisica che può essere anche brutta. Conosciamo delle persone che per quello che esprimono, per quello che sono, sono belle, non ce ne frega molto dell'imperfezione fisica, mentre ci sono persone che sono fisicamente perfette dalle quali dopo tre minuti abbiamo voglia di scappare.

Se abbiamo tutto questo, deve essere possibile anche costruire o capire, sempre per legge di analogia, **capire come avviene la nascita reale del nostro Shen.** Perché noi alla nascita fisica non abbiamo ancora la sensazione di noi, non siamo per niente integrati. Lo Shen individuale, non è che ci sia prima, è presente fin dal periodo del concepimento, perché è il senso del concepimento stesso, durante il corso della vita ci sono tappe per le quali lo Shen diventa gradualmente cosciente di sé, cioè l'individuo si sente integrato. La vita terrena, cioè la materializzazione, non ha altro senso che far acquisire questo senso individuale, questa percezione, questa autoconoscenza individuale di sé, che non è altro che la capacità di sentire la parte energia, anima, psiche e la parte materia come periferia di noi stessi. È la cosa più difficile che un essere umano possa fare. **Se la sento come periferia comincio ad usarla, comincio veramente ad utilizzarla, se ci sono dentro la subisco.** Avrò degli sprazzi in cui la utilizzo, poi i guai psichici e fisici del fatto che la subisco e poi le contraddizioni, le depressioni, etc.

Sulla base di questi dinamismi, posso capire come avviene questo processo di autocoscienza graduale, tale per cui ad un certo punto della vita abbiamo il massimo della percezione di noi stessi. Quando cominciamo a sentirci veramente noi stessi? Quando l'individuo, che nasce totalmente dipendente, va avanti un pochino negli anni e comincia a porsi lui come individuo nel mondo? Dopo la pubertà, al sud.

Dove nasce il senso di sé? Per uno può essere a 15 anni, per un altro a 25. Il problema è che una volta arrivati a questo, se il senso di noi, che è al di fuori di questo meccanismo, non permane al sud e controlla tutto il resto, ma aderisce ai movimenti della psiche e della materia, inevitabilmente ricade nel ciclo dei suoi dinamismi credendo di essere lui l'autore. Cosa voglio dire? Che dopo i 20 anni siamo tutti un po' da buttare, diventiamo sclerotici nella mente, oltre che nel corpo. Cosa fa il corpo nel corso degli anni? Segue il suo corso, fino ad arrivare al punto di "tutto ciò che muore per rinascere". La nostra mente fa la stessa cosa. Cosa facciamo delle nostre idee, dei modi di concepire noi stessi, dai 20 anni in poi?

Restiamo spaventosamente immobili. Se guardiamo un adolescente in uno, due, tre anni, spesso è completamente diverso da come era prima a livello mentale, poi comincia a irrigidirsi, ha meno energia, deve irrigidirsi per reggere l'impatto del mondo, per cui deve cominciare nella sua testa a fissare dei punti fermi: "io sono così e sarò così sempre". Non se lo dice forse, ma di fatto finisce per essere così sempre. Tutti noi abbiamo questo tipo di meccanismo, chi più chi meno, perché nessuno di noi può dire di avere totalmente l'autocoscienza dello Shen **e sapere che si può permettere di cambiare se stesso istante per istante senza disintegrarsi. Non cambiamo perché abbiamo paura di ammettere di poter essere diversi da quello che pensiamo. Abbiamo paura che se perdiamo quel senso di noi non resta niente: è come togliere le nostre difese e senza difese abbiamo paura di crollare.**

Allora siamo capaci di mantenere quelle difese per tutta la vita, di teorizzare continuamente la libertà e di non fare un passo per andare realmente verso la libertà. Possiamo essere per tutta la vita dominati da uno di questi cinque spiriti. Dobbiamo riconoscere che siamo tutti così, chi più chi meno. Quanto più lo riconosciamo, tanto più cominciamo a percepire la prigione in cui siamo rinchiusi, un circuito obbligato, per cui abbiamo sempre le stesse tensioni. Possiamo essere altro da quello, possiamo uscirne. **Lo Shen del sud può sfruttare tutti gli altri, può essere in un momento passionale, rapido, caotico, veloce e in un altro può essere tenero, protettivo, in un altro può essere riflessivo e dare buoni consigli, in un altro può chiedersi il senso di tutte le cose decidendo lui quali di questi movimenti utilizzare.**

Invece noi siamo sempre utilizzati da questi movimenti e quando lo siamo in modo cronico diciamo che si tratta di un soggetto epatico, pancreatico, polmonare, etc. quando questo dura nel tempo finiamo per alterare la materia con le patologie organiche di quel gruppo.

Domanda: ... esiste la tendenza ereditaria. Noi siamo uno spirito, al di fuori della mente e del corpo, che viene ospitato in una struttura psicofisica che ci arriva dai nostri avi, dalla generazione. Eredito quel tipo di struttura psicofisica, il compito di questa vita, di me che sono ospitato da questa struttura psicofisica è quello di liberarmi dai vincoli di quella struttura.

Perché uno nasce veloce, l'altro lento? Ogni tipologia ha i suoi aspetti positivi e negativi. **Chi nasce Milza-Pancreas è una persona tenera, lenta, riflessiva, può sfruttare al massimo quelle sue capacità purché se ne distingua. Il problema è solo riuscire a mettere una distanza tra noi e i nostri supporti mentali e fisici, che detto così sembra semplice, ma è la cosa più difficile del mondo, perché presuppone il superamento della paura.** Per avere la luce dobbiamo controllare la paura. Ecco perché non bisogna irritarsi con gli umani, ma comprenderli, anche quando sono antipatici, perché in realtà sono schiavi, sono vittime.

Anche chi ci aggredisce, è lui la prima vittima di sé stesso. Quando io reagisco alle aggressioni verbali o fisiche sto rispondendo al dinamismo patologico di quella persona con il mio dinamismo patologico corrispondente per analogia. Se lui mi aggredisce in modo rapido, reagisco in modo rapido. Se mi aggredisce in modo sibillino, rispondo allo stesso modo. Se mi aggredisce in modo subdolo, perfido, il nord, metterò in atto una risposta di tipo perfido. Finché non capisco che quello che mi sta aggredendo è il suo meccanismo patologico che è uguale al mio... la rabbia che provo io è uguale alla sua: è un movimento che ha a che fare con il gruppo est e che è uguale in tutti noi.

Quello che cambia nelle varie persone è la percentuale di dominanza di queste cinque bilance, ma i movimenti patologici dal punto di vista fisico e psichico sono uguali, ci appiattiscono, non ci distinguono, **ci rendono animali, cioè vittime di un dinamismo animato.** In quel caso non faccio altro che rispondere con il mio dinamismo animale ad un dinamismo animale, e non riesco ad avere una cosa concepita anche dai taoisti, che la religione occidentale ha posto in risalto: la compassione, che non è debolezza, ma comprensione. Se uno mi aggredisce io ho il diritto di difendermi se quell'aggressione mi può fare del male, ma non ho necessità di aderire a quell'aggressione rispondendo con l'aggressione. Una cosa è la difesa, una cosa è la risposta. Quando siamo aggrediti noi vogliamo fare qualcosa di più di quello che abbiamo ricevuto, noi vogliamo far male. Nelle filosofie orientali si parla del non reagire che è il massimo dell'azione che possiamo fare. Significa che nel momento in cui scatta questo meccanismo patologico dentro di me devo mettere in atto tutta la mia energia, tutta la mia azione interiore per non reagire. Nel Vangelo è tradotto con "porgi l'altra guancia". Porgere l'altra guancia è il massimo dell'azione che posso fare. Questo per i taoisti era il judo interiore. Il judo è sfruttare la forza dell'avversario che ti passa attraverso senza colpirti e può rivolgersi di nuovo contro di lui. **Il non reagire non è reprimere la risposta, ma non essere colpiti dall'attacco.**

Non reagire non significa reprimere la reazione, ma elevarsi a livello tale per cui la reazione non ha senso. È evolutivo, non puoi deciderlo mentre sei prigioniero di questi punti, devi essere fuori da questi. Si può raggiungere con l'esercizio della coerenza e della volontà che comincia dal piccolo: se ho deciso che per l'una faccio questo non lo lascio appeso, metto in atto tutta la mia coerenza per riuscirci. Questo non serve per raggiungere lo Shen, ma è un esercizio come quello che vuole fare una maratona e comincia ad allenarsi prima su due chilometri, poi su cinque, poi su dieci. La cosa importante è avere il senso della direzione. Nessuno può volontariamente dire "ora sto un po' nello Shen così ho tutto il mondo ai miei piedi". Tutti noi nei piccoli atti quotidiani possiamo tentare di rimanere coerenti ad un obiettivo e non rimanere continuamente sballati da un punto all'altro, senza controllo.

Alla luce di tutto quello che ho detto finora, alla nascita fisica che avviene all'est non coincide la nascita psichica: il bambino non c'è ancora, c'è il Jing, la sua struttura fisica, c'è un abbozzo di psiche, tant'è vero che può manipolare benissimo la madre, ma non ha Shen, non ha direzione, non ha il senso di sé.

Perché lo Shen cominci a mettere una distinzione minima c'è bisogno che venga percorsa tutta una tappa, la fase della prima infanzia, per arrivare alla seconda nascita che è dopo il menarca, **il periodo della pubertà in cui nasce anche l'individuo.** Se alla nascita fisica la prima esigenza del bambino è il rapporto con la madre come prolungamento del cordone ombelicale (primo atto), il secondo atto è l'angelo caduto che si oppone a Dio.

La prima preoccupazione del bambino è conservare il legame con la madre, la **prima preoccupazione dell'adolescente quando nasce psichicamente è opporsi alla madre,** distinguersi dalla madre. Allora capirete tutti i casini che può fare la madre se nel suo nutrire e proteggere non è equilibrata, perché il bambino di fronte ha la madre. Ci sono tutta una serie di psicopatologie. Per il bambino l'esterno sono i vecchi. Qual è la parte vecchia della legge dei cinque movimenti? Centro, ovest, nord. Quindi il riferimento del bambino che è nuovo, è ciò che è più vecchio di lui. Primo riferimento è la madre che è stata fecondata dal padre (che è il sud).

Nella fase orale la madre è il seno, è l'odore, è il contatto della pelle, è il latte, il nutrimento in quanto tale, è il calore che avvolge il bambino, è il senso di protezione. Se la madre è ossessivamente madre, soffoca il bambino a livello psichico e fisico e allora abbiamo asma ed eczemi nella primissima infanzia. Il bambino sarà nutrito, ma troppo, sarà ingozzato e non potrà respirare. Queste sono le forme di asma peggiori, le più ancestrali e profonde, quelle che non rispondono a nessun trattamento.

Se una madre è in difetto, è poco madre, non dà il seno, per patologia o per scelta, non se ne cura troppo. Questo atteggiamento è l'origine di paure ancestrali che si ripercuotono nella vita adulta con tutta una serie di fobie, di sintomi di tipo mentale o di debolezze fisiche costituzionali. Passano i primi mesi di vita, il bambino comincia a notare che il mondo non è solo il seno della madre, passa la prima tappa, arriva all'ovest che include il meridiano del Polmone/Grosso intestino, l'eliminazione nella parte bassa e nella parte alta e scopre una cosa fondamentale: **che può cominciare lui a dare qualcosa al mondo.**

Mentre nella prima fase è totalmente dipendente, il suo mondo è solo un prendere, in questa fase comincia a percepire nell'ambiente della famiglia la presenza del padre, comincia ad avere un universo un po' più ampio, meno confinato e capisce che può prendere e anche dare. Che fa la madre che nella prima fase è stata ossessiva? Perché se nella prima fase il bambino viene adeguatamente nutrito, adeguatamente protetto gli si dà il suo tempo per fare entrare il mondo dentro di lui senza interferenza, invece la madre in ipo o in iper può alterare il normale meccanismo di sviluppo, dettato solo dai tempi costituzionali del bambino. In questa fase cosa succede? La madre eccessiva, che soffoca il bambino gli impedisce la scoperta del mondo: **il mondo non mi dà niente, io non do niente al mondo, il bambino impara ad utilizzare il meccanismo della defecazione per operare un ricatto.** Si deve difendere in qualche modo e scopre che è l'unico potere che ha in quel momento rispetto alla madre.

Cosa può succedere in questa fase? Che il padre che nutre la madre da un lato, ma può avere un'influenza sul figlio, può reprimere la madre in eccesso, può cominciare ad essere un riferimento, anche minimo per il bambino.

Il guaio è che può capitare un padre e una madre in eccesso e allora abbiamo tutte le forme di autismo infantile severo. Stiamo parlando dei primi mesi di vita. **Tutte le forme di coliti.** Una madre ossessiva con un padre che non riesce a bilanciarla, indurrà in questo individuo, da adulto, l'insorgere di coliti spastiche con stipsi ostinate. "Non ho avuto niente, non do niente al mondo". Viceversa una madre assente con un padre che potrebbe compensare la madre assente; se è intelligente, e si rende conto, sarà un riferimento, altrimenti abbiamo le coliti atoniche, la stasi, la mancanza di controllo, molto spesso; fortunatamente può subentrare nella funzione di madre e di padre, uno zio, un nonno che diventa punto di riferimento. Nella fase Nord, siamo nei primi due o tre anni di vita, il bambino comincia a conoscere il padre, ad imitarlo. È quando la bambina comincia ad avere l'adorazione per il padre o il maschietto comincia a dire "decide papà".

Sul grafico alla lavagna: questa è la fase anale, questa è la fase edipica, perché in realtà in questa fase il bambino più che nutrito viene controllato dalla madre, il Centro controlla il Nord, a tre anni il bambino comincia essere autonomo e la madre lo deve controllare.

Se esercita un giusto controllo, il bambino cresce equilibrato, se esercita un controllo alterato in eccesso o in difetto, i guai a livello psichico e fisico sono comunque inferiori perché il bambino ha più autonomia. I guai cominciano nei primissimi mesi di vita. In questa fase i danni sono inferiori, siamo sui 2/4 anni. Qui siamo sui nove dieci anni, il bambino comincia non solo a guardare il padre, ma a sentire l'energia del padre: ho gli ormoni, posso generare, acquista la capacità di controllare la madre (si contrappone) e la madre intelligente deve lasciare questa libertà perché fa parte dello sviluppo. È lo Shen all'est che sta acquistando un minimo di autonomia da questi movimenti vissuti nell'incoscienza, nel senso che non c'era coscienza.

MEDICINA ENERGETICA CINESE

Docente: dott. Fausto Aufiero

5ª lezione

Oggi ci occupiamo della **diagnostica**. Faremo un inquadramento della diagnostica in medicina cinese e poi vediamo un caso clinico direttamente sulla legge dei cinque movimenti in modo da imparare a utilizzare tutto quello che abbiamo detto finora. Dal punto di vista della diagnostica è possibile organizzare mentalmente il modo di osservare i sintomi di una persona. Se ci rifacciamo alle cose dette precedentemente, i sintomi non sono solo quelli che siamo abituati a considerare in medicina occidentale. In occidente molte cose non vengono prese in considerazione. In medicina cinese i sintomi sono anche tutto ciò che prima dell'insorgenza della malattia ci da segni e sintomi di uno squilibrio che può portare ad una patologia organica. **Le medicine energetiche cercano di conservare la salute, mentre dal positivismo in poi la medicina è stata sostanzialmente polarizzata alla risoluzione della malattia quando è già avvenuta.**

Premessa: non è possibile inquadrare la molteplicità del vivente in uno schema, così come non è possibile inquadrare la molteplicità del modo di ammalarsi del vivente in pochi schemi mentali. Per grandi linee è possibile fare questo sapendo che ci sono quadri di confine non inquadrabili perfettamente. In linea generale, se ricordate tutto quello che abbiamo detto, esiste, ed è un dato tramandato dalla medicina cinese, uno schema diagnostico mentale che è quello delle otto regole.

LE OTTO REGOLE DIAGNOSTICHE

(tenendo conto dello Yin e dello Yang)

La dualità Yin/Yang costituisce una relatività energetica. Il concetto relativo Yin/Yang ci può aiutare a comprendere sintomi e segni che la persona ci porta: il tono della voce, il colorito, il modo di muoversi, la forma del corpo, oltre ciò quello che verbalizza (mi fa male questo e quello, dormo male, etc.). Possiamo inquadrare tutte le informazioni sul paziente almeno secondo otto criteri. Ricordate, anche i trigrammi erano otto...

1. Aspetto qualitativo

L'espressione del dato che andiamo ad analizzare dal punto di vista qualitativo ha una natura più Yin o più Yang? Es: Una voce flebile e una voce piena qualitativamente dove si collocheranno?



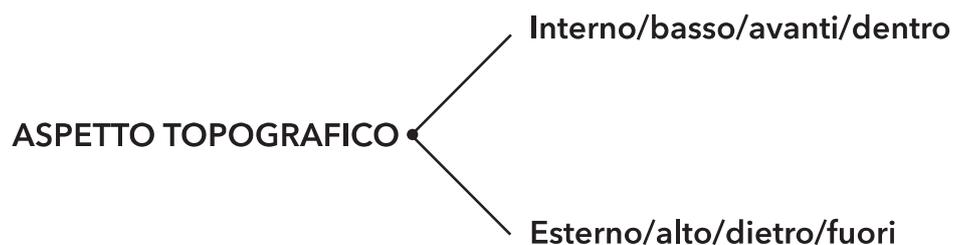
2. Aspetto quantitativo

Il sintomo è da vuoto o da pienezza? Un soggetto pletorico, tonico, rispetto ad un soggetto flaccido: uno è in pieno, l'altro è in vuoto. Poi possiamo dire che il primo è piuttosto Yang e il secondo Yin, ma possiamo anche notare che c'è un aspetto di tipo quantitativo.



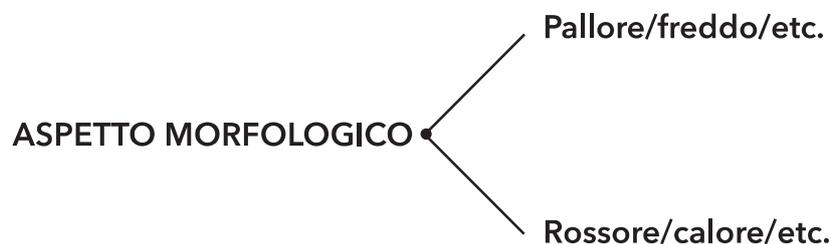
3. Aspetto topografico

Dove si manifesta l'espressione sintomatologica? Se ho una infiammazione al piede la manifestazione è Yang qualitativamente, quindi posso mettere una crocetta qui, ma la localizzazione è Yin, perché è nella parte bassa, allora metto una crocetta qui. Chiaro? Non è che nella parte Yin non possiamo avere una manifestazione Yang



4. Aspetto morfologico

Legato soprattutto all'espressione visiva. Sostanzialmente per la medicina cinese s'intende ciò che avvertono gli occhi, ciò che ascoltano le orecchie, quindi il colorito, il tono della voce, la forma, tutto ciò che attiene il modo di mostrarsi. Può capitare di vedere una persona che è profondamente Yin ma si presenta energica, cioè una persona che si sforza di mostrarsi all'opposto e non è sempre facile capirlo.



Ritorniamo su ogni aspetto:

1. ASPETTO QUALITATIVO: sintomi Yin.

Come si fa a dire quali sono i sintomi e le espressioni qualitativamente Yin? Qui siamo soprattutto sull'aspetto energetico, dell'evoluzione, del dinamismo. Scendiamo dall'energia verso la materia.

Quali sono le espressioni Yin della patologia?

- Prima di tutto c'è l'aspetto evoluzione: **una patologia lenta e cronica** sicuramente ha un andamento Yin.
- **L'assenza di febbre o una febbre** ha un andamento Yin (scarsa reattività).
- **I dolori profondi, mal delimitati, tenebranti** (quando si avverte un dolore tipo colica che è in un luogo del corpo non preciso ma molto violento, con insorgenza infida e lenta: un dolore di una cisti ovarica).
- **L'astenia e la mancanza di energia** è un'espressione Yin.
- **Il tono di voce flebile e una scarsa verbalizzazione.** Abbiamo detto che lo Yang è tutto ciò che si manifesta maggiormente, non è che lo Yin non si manifesti, abbiamo detto che i due concetti sono relativi, ma l'esteriorizzazione dello Yang è più facile, per cui un soggetto che ha una voce flebile, una scarsa verbalizzazione ha una modalità energetica di tipo Yin.
- **Movimenti di ampiezza ridotta e lenti:** quando dico queste cose fate subito riferimento alla legge dei cinque movimenti, tenendo presente che quello che abbiamo detto adesso non lo possiamo riferire direttamente alle tipologie perché la comprensione tipologica avviene dopo aver fatto una ricerca completa su tutti gli otto aspetti. Ricordate che vi dissi che questo è il sud, cuore, calore, etc., questo è l'est, fegato, primavera, etc.; nella parte alta abbiamo soprattutto le espressioni Yang in quella bassa soprattutto le espressioni Yin. Non si tratta di una sola tipologia. Se abbiamo un individuo che si muove in modo lento e calmo, sicuramente non sarà un soggetto cuore o fegato, sarà da qui in giù. **Alla fine dall'insieme di tutte le informazioni e dalla forma del corpo dobbiamo individuare qual è la tipologia più identificabile.**
- **Sonnolenza e torpore** è un aspetto Yin, soggetti che ricercano calma, riposo e amano stare soli. Chi sono nella legge dei cinque movimenti i soggetti che ricercano la calma? Che differenza c'è tra quelli che cercano la calma, quelli che cercano il riposo e quelli che amano stare soli? Quelli che cercano la calma sono prevalentemente Terra, quelli che cercano il riposo sono più Metallo, Polmone, 50/60 anni, e quelli che amano stare solo sono i più introversi, i più isolati, i soggetti Rene. Il rene è espressione Yin.
- **Obesità flaccida e imbibizione dei tessuti.** Dal punto di vista della bioterapia nutrizionale è indispensabile in un soggetto sovrappeso distinguere tra **obesità flaccida e obesità tonica.** Nell'obesità di tipo tonico avremo, dal punto di vista occidentale, un'attività surrenalica forte. Il surrene è la ghiandola che produce cortisolo, adrenalina, etc. . Questi soggetti sono tonici, pletorici, rossi, congestionati. È un'obesità più di tipo maschile, strutturata prevalentemente nella parte alta del corpo. L'obesità flaccida è quella delle persone sovrappeso, morbide, pallide, imbibite. Le prime hanno un eccesso di Yang, le seconde di Yin, ma non sempre si tratta di un eccesso vero. Se ho poco Yin e uno Yang

normale posso avere dei sintomi da eccesso di Yang, perché la bilancia si è spostata in quanto da quel lato è stato tolto qualcosa. L'altro lato che è normale risulterà in eccesso.

- **Gonfiore**, stiamo parlando di sintomi Yin, **edemi, sensazione di corpo pesante**.
- **Atteggiamento cifotico**. Se osserviamo una persona che tende a chiudersi nel suo Yin vedremo che quella persona ha un aspetto, o una costituzione, o una tendenza verso lo Yin. Se invece lo vediamo impettito, rigido, con la schiena dritta, è un atteggiamento di tipo Yang. Dobbiamo vedere poi se è costruito o reale, e quindi se c'è squilibrio tra ciò che la persona mostra e ciò che la persona è. Un atteggiamento può anche essere imposto dal ruolo. Facciamo conto che un individuo costituzionalmente Rene o Polmone, intraprende la carriera militare, dove non può mostrare un atteggiamento cifotico, anche se questa è la sua naturale tendenza. Non significa negativo o positivo, significa che il ruolo che deve recitare nel mondo è in contrasto con la sua natura, quindi per mantenere quella maschera il soggetto consumerà un mare di energia e di questo dobbiamo tener conto quando andiamo a vedere il grado di sofferenza o cerchiamo di capire come l'umano si ammala o vive la malattia.
- Altri sintomi Yin: **pelle pallida, fredda e anelastica**. Non sarà sicuramente una pelle su cui mettendo la mano prendi la scossa che invece è la cute tipicamente epatica, del fegato o del cuore.
- **Il sudore sarà freddo**. Il sudore di una donna in menopausa con le caldane sarà caldo, il sudore di uno che va in collasso pressorio è freddo, è tipicamente Yin.
- **Il respiro è debole, le mucosità sono chiare, non avrà una escursione respiratoria ampia**.

Nella prossima lezione vedremo il modo in cui le varie tipologie vivono il sesso prima, dopo e durante il rapporto. Porterò anche le diapositive per vedere forma e colorito dell'induito (patina linguale) della lingua e la forma della mano e delle unghie nelle varie tipologie. Ci sono immagini di mani più evidenti dal punto di vista tipologico, ma ci sono anche mani che indicano diversi tipi di costituzione. Lei per esempio tra indice e pollice ha una distanza eccessiva, che è un aspetto Polmone. La mano Fuoco è quella più equilibrata. Nel tuo caso la mano grande e lunga, longilinea, l'aspetto Polmone è più marcato. La mano Terra è meno a punta.

Torniamo ai sintomi Yin.

- **Le unghie saranno pallide o cianotiche**,
- **La sete sarà scarsa o assente**. La presenza di sete implica un bisogno di Yin e quindi presuppone uno stato Yang.

Domanda: Allora il diabete è una patologia Yang?

Quando va in squilibrio sì. La persona è agitata, ha poliuria e dimagrisce, però è uno stadio della malattia. **Quando abbiamo un metabolismo rallentato abbiamo poca sete, perché non avvenendo rapidamente i processi metabolici il corpo non chiede acqua. A queste persone viene detto di bere perché "fa bene", ma avendo un metabolismo rallentato quest'aggiunta di Yin con uno Yang che già di per sé è rallentato porta lo Yin ancora più in eccesso di rallentamento. Ecco perché non bisogna bere se non c'è la sete**. Se il paziente beve troppo le urine saranno chiare e non cariche, con un peso specifico basso, espressione di un rene ipofunzionante.

- **Ancora sintomi Yin: potremo avere una stipsi atonica per dilatazione**, con meteorismo piuttosto che una stipsi ipertonica con spasmi.
- **La lingua sarà pallida e umida**, non rossa e secca.
- **La pressione non può essere alta.**

I sintomi Yin miglioreranno con lo Yang. Se su tanti sintomi abbiamo dubbi è importante fare domande. Se uno dice "ho un dolore a un ginocchio". Il ginocchio è nella zona Yin. Se la persona è anziana sta in una fase Yin della vita. Probabilmente è un processo di tipo artrosico (Yin). Se però la persona dice di metterci il ghiaccio... un momento... oppure se vi dice "al caldo il dolore migliora", nel primo caso c'è un'incongruenza e devo pensare che non è artrosi, ma artrite, cioè un'espressione Yang, per cui metto lo Yin, il freddo e migliora. Nel secondo caso è un'artrosi Yin e migliora con il calore (Yang). Oppure dicono "al mattino ho dolore a letto, mi alzo e sono dolorante, poi mi metto in movimento e migliora". Il movimento è Yang, quindi con l'aggiunta dello Yang il sintomo migliora, allora è un sintomo Yin. Chiaro come ci si può aiutare nella comprensione della natura del problema?

La contrattura, **i dolori da contrattura non si manifestano mai la mattina al risveglio**, ma la sera quando si va a dormire e sono un sintomo Yang. Sono un eccesso di tono. Avvengono in persone che hanno difficoltà a rilassarsi e sono in uno stato Yang. Al mattino si svegliano bene, o al massimo si possono svegliare con la mano addormentata. **Quelli che manifestano dolore al mattino hanno un dolore di tipo osseo o degli anelli intervertebrali nel caso delle lombalgie, anche nei giovani. Non è un dolore muscolare. Dicono "mi fa male la schiena, però se mi muovo un poco si alleggerisce, ma se continuo a muovermi, per il lavoro o altro, durante il giorno il dolore ritorna"**.

Il disturbo è Yin, strutturale, è l'anello fibroso tra i corpi intervertebrali ad avere problemi (potrebbe indicare un inizio di ernia discale) mettendo lo Yang (il movimento) migliora, continuando con lo Yang va in eccesso di Yang e lo Yin peggiora di nuovo. Oppure ci sono quelli che dicono che hanno il dolore di notte. Un dolore Yang non è mai notturno, a meno che non sia un fatto acuto, una cefalea violenta, uno sbalzo pressorio, ma un dolore osteoarticolare notturno è sempre Yin, perché la notte è Yin e perché il corpo sta in riposo. Se c'è un dolore vuol dire che è profondo, lento e avrà le caratteristiche Yin.

Altre caratteristiche del soggetto Yin

- **La persona che cerca bevande calde al mattino, ha bisogno di applicazioni calde.**
- **Riceve beneficio dalla pressione dall'esterno.** La pressione è un dinamismo Yang. Se una persona ha mal di testa e mette una pezza stretta, migliora con la pressione. Oppure ha un dolore tremendo che si riduce con la pressione, probabilmente è un dolore Yin perché migliora col meccanismo Yang. Se si ha un'inflammazione acuta e gli metti una mano sopra il paziente grida, quello è un sintomo Yang.

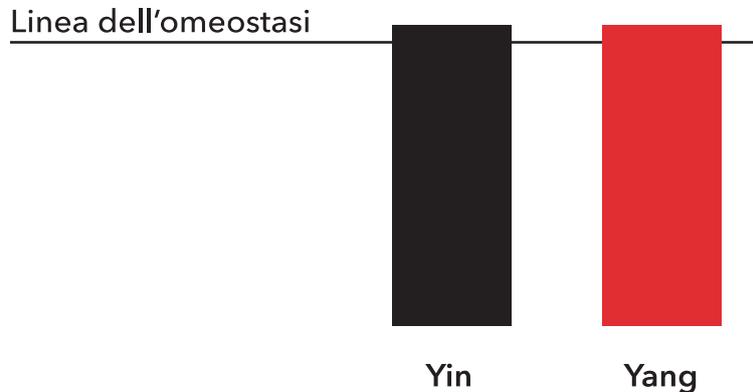
Sintomi Yang

- **Andamento acuto della patologia.**
- **Febbre con insorgenza rapida e picchi alti.** Viene subito e se ne va subito. Ciò non toglie che un intervento Yang acuto nel punto critico può anche ammazzare. Voglio dire che è talmente acuto che non va verso la risoluzione, ma verso la crisi. Un infarto del miocardio o ammazza o risolve, e l'ictus è uguale.
- **I dolori sono superficiali nello Yang:** ho iperestesia cutanea; sono recenti, acuti, brucianti. Spasmi, contratture, iperestesie. Il fuoco di S. Antonio, l'herpes Zoster è una manifestazione tipica del dolore Yang, perché insorge in modo acuto.
- **Il soggetto Yang avrà movimenti ampi, rapidi, snelli.**
- **La voce sarà forte con facile verbalizzazione.** A volte parla troppo. C'è una osservazione che potrete fare con le persone che hanno avuto l'infarto cardiaco, nel 90% avranno dopo una voce flebile, anche se sono giovani. Anche il muoversi può rallentare, ma non per la paura, ma perché viene leso lo Yang. Ci sono anche quelli che rimangono uguali, dipende anche dalla localizzazione dell'infarto e da quanta paura hanno avuto. La voce è legata alla loggia cuore. Tra rene e cuore c'è un rapporto diretto. Nell'infarto si prova paura. Se superano completamente la paura perché non sono soggetti renali, andranno addirittura nella sfida, come quelli che dopo l'infarto fanno le maratone o il giro d'Italia in bicicletta per dimostrare che il loro cuore funziona. Ma se hanno avuto molta paura la voce non sarà più la stessa.
- **Sono soggetti attivi, nervosi e amanti della compagnia.** Stiamo parlando dei soggetti Fegato e Cuore, Legno e Cuore, con tutte quelle caratteristiche.
- **Atteggiamento di iperestensione del dorso,**
- **pele calda, iperemica ed elastica,**
- **soggetti magri e asciutti,**
- **soggetti con obesità tonica,**
- **sudore prevalentemente caldo,**
- **respiro rapido e rumoroso,**
- **muchi tendenti alla densità per eccesso di calore.** La concentrazione è Yin, ma in questo caso i muchi sono densi perché lo Yang ha ridotto i liquidi.
- **Congestione sanguigna, ipertensione,**
- **sete, bocca asciutta, labbra rosse,**
- **urine scarse e cariche.**
- **Ipermotilità intestinale con diarrea o stipsi spastica con dolore, con coliche. Le feci tendono ad essere secche.**
- **La lingua è asciutta, rossa o con induito giallo.**
- **Migliorano con lo Yin.** Esattamente l'opposto dei tipi Yin. Il dolore al ginocchio del calciatore su cui si mette il ghiaccio perché è un trauma di tipo Yang, rapido, acuto e violento.
- **Amano il freddo locale e le bevande fredde.**

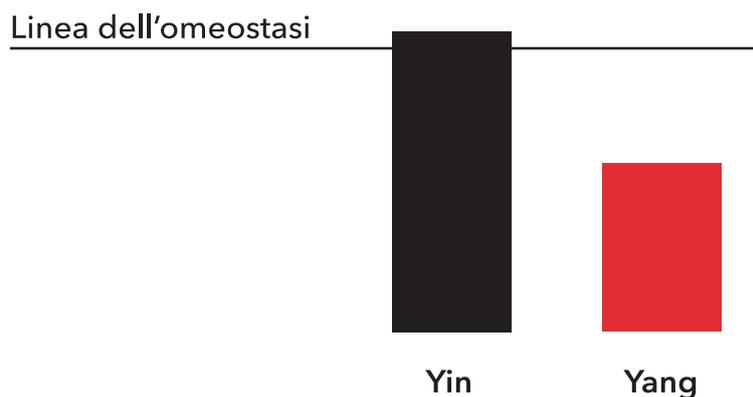
La zona dorsale è Yang quella ventrale Yin per cui i sintomi che compaiono in quelle zone sono di quel tipo anche se dobbiamo chiederci se i sintomi, nonostante siano in una zona Yang non abbiano modalità Yin.

2. ASPETTO QUANTITATIVO

Adesso passiamo all'aspetto quantitativo che è anche più simpatico. Facciamo conto che nella condizione di equilibrio, la nostra parte Yin e la nostra parte Yang, sono in equilibrio: questo è lo stato di salute.

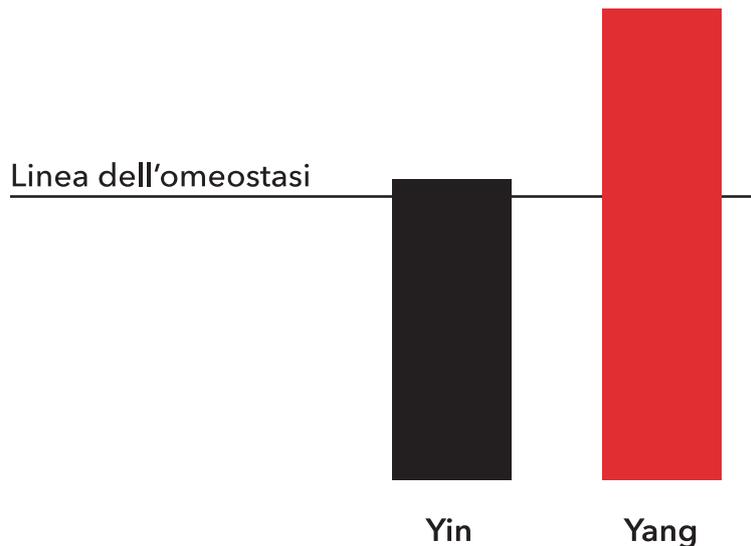


Tutte le funzioni si bilanciano tra loro in modo armonico. Poi per la nostra costituzione o per un evento patologico o un insulto che subiamo, possiamo avere un eccesso o una riduzione dello Yin o dello Yang. Se mi espongo ad un freddo estremo, mi espongo allo Yin esterno. Abbiamo detto fin dalla prima volta che ciò che è in alto è come ciò che è in basso, ciò che è dentro è come ciò che è fuori, le stesse energie sono presenti nell'universo, non sono una peculiarità solo dei sistemi viventi. Se mi espongo ad un eccesso di Yin esterno il mio Yang si riduce e quindi avrò una condizione di questo tipo: non avrò un aumento dello Yin, ma semplicemente avrò una diminuzione dello Yang, perché non l'ho prodotto io, ma è lo Yin esterno che ha messo in crisi la mia parte Yang per cui avrò una serie di sintomi Yin senza avere un eccesso reale del mio Yin. **Avrò una serie di sintomi Yin, ma devo capire che in effetti è il mio Yang che si è ridotto.**



Vediamo l'uso di queste informazioni rispetto ad un evento di questo tipo: abbiamo un soggetto in cui siamo capaci di identificare una riduzione dello Yang. È un soggetto che presenta sintomi di Yin. Indaghiamo e ci rendiamo conto che non ha costituzionalmente un eccesso di Yin, ma solo un vuoto di Yang. Dal punto di vista pratico dobbiamo reintegrare il suo Yang, non ha senso che riduciamo il suo Yin.

Avendo tutti sintomi Yin ci può anche venire l'idea che magari è il caso di ridurli, per cui lo facciamo bere di meno e seguiamo quella linea, ma in quel caso non dobbiamo far altro che reintegrare il suo Yang. Ad una persona che è passata attraverso una tormenta di neve, indipendentemente dalla sua tipologia, sto facendo l'esempio più banale che ci sia, gli mettete una coperta addosso, gli date un tè caldo, lo si strofina (l'esterno è Yang) andando a reintegrare il suo Yang. Se gli viene la febbre alta ci dà l'informazione che è un soggetto costituzionalmente Yang. Il suo Yang mortificato, una volta che si riprende, tende ad andare in alto. **A quel punto avrò una situazione di questo tipo: il suo Yin è normale e il suo Yang in eccesso.**



In questo caso la problematica è di tipo Yang. Essendo costituzionalmente di tipo Yang, avrà sempre e comunque disturbi sullo Yang. Se mortificato vedremo che questa persona manifesterà lo Yin, ma non sarà un eccesso di Yin. In questo caso questa parte in più di Yin non è un eccesso vero dello Yin, ma un eccesso relativo di Yin.

Domanda: come facciamo a capire se una persona ha un eccesso di Yin o di Yang?

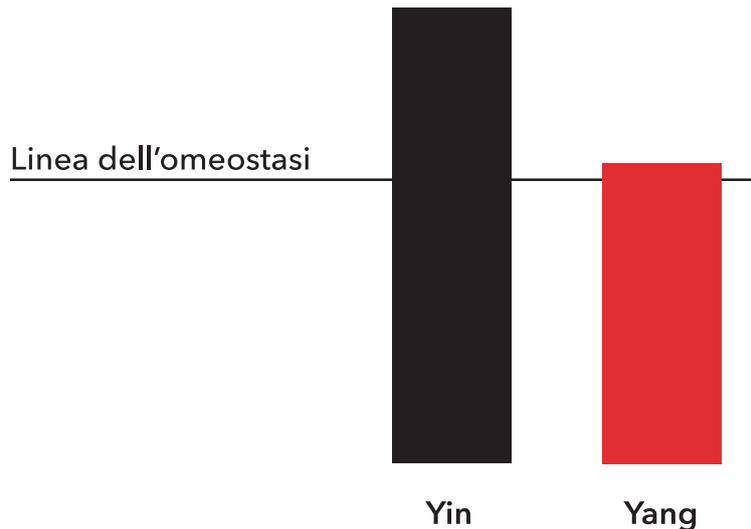
Abbiamo fatto l'esempio del congelamento. Quando questa persona entra nel capanno di montagna comunque è una persona che si espone allo Yin, quindi comunque dobbiamo aggiungere lo Yang. Sappiamo che è entrato in contatto con quella che i cinesi chiamano energia esterna perversa, cioè un'energia che è capace di penetrare. Questa è la pelle, questi sono i corpi muscolari, questa è una sezione di tessuto. Al di sotto della pelle ci sono i muscoli. Tra i muscoli ci sono piani di clivaggio, degli spazi dove c'è liquido. C'è la parte liquida che è il liquido interstiziale e ci sono elettroliti con cariche positive e negative e diciamo che il meridiano di agopuntura non è altro che questo canale al di sotto della pelle tra i piani di clivaggio dei muscoli. Il meridiano è questa zona. Il punto di agopuntura lungo questo tragitto è quella zona in cui al di sotto della cute c'è uno spazio maggiore. Se lo immaginiamo nella linearità ci saranno zone in cui il muscolo ha meno spazio. In alcune zone il liquido scorre in uno spazio inferiore, in altre c'è più spazio e i cinesi dicevano c'è un pozzo dove si può attingere o mettere energia, e questi sono i punti di agopuntura. Con la digitopressione o con l'agopuntura si va ad agire su questi pozzi per regolarizzare il flusso di energia: se in eccesso metto l'ago per disperdere, se in difetto riscalderò il manico dell'ago per caricare. Farò la moxa per riscaldare il punto se ho identificato un vuoto di Yang al di sotto.

Torniamo all'esempio precedente: **le cariche bioelettriche presenti sotto la cute sono tanto più forti quanto più lo stato dell'individuo è Yang.** Abbiamo detto che lo Yang è in superficie e lo Yin è all'interno. Qui stiamo parlando dell'energia perversa esterna "freddo". Dall'esterno di questa zona c'è l'invasione del freddo che è lo Yin. Se l'individuo che per caso si trova esposto a questo freddo ha uno stato Yang equilibrato, avverrà che l'energia perversa non avrà facile penetrazione e troverete le persone che non soffrono il freddo. Quando c'è addirittura l'eccesso di Yang con la pelle iperemica, calda, questi vogliono il freddo, viceversa quando abbiamo una carenza di difesa e quindi una carenza di Yang o un eccesso di Yin in superficie, sotto la pelle, avremo una carenza di ...

Non vi ho dato i termini cinesi, ma ve li do adesso:

- **l'energia che scorre lungo i meridiani, che sarebbero le cariche bioelettriche che si spostano... è l'energia Jong.** Se immaginate un fiume, l'energia Jong è la massa d'acqua che scorre nel letto del fiume, più in profondità che in superficie.
- **i cinesi dicevano che sotto la cute nella parte più Yang c'è una coperta di protezione della profondità che si chiama energia Wei o Oé che significa sentinella, energia difensiva ed è questa che è responsabile del fatto per cui alla minima sensazione di freddo qualcuno può dire "sento il freddo che mi penetra nelle ossa".** Manca l'energia di difesa. Oppure l'altro che dice che, quando entra in una stanza anche non eccessivamente riscaldata, avverte un fastidio per cui ha bisogno subito di aprire le finestre. In quel caso c'è un eccesso di energia difensiva che può essa stessa disturbare.

Quindi nel primo caso avremo un vuoto primitivo dello Yang causato dal freddo o da una perdita di sangue, ci sarà aumento del calore con sintomi che possono esprimere un eccesso relativo dello Yin. In un'emorragia il calore del sangue si perde, quindi si ha una riduzione di questo aspetto Yang, anche se è un soggetto pletorico che sopporta bene una perdita di sangue. Ma se gliene toglie due litri manifesterà dei sintomi Yin: l'astenia, la riduzione del grado di coscienza, la freddolosità. Avrà sintomi che possono esprimere un eccesso relativo dello Yin. Viceversa un eccesso primitivo dello Yin, la classica signora che beve due litri di acqua al giorno, che avrà un eccesso dello Yin con sintomi che possono esprimere un vuoto dello Yang. Cioè lo Yang è normale, ma essendo lo Yin in eccesso, avrà sintomi da riduzione dello Yang. Se bevo due litri d'acqua aggiungo Yin, liquidi, per cui il mio calore, il mio asciutto tende ad essere modificato da questo eccesso.



Faccio un esempio di eccesso vero di Yin: la persona può anche venire manifestando semplicemente una carena di Yang. È chiaro che nel sentire la storia e nella visita potrò capire che il suo Yang è normale, ma lo mortifica per le sue abitudini di vita e di lavoro. Quali sono i segni di pieno vero di Yang? Questi sono dei modi iniziali di cominciare a distinguere i sintomi, dei modi per comprendere. Quando faremo i sintomi sulla legge dei cinque movimenti questo sarà più chiaro.

Nel pieno di Yang i sintomi sono esterni e superficiali:

- oppressione toracica con sensazioni di pienezza.
- respiro rapido e superficiale con agitazione. Ci sono persone che hanno bisogno di un respiro in più continuamente, hanno una pienezza di tipo Yang nella parte toracica.
- il viso rosso e l'insonnia,
- la sensazione di gonfiore addominale, di pressione, il fastidio con indumenti stretti in vita e al collo.

Noi siamo tripartiti, anche per la medicina cinese. **Il nostro corpo**, parlo di medicina cinese, nella parte centrale, esclusi gli arti, **è costituito da tre recipienti: la parte sottodiaframmatica, tutta la zona addominale, la parte toracica e infine la parte della testa e i cinesi parlano dei diaframmi.** Il concetto è quello del diaframma come quello che abbiamo tra l'addome e il torace. I cinesi dicono che abbiamo anche un altro diaframma tra il collo e la testa, dal punto di vista energetico. L'eccesso di Yin o di Yang lo possiamo avere a questi tre livelli anche in contrasto fra loro. Cerchiamo di capire la differenza energetica di questi tre livelli. C'è una cosa che non abbiamo ancora fatto ed è **il sistema del Triplice Riscaldatore che corrisponde in medicina cinese a questi tre livelli e in medicina occidentale esiste per altri canali. Quali sono le differenze tra le tre zone addominale, sopradiaframmatica e cefalica dal punto di vista energetico?**

Dove abbiamo più energia nella testa o nell'addome? Dove siamo più caldi? Perché la parte più vitale nostra è quella addominale? ... stiamo dicendo che possiamo dividere la struttura corporea in tre parti ognuna delle quali è relativamente più Yin o più Yang dell'altra.

Questo è quello che in medicina cinese si chiama **Triplice riscaldatore: superiore, medio, inferiore**. Quando lei dice ho sintomi Yang al torace e Yin alla testa è possibile, perché nessuno appartiene ad un'unica costituzione in senso assoluto. Adesso vedremo in un caso clinico che una persona che ha una determinata struttura costituzionale per un certo tempo della sua vita ha avuto sintomi di un altro tipo, poi sono finiti e successivamente sono intervenuti altri tipi di sintomi.

Torniamo al triplice riscaldatore. **La parte più energetica è quella addominale, è la parte più potente, più veloce dal punto di vista metabolico con processi metabolici velocissimi**. Ci rendiamo conto di quanto le secrezioni sono veloci, mentre le secrezioni del cervello, i pensieri, al confronto sono lenti. I pensieri da un certo punto in poi della vita sono sclerotici, fissi su sé stessi, mentre il metabolismo è sempre giovane, fino alla fine, fino alla morte. **La parte toracica è quella che dà il ritmo energetico: ritmo respiratorio e ritmo cardiaco**. Il diaframma anatomico separa il triplice riscaldatore medio da quello inferiore, il diaframma del collo separa quello superiore da quello medio. Testa, torace, addome. **L'addome ha in modo predominante l'aspetto metabolico: il motore della macchina, il centro dell'energia. La zona alta ha l'aspetto neuro-sensoriale**, non perché nell'addome non ci siano i recettori della sensibilità, ma stiamo parlando delle polarità del nostro corpo che sono due: una metabolica, soprattutto nella parte bassa e l'altra è quella neurosensoriale, **che accoglie l'esterno e si proietta all'esterno**.

La parte metabolica accoglie l'esterno, ma lo trasforma, lo uccide, nel senso di frantumare e ritrasformare gli alimenti. La parte metabolica è velocissima, quella sensoriale ha tempi molto più lenti. **Al centro c'è la parte ritmica**. Il ritmo, l'oscillazione. Quando abbiamo un'alterazione della parte inferiore o superiore, apprendo una notizia scioccante, entra nel polo sensoriale, il triplice riscaldatore superiore, e va a perturbarmi. Una notizia importante, bella o brutta che sia, provoca un aumento della frequenza cardiaca e di quella respiratoria. **Il sistema ritmico è una bilancia che cerca di riportare l'equilibrio tra i due poli**. Il sistema mediano va a mediare tra la parte biologicamente più potente – ricordiamo che il sistema riproduttivo si trova nella parte biologicamente più potente, non certo nella testa – quindi va a mediare e regolare questi due estremi.

La zona in cui abbiamo più autocoscienza, come possibilità di controllo, è la testa, e man mano che scendiamo questa possibilità diminuisce. Possiamo controllare in parte i nostri pensieri, o almeno c'illudiamo di farlo, quanto meno possiamo deviarne il corso e pensare una cosa piuttosto che un'altra, salvo accorgerci che siamo sempre condizionati in questo decidere di pensare. Abbiamo poi un controllo relativo sul sistema ritmico, possiamo intervenire sul sistema respiratorio in qualche modo. Alcune persone, gli yogi, ad esempio, sono riusciti a portare la loro autocoscienza nella zona ritmica, e dopo anni di esercizio interiore, riescono a portare la luce dell'autocoscienza in questa zona fino a controllare il battito cardiaco. Ma nemmeno lo yogi è mai riuscito a portare questo controllo sui processi metabolici fermando il metabolismo degli zuccheri decidendo la quantità di glucosio nel sangue. Eppure siamo su questa terra esattamente per fare questo, ma per farlo dobbiamo avere, dal punto di vista etico, un controllo. Perché alla nascita non abbiamo la possibilità d'intervenire su alcuni tipi di meccanismi del nostro corpo? Perché ci ammazzeremmo, non siamo capaci di farlo. Da un certo punto di vista il massimo della coscienza l'abbiamo nella parte alta.

La testa può diventare vecchia più o meno rapidamente, ed è la testa che ci uccide, il metabolismo può durare in eterno. Siamo noi che ci distruggiamo. Guardiamo la forma del nostro corpo **dal punto di vista anatomico e guardiamo l'aspetto di chiusura e apertura sul mondo del nostro corpo.**

- **Il nostro sistema sensoriale è racchiuso nella scatola cranica**, perciò si dice "sei di coccio", quindi c'è una staticità, una riduzione della mancanza di comunicazione. Per comunicare il sistema neuro-sensoriale ha bisogno degli organi di senso, che sono apparentemente cinque, ma in realtà sono molti di più. Ha bisogno di un canale di comunicazione perché non può entrare in contatto diretto, non può essere integrato col mondo.
- **A livello toracico**, parliamo sempre di anatomia, **abbiamo ancora una gabbia, ma non è rigida**, tende ad aprirsi al mondo, si può dilatare e restringere, lascia entrare l'ossigeno senza controllo. Gli organi di senso di cui abbiamo parlato prima possono essere selettivi, la gabbia toracica lascia entrare e basta.
- **Nell'addome non abbiamo alcuna gabbia**, il mondo esterno nella sua molteplicità entra direttamente in noi attraverso gli alimenti e a quel punto c'è il riconoscimento del sé biologico rispetto all'esterno. Di rigido c'è solo la colonna vertebrale che sostiene il tutto, ma non abbiamo alcuna protezione, ecco perché è continuamente integrato col mondo. Tanto è vero che in questa zona c'è il sistema genitale, il meccanismo di trasmissione della vita.

L'albero è fatto esattamente al contrario. La parte più minerale e più rigida è la testa, nell'albero è esattamente l'inverso perché la parte minerale si trova nella parte bassa, lo Yin e lo Yang girano in modo opposto. Di cosa ha bisogno soprattutto il sistema nervoso per funzionare? Di fosfolipidi ed elettroliti, zuccheri ed energia. I detti popolari racchiudono grandi verità "non ha sale in zucca". **A livello della trasmissione sinaptica se non abbiamo un equilibrio elettrolitico perfetto, non funzioniamo bene a livello neuro-sensoriale.** La pianta localizza questo polo salino nella parte bassa, non in quella alta. Poi c'è un tronco che corrisponde al sistema toracico, ritmico dell'uomo, poi ci sono le foglie che rappresentano ancora il sistema respiratorio della pianta e poi c'è la parte più vitale della pianta, quella che corrisponde al nostro sistema metabolico e riproduttivo: il fiore, che è rivolto verso il cielo. La differenza di fondo tra la pianta e l'animale è che l'animale ha un'anima, ha un grado di coscienza che la pianta non ha, ad iniziare dalla cellula. È un organismo vivente capace di reagire fino ad avere nell'uomo la possibilità non solo della coscienza, quindi dell'anima, della simpatia e dell'antipatia, della depressione o della tristezza, che troviamo anche negli animali, ma nell'uomo c'è la possibilità dell'autocoscienza, dell'acquisire lo Shen, il senso di tutto questo. La pianta non ha anima, ma vita vegetativa. Quanto più l'individuo è primordiale, tanto più prevale l'aspetto metabolico, riproduttivo. **Quanto più si polarizza verso il sistema neuro-sensoriale tanto più la capacità riproduttiva si riduce.** Quando si ha una paura, un trauma psichico profondo, arriva come input al sistema sensoriale, ma va a colpire il polo vegetativo, la parte inferiore. **Una paura profonda si dice che sia una paura viscerale.** Il singhiozzo è una disfunzione del primo diaframma, una difficoltà ad ammortizzare quello stato con il sistema ritmico che è il respiro e il battito cardiaco. C'è un blocco nel diaframma inferiore. Una non perfetta capacità di andare a riequilibrare quella paura in modo rapido ed efficiente.

Il singhiozzo è uno spasmo del diaframma. Allo stato di salute deve corrispondere un perfetto equilibrio tra stato esterno e interno. L'abbiamo detto a proposito delle energie perverse, quelle che abbiamo collocato nella legge dei cinque movimenti: il vento, il caldo, l'umido, il secco, il freddo. Quando c'è un equilibrio ottimale fra interno e esterno, sotto la cute, abbiamo una regolare protezione dalle energie esterne, non soffriamo troppo né il freddo né il caldo. Ci sono persone che dicono di avere la sensazione di avere la febbre, in realtà è la sensazione di Yang in superficie, hanno un eccesso di Yang o un eccesso di energia Wei. Nell'insufficienza dello Yang in superficie c'è la sensazione di freddo in superficie. Ci sono persone che dicono di avere freddo soprattutto alle estremità, **tipico della donna epatica**, che ha spesso le mani livide e gelate anche quando gli altri non hanno fastidi.

Traduciamolo adesso: una costituzione di tipo epatico, quindi sostanzialmente Yang che patisce un disturbo micro-circolatorio soprattutto all'estremità del corpo: ha un vuoto di Yang, per cui deve conservare lo Yang dove più serve a livello vitale e non ha lo Yang sufficiente fino ad arrivare all'estrema periferia, ecco perché soffre sintomi Yin in periferia e non li soffre al centro. Non serve riscaldare, in questi casi, perché tendono ad avere i geloni, ma è necessario regolarizzare lo Yang, tonificare lo Yang. **Quindi bere un tè caldo è meglio che mettere le mani sotto l'acqua calda, portare il calore dal centro verso la periferia.** A livello alimentare ci sono altre soluzioni e poi a livello di massaggio: è inutile massaggiare la mano fredda, ma devo partire dal centro, devo spostare queste cariche. Segni di freddo all'interno e in basso. **Facciamo l'esempio della caldana o della cefalea in menopausa** dal punto di vista dello Yin e dello Yang. Cosa si ha di solito nella caldana? Dal riscaldatore inferiore onde di calore salgono verso l'alto. **Alcune donne le sentono salire dall'addome, altre dal torace. Hanno un eccesso di Yang in alto e un relativo vuoto di Yang in basso con sintomi Yin.**

Non ho detto che hanno un eccesso di Yin in basso; nella donna in menopausa sana che non aveva gonfiore alle gambe, né fastidi particolari; inizia la menopausa come evento fisiologico. Normalmente avviene che queste persone lamentano in modo più o meno intenso una calorosità nella parte alta del corpo, che può arrivare alla caldana fastidiosa con aumento pressorio, ma anche solo come ondata di energia che sale verso l'alto. Facciamo conto che prima era equilibrata, quindi lo Yin e lo Yang erano equamente distribuite nel corpo. Un po' più di Yang nella parte alta, un po' meno Yang nella parte bassa. Ad un certo punto per motivi ormonali una parte dello Yang si sposta in alto. Allora non abbiamo un eccesso di Yin, ma solo uno spostamento dello Yang. Avremo in alto sintomi di eccesso vero di Yang con sintomi relativi di Yin. Cosa dicono di avere? Spesso hanno freddo dalla cinto ai piedi e calore nella parte alta del corpo e poi sentono freddo in generale perché hanno una dispersione dello Yang, ma il problema è sostanzialmente Yang. **C'è un vuoto di Yang nella parte bassa ed un eccesso di Yang nella parte alta, il problema non riguarda lo Yin.** Allora possiamo intervenire con una serie di cose:

- scoprirsi nella parte alta e coprirsi di più nella parte bassa,
- mettere i piedi nell'acqua calda, per cui lo Yang va di nuovo nella parte bassa.
- mangiare alimenti che non tendono a funzionare dal punto di vista surrenalico (abbiamo detto che il surrenalico è quello pletorico nella parte alta), quindi eviterò tutti gli alimenti che eccitano lo Yang in alto, le uova, la carne rossa, i formaggi, le verdure troppo ricche di sali. **L'uovo non da fastidio al rene come funzione, ma eccita il surrene,**

fa aumentare adrenalina e cortisolo. Dovranno mangiare alimenti ricchi di Yin, liquidi, frutta e verdura con acqua di vegetazione, perché questo Yang che brucia li fa tendere a perdere liquidi, infatti hanno sete. **Non è importante assumere acqua in quanto tale, ma alimenti che nel loro Yin contengono acqua.**

Adesso vediamo **un caso clinico**, una persona vera con una storia vera, con sintomi veri e vediamo in base a tutto quello che abbiamo detto come lo usiamo, quale che sia la metodica terapeutica che cerchiamo di utilizzare; che può essere la nutrizione, l'agopuntura, il massaggio, la psicoterapia. Se non inquadrano il problema non possiamo capire quello che c'è da fare. È il caso di una signora di 44 anni. In quale fase della vita siamo? (loggia terra, milza pancreas, madre) vorrebbe avere un figlio, e siamo ancora in questa fascia. Cosa mostra? È più giovanile o più vecchia dell'età biologica? È la prima cosa che dobbiamo chiederci, tenendo presente che l'età biologica non è esattamente l'età energetica. Dobbiamo tenere in conto che ci sono persone che a quarant'anni hanno un'età energetica di uno che ha sessant'anni, come ci sono persone che hanno un'età energetica di gran lunga inferiore a quella anagrafica. Nel caso l'età biologica sia maggiore di quella dimostrata ci sarà una più marcata presenza di Yin e l'andremo a collocare nel posto giusto.

Le informazioni: mi ha detto che è microcitematica. Dov'è localizzato il sangue in questo schema? (sempre Terra) quindi ha un problema ereditario legato al sangue. Ereditarietà diabetica: nonni e zii paterni deceduti per complicanze del diabete. Non sto dicendo che lei è diabetica, ma ha sintomi di squilibri glicemici piuttosto severi. Prima considerazione sul diabete: le complicanze del diabete, così rinfreschiamo la legge dei cinque movimenti. Il diabete, nella sua evoluzione patologica, va incontro a disturbi del rene, della retina e cardiocircolatori. Come li distribuiamo nella legge dei cinque movimenti? **Nella mia testa ci deve essere l'idea che nel futuro devo darle gli strumenti per proteggersi da questo.** Disturbi renali: il rene è a Nord. Chi controlla il Nord? Milza-Pancreas, il primo danno è il rene perché c'è un rapporto diretto di controllo del pancreas sul Rene. Quando nel tempo questo si altera, va a finire **sulla retina che è una struttura del Nord, del Rene.** Occhi/fegato è l'input della vista che entra dentro di noi e il controllo oculare dei muscoli: il miope è un epatico. La retina è un pezzo di tessuto nervoso che sta all'esterno del cervello. È il cortex, al Nord, dove ci sono gli elettroliti.

Il sistema nervoso:

- come trasmissione, come sinapsi è all'est;
- come il fiorire all'esterno, quindi l'input sensoriale è a sud;
- ma la base su cui poggia tutto questo, la trasmissione neurologica e la funzione, il relazionarsi, poggiano sul nord che è la struttura, elettroliti, fosfolipidi e sali minerali. La parte materiale del sistema nervoso dipende dal Rene.

Cosa succede nel diabete? Il primo danno avviene sul rene che è direttamente controllato da Milza-Pancreas, il secondo danno lo fa al cuore, disturbi cardiocircolatori. Se la malattia va ancora avanti va al polmone e avrà disturbi di tipo respiratorio, perché il cuore non funziona più, il piccolo circolo si altera.

Il diabetico finisce per morire per problemi renali organici, o per problemi vascolari: infarti e ictus, o per enfisema polmonare, per difficoltà della circolazione del piccolo circolo, non del grande circolo. Sappiamo che questa paziente dicendoci questo ci mette in allarme sotto questo aspetto, che terremo presente. Padre affetto da diabete metabolico dopo i cinquant'anni, deceduto per infarto miocardico nel 1985. Infanzia senza patologie degne di nota. Ci sta dicendo che nel tratto dalla nascita, l'est; alla gioventù, il sud, è stata una persona sana. Menarca a 8 anni e ½, e ho messo tra parentesi costituzione epatica, punto interrogativo. Questa persona ha effettivamente un aspetto epatico. Quindi il menarca lo mettiamo ad est. La donna epatica ha il menarca precoce e la menopausa tardiva, perché è la donna che ha il periodo fecondo più lungo di tutte. È quella che ha il ciclo più regolare ed è più capace di allattare, anche avendo un seno più piccolo della donna Milza-Pancreas che può non avere latte a sufficienza, anche avendo un seno più grande (di solito ce l'ha, comunque).

Questa donna non ha mai provato ad avere figli anche perché ha la sclerosi a placche. È abbastanza in equilibrio, non è sintomatica. Nel 1986 aveva 26 anni, quindi stava a sud. Si sposò. Spesso il soggetto epatico cerca un soggetto pancreatico.

A volte è un dramma: soggetto rene che sposa il soggetto cuore. Il soggetto cuore vuole parlare e il soggetto rene non vuole sentire. Il soggetto cuore vuole fare l'amore con le luci accese e con gli specchi e il soggetto rene vuole fare l'amore al buio.

Si sposa a 26 anni e inizia ad assumere la pillola anticoncezionale. L'impatto peggiore della pillola anticoncezionale è sul fegato e la mettiamo all'est. Dopo 6/7 mesi interrompe la pillola perché compaiono dei sintomi, in seguito spariti, che solo 10 anni dopo sono diventati chiari nel senso della sclerosi a placche. La sclerosi a placche come malattia dove la metteremo? È acuta o lenta? Lenta, quindi la mettiamo nel quadrante basso. È struttura del sistema nervoso e quindi può stare o al polmone o al rene. Dipende dall'origine della malattia: per quello che si sa ad oggi, la malattia sarebbe dovuta ad un meccanismo antigene anticorpo e quindi sarebbe una malattia autoimmune, nel qual caso appartiene al Metallo e la mettiamo qua. Charamente è vicino al rene, sia ben chiaro.

Quali furono questi sintomi: sensazione del ginocchio gonfio (non reale) con sensazione che tutta la gamba fosse ingabbiata, come una ragnatela, una specie di parestesia, praticamente. Istantaneamente tolse di mezzo la pillola, e meno male! Aveva la sensazione che il piede poggiasse sul velluto, quindi aveva una parestesia anche sotto la pianta del piede. Fu fatta una diagnosi di borsite o condrite, pensarono ad un fatto di tipo ortopedico e la trattarono col cortisone. La sintomatologia sparì. In quel caso le diedero il cortisone senza pensare alla sclerosi a placche (anche se il cortisone si usa anche nella sclerosi a placche). Il cortisone va ad agire sul rene per questo può alterare la glicemia. **Se uso molto cortisone aumento la funzione renale e riduco la produzione di insulina del pancreas e la glicemia salirà. Questo è il motivo per cui il cortisone crea squilibrio nella glicemia.** Per il rischio diabetico, di cui aveva sempre paura, nel 1991 si sottopose alla prova da carico di glucosio: la prima volta la curva glicemica fu normale. Sapete come avviene la curva da carico? Si fa il dosaggio della glicemia e dell'insulina, poi si dà un carico di zuccheri e poi si fanno dei prelievi ogni mezz'ora per andare a misurare insulina e glicemia e verificare come saranno organizzate le curve dopo il carico.

Facciamo conto che ho 100 di glicemia e l'insulina va da cinque a venti. Al momento zero, quando do l'acqua zuccherata avrò sette d'insulina e novanta di glicemia. Do l'acqua e zucchero e dopo mezz'ora devo verificare che il pancreas ha prodotto l'insulina che dovrà arrivare per lo meno a dieci, quindici, e verificherò che la glicemia sarà 130, 150 180, quello che sia. Dopo un'ora può arrivare a 150, fino a 20 di insulina e dopo comincia a decrescere. Nella normalità due ore dopo circa deve ritornare al valore di partenza. Lo scopo è di verificare la funzionalità del pancreas. Se invece di ritornare al valore di partenza entro due ore, ci ritorna cinque ore dopo, vuol dire che c'è un problema al pancreas. Questa cosa è estremamente pericolosa, perché se uno ha il pancreas in difficoltà è una bomba. Tant'è vero che a lei la prima volta sono stati riscontrati valori normali. Quella persona dal punto di vista psicologico aveva in testa questa paura, aveva la sensazione che qualcosa non andava nella sua vita. Dopo un po' di mesi la rifece e i valori glicemici non ritornarono in condizioni fisiologici e la paziente si ricorda di aver avvertito un fortissimo malessere, per cui le scongiurarono di rifarlo. Quando uno ha una ereditarietà diabetica la curva glicemica proprio non va fatta.

Il 15 agosto del '96, siamo a dieci anni dai 26 anni, siamo a 36 anni, quindi da queste parti (grafico) improvvisamente la paziente avvertì scosse elettriche agli arti inferiori e parestesie progressive fino al collo. A quel punto fu fatta diagnosi di sclerosi a placche. Fece cortisone solo all'inizio e poi l'interferone per tre anni, fino al '99. Quindi fino a 39 anni. Nonostante ciò ebbe quattro recidive, per cui decise di cambiare terapia e fece il metodo Kousmine che consiste in una terapia naturale in cui si pratica un lavaggio del colon, che nella sclerosi fa migliorare i sintomi, e poi un'alimentazione con alimenti crudi e prodotti macrobiotici. Di solito in questa malattia funziona per un paio di mesi e dopo il paziente peggiora di nuovo. A dimostrazione che serve pulire il corpo, ma non basta se non gli dai la struttura, praticò la dieta Kousmine da settembre '99 fino a marzo 2000, ma dato che ebbe due ricadute in quel periodo l'abbandonò e riprese l'interferone, perché la paura è tanta. In tutto questo non era molto sintomatologica, non stava su una sedia a rotelle, aveva tremore alle mani, difficoltà nella deambulazione, ma non qualcosa che le impedisse completamente la vita di relazione. Questa terapia continua anche attualmente, per cui una risonanza fatta a novembre 2003 evidenzia una riduzione delle placche encefaliche. **Da due anni assume Stilnox per dormire. Il fegato è irritato dall'interferone, e il fegato si ripercuote sul polmone. Quindi l'insonnia è un problema legato al metallo, ma è causato dal fegato.** I crampi sono francamente epatici, la conseguenza dei crampi è l'insonnia. Da un anno assume anche Prozac come antidepressivo. **L'insonnia è Polmone/Rene.**

Questa è la storia. **Nella cartella che uso indico per prima cosa la patologia principale e poi la richiesta terapeutica del paziente, che può essere diversa dalla patologia.** La richiesta terapeutica in questo caso è abbastanza coincidente: lei chiede il miglioramento della sintomatologia, la soluzione dell'insonnia e della stipsi e la riduzione del peso corporeo, anche se non è obesa. Di questo dovete sempre tenere conto quando lavorerete. Può capitare che arrivi uno con la sclerosi a placche che vuole solo perdere peso. Da te è venuto per quello, poi sei tu che devi tener conto del fatto che ha quella particolare patologia e quindi nel trattare la richiesta del paziente non puoi non tenerne conto. Spesso si fa questa confusione e il medico pretende che il paziente faccia quello che lui vuole, e non è così.

L'attività privata è un contratto privato con una persona. Ad esempio arriva la ragazzina diciottenne che prende la pillola, si alimenta in modo pessimo e ha una serie di fastidi e vuole perdere due centimetri alle gambe. Tu le spieghi che se non mette a posto il fegato non li potrà perdere, invece lei pensa solamente a togliere i grassi e pretende da te che tu faccia come dice lei. Allora tu gli dici: "la tua richiesta è questa; per risolverla devo intervenire sul problema che grava di più sulla tua salute e allora faccio una controproposta, se vuoi la soluzione di quello che chiedi devi accettare il mio programma, altrimenti quella è la porta". Però questo deve essere chiaro. O lo spieghi prima e lei accetta il contratto... **la mancata chiarezza nel rapporto spesso crea un sacco di complicazioni nei rapporti di tipo terapeutico.** Per questo motivo è bene indicare la patologia principale e la richiesta specifica.

A questo punto, finora la persona ci ha raccontato, noi abbiamo chiesto e abbiamo costruito una certa immagine. Adesso passiamo al momento attuale. Abbiamo fatto la diacronicità, il tempo, adesso facciamo lo spazio, il qui ed ora. Cosa ci sta portando in questo momento. Faremo continuamente il riferimento anche al passato, ma adesso passiamo alle disfunzioni organiche generali. Mai cefalea o allergie, dov'è localizzata la cefalea? A sud. Le reazioni allergiche sono localizzate a sud e a est. Ci sta dicendo che non ha mai avuto un eccesso vero del sud o dell'est. Questa paziente ha indubbiamente molti disturbi Yang, ma noi dobbiamo capire se è uno Yang relativo perché è il suo Yin che sta sotto le scarpe, o è uno Yang realmente in eccesso. Dobbiamo capire se il suo problema inizia dallo Yang o dallo Yin, per capirci. Abbiamo un equilibrio dello Yin e dello Yang o no? Oppure abbiamo uno Yin in eccesso con uno Yang normale, per cui abbiamo sintomi di vuoto di Yang, ma sostanzialmente è lo Yin che è in eccesso? **Se non ha mai avuto cefalee o allergie ci sta dicendo che non ha mai avuto il suo Yang realmente in eccesso.** Stipsi cronica da sempre (alvo ogni due o tre giorni) elemento temporale attuale. È una stipsi che deriva dall'est quindi spastica, o è una stipsi che viene dal centro, quindi atonica? È una stipsi spastica con feci secche. Nella stipsi atonica c'è una riduzione della contrattilità, per cui le feci non sono mai caprine, secche, ma normalmente a volte addirittura grasse. Spesso è una stipsi con il senso di insufficienza, perché c'è meno tono, quindi è quella che deriva da Milza-Pancreas. Il pancreas gestisce anche i grassi. In questo caso è una indicazione epatica, ci sono indicazioni epatiche, senza mai esserci un eccesso vero di questi due (est e sud). Allora devo capire che l'iperfunzione relativa del fegato non è dovuta a un suo eccesso vero, ma è dovuta al fatto che è questo che è basso e se questo è basso, allora vanno relativamente in eccesso questi altri. Se ho troppo Yin, quindi un vuoto, avrò uno Yang normale, ma carente, che da segni del vuoto.

Insonnia cronica, ora peggiorata. La stipsi e l'insonnia peggiorano in fase ovulatoria e premenstruale, questo peggioramento in questa fase è un segno epatico. Quando troviamo sintomi in questa fase siate pur certi che il fegato è peggiorato. Ciclo sempre regolare (segno epatico), ma scarso, quindi c'è un vuoto di sangue, anche questo è un segno Milza-Pancreas.

Dal 1996, epoca di ricomparsa e diagnosi della malattia, molta sete, per cui beve tutt'ora 3-4 litri di acqua al giorno. Le ho domandato se beve perché crede che l'acqua fa bene o perché ha sete. Lei ha sete quindi deve bere. Poi sono io che devo risolvere il problema con la nutrizione. Sta in trattamento dal 20 febbraio e adesso le basta mezzo litro d'acqua al giorno.

La sua sete non è legata al diabete, ma al fegato. L'acqua deve fare in modo che il suo rene nutra il fegato, quindi processi metabolici. Ha un fegato che chiede di lavorare e non ha l'acqua per farlo. Tenete presente che sta facendo l'interferone, lo Stilnox per dormire e il Prozac come antidepressivo e questo da anni. La sete patologica deriva anche dal fatto che **non ha mai mangiato frutta durante tutta la sua vita e anche pochissima verdura, soprattutto non mangia verdura cruda**. Non ha acqua di vegetazione da nessun alimento e deve prenderla da qualche parte. La non appetenza per la frutta può essere una difesa dal diabete, ma può anche essere un atteggiamento culturale e la difficoltà da parte del medico sta proprio in questa distinzione. Soffre molto il caldo e non è mai freddolosa.

Questo ci dà l'informazione che il vuoto è soprattutto al Polmone e non tanto al Rene. Il suo problema di fondo oscilla su questi tre assi sintomatologici: Fegato, Milza-Pancreas, Polmone. Occhi brillanti come uno che ha la febbre, si osserva in quelli che hanno malattie autoimmuni, è un eccesso, come se lo Shen avesse la febbre. Debolezza agli arti inferiori, non regge più di dieci minuti in piedi e migliora se comincia a camminare. Attivando lo Yang migliora. Ma dopo aver camminato per circa un chilometro si deve fermare per la comparsa di parestesie che sono ripercussioni che derivano o dal Polmone o da Milza-Pancreas. E anche il fatto che le venga meno l'energia, che è astenia nella parte Yin del corpo, sintomi che vanno localizzati nella zona Yin del grafico.

Funzioni digestive: se si usa la bioterapia nutrizionale in qualunque tipo di disturbo bisogna informarsi sulle abitudini del sistema digerente. È importante conoscere il tipo di vita della persona, se una persona lavora in banca o in ufficio e non può fare pasti regolari non possiamo dire lasci il lavoro per curarsi, a meno che la situazione non sia gravissima. Nei limiti del possibile ci dobbiamo adeguare. Solo due volte a settimana pranza a lavoro. Fa colazione al mattino con caffè e qualche biscotto. Uno o due caffè durante il giorno. 10-15 sigarette al giorno. Ama bere un bicchiere di vino rosso di sera 2-3 volte a settimana. **Il vino rosso** dove va ad intervenire? Per l'aspetto zuccherino sul fegato, ma per il ferro e per l'aiuto energetico cerca di sostenere il suo Yin. **La birra** viene chiesta spesso dal fegato, perché il fegato la cerca. Cioè il soggetto epatico è disturbato dal lievito, ma lo cerca. Perché? Il lievito è qualcosa che fa crescere e il gruppo che chiede più di tutti un impulso alla crescita è il fegato. Perciò i bambini vogliono la pizza e bisogna dargliela (ma deve essere sana, cioè senza zuccheri aggiunti e grassi cattivi), a meno che non siano allergici, il che vuol dire che già hanno questa zona in eccesso. Se diamo il lievito a chi è in eccesso l'allergia peggiora, perciò il lievito è allergizzante. Al di fuori della costituzione allergica nel bambino che cresce, o convalescente, o nella persona deperita per una malattia il lievito è utile. Noi ce l'abbiamo sempre contro il lievito perché da noi vengono persone che sono disturbate. Così è per i formaggi. Fermo restando le controindicazioni: lipidi saturi e eccesso di sali, i formaggi sono preziosi in certi casi. Ma spesso abbiamo a che fare con persone ipertese, con cefalee e con fegato disturbato a cui i formaggi non fanno bene. Non siamo contro i formaggi o contro il lievito per partito preso.

Avversioni e intolleranze: dobbiamo sapere se alcuni cibi non li mangia o se alcuni cibi li cerca proprio. Dobbiamo anche sapere se l'avversione è dettata da un fatto personale, tipo che ha letto che il grasso fa venire la cellulite, oppure è una difesa e in questo caso è da tenere in conto. Importante è l'appetenza, il perché una persona cerca il salato o il dolce. A questa persona che non ha mai mangiato frutta e verdura ho detto subito che senza modificare questo aspetto non potevo fare niente e mi ha detto subito che è disponibile a provare il kiwi e che non mangerebbe mai i cetrioli. Perché? **Primo perché sono molto Yin e poi perché sono estremamente complicati per il pancreas, ci sono persone che non li digeriscono per difficoltà pancreatica.** Dove ha questa persona le maggiori difficoltà? Nella zona Milza-Pancreas e quindi questa è una informazione che ci fa capire che il corpo ha dei meccanismi di conoscenza propri. Quando ho fatto le tre parti (triplice riscaldatore) non ho detto che ognuna di queste parti ha i suoi organi di senso. Noi conosciamo molto attraverso il nostro sistema ritmico, posso avere di fronte una persona simpatica, brillante, intelligente, ma c'è qualcosa di non chiaro a livello mentale che mi dà un senso di allarme rispetto a quella persona. È il sistema ritmico, sono gli organi di senso della nostra parte mediana che conoscono attraverso la simpatia e l'antipatia, l'attrazione o l'avversione. Noi ci regoliamo nel mondo attraverso questo. Non andiamo in un posto perché ci è antipatico, non sappiamo definire coscientemente perché, ma lo avvertiamo nettamente. È una nostra esperienza reale. Conosciamo anche con la nostra parte inferiore, la nostra parte biologica.

Domanda: **bisogna dar retta a questo, o ignorarlo?**

Il problema non è dar retta o ignorarlo, ma quello che è importante è acquisire coscienza e padronanza di questi aspetti (di questi altri "organi di senso") e questo è difficile perché abbiamo detto che man mano che scendiamo abbiamo sempre meno lucidità. In un pensiero posso identificare il momento in cui inizia e quello in cui finisce. Sto pensando al ventilatore, e adesso non ci penso più perché ho trasferito l'attenzione. A livello di percezione so quando comincio e quando finisco, ma a livello di simpatia o antipatia ne ho consapevolezza quando già c'è. **Uno stato d'ansia, la depressione non la controllo perché quando ne acquisisco coscienza già mi ha invaso e finisce quando vuole lei.** Non posso decidere di non pensare più all'ansia. Ho un minimo di controllo, così come c'è l'ho sul ritmo respiratorio. Posso cercare di distrarmi. Se sono depresso non mi metterò con persone depresse in un ambiente depresso a sentire una musica "moscia". In qualche modo posso intervenire in maniera un po' nebulosa, un po' come i sogni. Vi rendete conto che quando sogniamo a volte nel sogno facciamo fatica perché vorremmo che il sogno andasse in una direzione, invece va in un'altra direzione. Perciò si dice che i sentimenti sono sognanti... il sentire lo sentiamo al torace, a livello dei ritmi. **Un impulso, un istinto, come quello della fame, della sete, lo stimolo sessuale, non permettono distrazione,** la potenza di quella imposizione è tale che non c'è distrazione. Posso essere impegnato mentalmente con le cose più nobili e appassionanti, ma se ho fame, riesco a mantenere quel bisogno compresso per un po' e di nuovo mi travolge, per cui invece di pensare alle stelle penso ai bucatini all'amatriciana. La potenza degli istinti... Il problema è acquisire auto-coscienza e utilizzarli come strumenti, "istintivamente mi sono allontanato da quella cosa, istintivamente ho fatto questo" non sai perché, ma hai la certezza che l'hai fatto. Non puoi sopprimere un sentimento, ma hai la certezza che ce l'hai.

Gli alchimisti dicevano “portare la candela nella profondità e illuminare la parte profonda”, portare la luce della coscienza sempre più giù. Attenzione, vedete se c’è sufficiente olio nella lampada, altrimenti sarete travolti dal buio.

I sapori: le ho chiesto quale tipo di colazione gradisce al mattino quando si alza e mi ha risposto che preferiva una colazione salata. Fa colazione abitualmente con il caffè e qualche biscotto, che non è esattamente una colazione salata, ma neppure troppo dolce, perché **il caffè fa ridurre la glicemia stimolando il fegato, ed è un eccitante, e in più l’adrenalina stimola il rene.** Per far abbassare la glicemia ad una persona diamo il caffè, senza zucchero se si è in iperglicemia. **Il caffè alle 11 di mattina, a stomaco vuoto non è proprio l’ideale perché fa andare in ipoglicemia. L’appetenza è per il salato.** A volte non c’è l’abitudine, ma c’è un’appetenza specifica. Non ama i cibi dolci, ma quelli sapidi perché cerca di sostenere il suo rene o di contrastare il pancreas. **Bioritmi dell’appetito:** quando ha fame nella giornata? Mai fame di mattina. Non si sveglia con l’appetito. **Ci sono persone che al mattino hanno bisogno di sostenere subito il loro fegato. Se uno non ha fame di mattina ha lo zucchero alto, anche se non necessariamente a livello patologico. Si sveglia al mattino con una glicemia 100/105. Tempi digestivi:** dobbiamo chiedere se digerisce bene o lentamente, in questo caso è normale. **Masticazione e stato dei denti:** buono. **Valutazione degli esami ematoclinici e strumentali:** c’è qualcosa di interessante, perciò li leggo. Sclerosi a placche in soggetto con evidenti alterazioni dell’equilibrio glicemico. Qui faccio una sintesi di quello che ho capito fino a quel momento aggiornabile nel tempo. Comparsa ed andamento anomalo, in quanto non inizia con diplopia, ma dall’estremità inferiore verso l’alto. Di solito **la sclerosi a placche** inizia con la diplopia, cioè con i disturbi visivi, ma per lei non è stato così. A lei è iniziata nella parte bassa del corpo, in questo senso è anomalo. In molti casi la sclerosi a placche inizia dopo un evento traumatico: la morte del padre. A lei è iniziata un anno dopo la morte del padre. In molti casi l’evento emotivamente significativo è avvenuto uno o due anni prima. Queste sono le osservazioni che noi facciamo, a differenza della medicina ufficiale. L’altro elemento è l’uso della pillola anticoncezionale: in molti casi la sclerosi parte dopo l’uso della pillola anticoncezionale, dopo mesi, non anni. È chiaro che non è la pillola che causa la sclerosi, ma la difficoltà epatica, conseguente alla pillola, scatena una serie di reazioni. Terza cosa, sono persone che spesso hanno avuto un’alimentazione carente di lipidi perché hanno ridotto i grassi e non mangiano frutta e verdura. Queste sono le cose che notiamo con maggiore frequenza fino a poter dire che nel 70% dei casi c’è questo. Questo ci è utile per riuscire a prevenire la patologia.

Qual è l’ipotesi di trattamento? Anche questa modificabile nel tempo. Il primo obiettivo è:

- **stimolare l’attività epatica per migliorare la frequenza dell’alvo, per farlo devo dare acqua di vegetazione, utilizzando verdure crude e frutta, non acqua in quanto tale;**
- **regolazione degli equilibri glicemici, non posso fare una dieta con pasti particolarmente squilibrati dal punto di vista glicemico;**
- **trattamento insonnia e depressione,** usare alimenti che facilitano il sonno, non metterò l’uovo di sera anche se dà uno stimolo epatico e va bene per la sclerosi a placche e per il sistema nervoso; in piccola quantità posso dare anche tagliatelle con uovo e pesto in cui stimolo il fegato per la presenza dell’uovo, ma c’è il pesto che è sedativo. Darò i pinoli che contengono calcio, perché avendo il vuoto a nord ha bisogno di calcio. Infatti

la sua calcemia è ai limiti bassi della norma. Il calcio dicemmo che si trova ad ovest¹. Lei con il salato cerca il sodio.

- **risolvere la sete patologica**, anche apportando alimenti ricchi di acqua di vegetazione (la paziente non ha mai mangiato frutta e utilizza pochissima verdura: questo fattore che ha favorito l'insorgenza della malattia?). Una cosa in cui negli altri casi di sclerosi a placche non avevo polarizzato l'attenzione: non mangiare frutta e verdura fa male a tutti, tanto è vero che anche in televisione, qualsiasi dieta la risolvono facendo mangiare frutta e verdura, ma noi dobbiamo vedere se questo è determinante in questo particolare caso.
- **alimentazione per il tessuto nervoso**, che sono gli acidi grassi omega 3 (elettroliti per la trasmissione neurologica).

Quale deve essere la mia ipotesi? Devo stimolare il fegato, però dare acqua di vegetazione, usare alimenti che stimolano anche l'intestino perché la stipsi si risolve facendo funzionare soprattutto il fegato, ma devo anche dare alimenti lassativi, che da soli non basterebbero, perché la sua stipsi è spastica. Non basta dare semplicemente le lenticchie o gli altri alimenti lassativi, perché non funzionerebbero. **Paradossalmente in questo caso come lassativo può funzionare la banana: ci sono situazioni di stipsi in cui la banana matura fa andare di corpo perché si tratta di stipsi con colite spastica e il potassio è miorilassante. Gli zuccheri della banana aiutano il fegato e il potassio aiuta il fegato. La banana che è astringente in quel caso funziona.** Anche quando inquadrano un paziente possiamo capire in quali casi la banana risulterà addirittura più lassativa del kiwi o la melanzana che invece può disturbare il fegato con il ferro e creare spasmi ancora peggiori. Facendo lo stick urinario ho controllato man mano l'andamento della terapia bionutrizionale.

Domanda: **si tiene conto nella terapia della componente Yin/Yang degli alimenti?**

Il discorso dello Yin e dello Yang nei cibi è relativamente importante, perché quello che conta è il contesto nel quale si agisce a livello dell'individuo, ma anche il periodo dell'anno. Facciamo un esempio: si dice che il pomodoro è Yin perché è ricco di acqua e di sali minerali e di ossalati, quindi ha a che fare col rene, però è anche vero che il pomodoro nutre il fegato e anche il rene nutre il fegato, quindi in che periodo la natura ce lo dà? Nel periodo Yang dell'anno ci dà lo Yin. O lo capiamo in questi termini oppure diciamo banalmente che il cetriolo è Yin perché contiene acqua e l'uovo è Yang perché stimola il surrene ed è una cellula. **Ogni alimento ha in sé anche un'armonia e quindi i due aspetti Yin/Yang, per questo noi usiamo sempre l'alimento in toto.** Se prendo un uovo, l'albume è più Yang e il tuorlo è più Yin, ma a livello di informazione il tuorlo è come se fosse il seme, e quindi al centro dello Yin (proteine, ferro e colesterolo presenti nel tuorlo) è presente l'informazione di crescita, l'elemento Yang. Quindi l'uovo ha entrambe le componenti. Bisogna vedere in quali situazioni lo somministro, per che scopi e cucinato come, perché anche in quello puoi distruggere lo Yin o aumentarlo.

Nell'istante in cui noi andiamo a cuocere un alimento cosa vai a mortificare? Nel cuocere quale energia esterna applichiamo? Il fuoco, quindi il calore, quindi lo Yang, e andiamo a mortificare lo Yin. Infatti gli alimenti vengono asciugati, per questo motivo gli alimenti cotti aumentano i leucociti avendo una azione di stimolo sul sistema immunitario.

¹ Potassio ad Est, fosforo a Sud, magnesio al Centro, calcio a Ovest, sodio a Nord, vedi 4^a lezione.

Il corpo prende un alimento alterato dalla cottura, ucciso in modo più o meno violento, e quindi meno adatto alla vita. L'alimento cotto stimola il sistema immunitario perché obbliga il meccanismo fisiologico del corpo ad attivarsi.

Domanda: perché nella medicina ufficiale si dice che il fritto fa male al fegato?

Perché sono stupidi. Prima dicevano che l'uovo faceva male e adesso dicono che fa bene per tutto. Cosa era vero, prima o dopo? Il motivo è che negli anni dell'industrializzazione le multinazionali agro-alimentari cominciarono a produrre olii di semi che avevano un costo di produzione nettamente inferiore rispetto all'olio di oliva. I produttori di olio di oliva sono piccoli produttori senza alcuna forza commerciale e pubblicitaria, per cui partì il messaggio che l'olio di semi era più leggero e che faceva ingrassare di meno. La classe medica polarizzata solo sui farmaci ha sempre dato scarsa importanza a quello che ingeriamo, ha sostenuto questa cosa e la gente ha cominciato a usare gli olii di semi. I fritti prima si usavano tranquillamente, non c'era la psicosi dei fritti. Senonché con l'utilizzo dell'olio di semi e con l'avvento degli alimenti surgelati e dei precotti industriali (che si sono diffusi ampiamente negli ultimi due o tre decenni), la frittura con olii tossici, la diffusione di alimenti carichi di antibiotici e additivi chimici estranei all'organismo; hanno fatto sì che i nostri fegati hanno avuto una quantità elevata di tossicità da smaltire e quindi molti fegati si sono rovinati. Dalché i medici invece di riconoscere che è il tipo di fritto che fa schifo, non il fritto in sé, hanno semplificato dicendo che il fritto fa male. D'altra parte la medicina tende a proteggere piuttosto che a stimolare, allora se il fritto fa male proteggiamo il fegato eliminando il fritto. Ma se noi proteggiamo, proteggiamo, il bambino (il fegato in medicina cinese è nell'area della nascita e del primo sviluppo del bambino) non cresce mai. Le funzioni vitali (che il fegato innesca essendo l'organo motore di tutti i processi metabolici) non vengono stimolate a funzionare. Infatti le persone che sono un po' avanti negli anni ricordano che una volta il fritto era abituale in ogni famiglia.

Da quando ho smesso la pillola ho incominciato ad avere ipertricosi sul viso...

Perché la pillola andava a sostituire una funzione nel corpo. Adesso che deve rifunzionare il fegato ha difficoltà a trasformare gli androgeni in estrogeni quindi per un po' avrai questo problema. Ti salva una struttura di tipo estrogenino, altrimenti avresti una bella barba.

Come alimenti vanno tolte le uova, il tartufo, il pepe, gli alimenti troppo ricchi di sali e aumentati gli estrogeni, ma bisogna avere un quadro più completo per dare indicazioni più precise. Il DHEA (deidroepiandrosterone), anche nelle anoressiche e non solo, fa crescere la peluria sul mento...

MEDICINA ENERGETICA CINESE

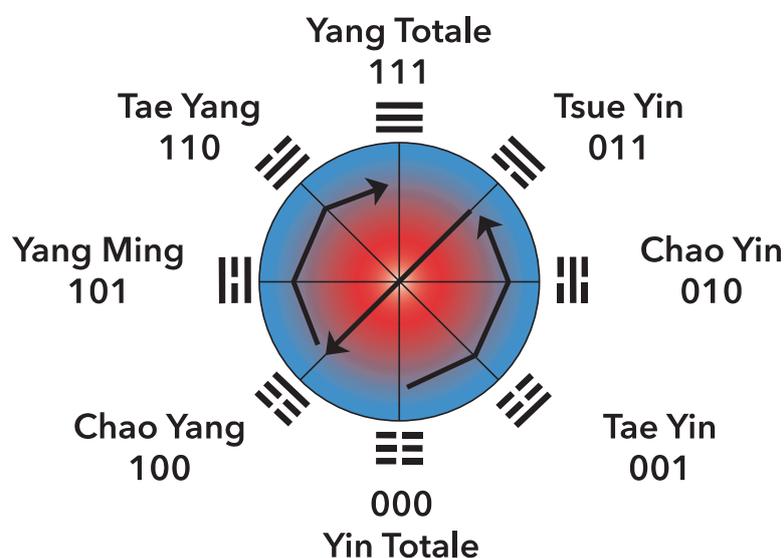
Docente: dott. Fausto Aufiero

6ª lezione

PROIEZIONE DIAPOSITIVE

Sapete cos'è il cinabro? È un minerale presente nelle viscere della terra. Il **cinabro** secondo la medicina cinese, aveva un valore di sacralità come tutti i minerali. Gli alchimisti cinesi, quelli che lavoravano il metallo, dovevano essere necessariamente sposati. Non lo poteva fare una persona che fosse nubile. Dovevano passare attraverso la sessualità. Non solo, ma nella lavorazione dei metalli, il lavoro veniva fatto insieme alla moglie, per cui il maschio Yang si metteva nella fucina dal lato Yin e la femmina si metteva dal lato Yang e c'era tutta una serie di operazioni manuali per la lavorazione dei metalli... tra parentesi, mentre nell'occidente l'alluminio e il bronzo, è stato relativamente tardivo, il bronzo risale al periodo pre-ellenico, l'alluminio addirittura è medioevale, in alcune tombe antichissime cinesi sono stati ritrovati utensili di alluminio che indica che avevano una conoscenza dei metalli assolutamente strabiliante. Ritorniamo al cinabro.

Secondo la medicina cinese quando l'energia si mette in movimento ha bisogno, per creare, di un supporto materiale. È quello che abbiamo detto all'inizio del nostro discorso, implicando necessariamente il tempo necessario di una evoluzione ciclica durante il processo di creazione. Nell'istante in cui avviene questo si crea lo spazio. Tutto il creato è tale perché contenuto in uno spazio/tempo. L'evoluzione normale avviene attraverso un processo di generazione. La generazione presuppone la fecondazione. Il Tao ordina la creazione dell'universo e lo Yang totale feconda il suo Yin (uno uno uno zero zero zero). Quando questi due si attivano cosa succede? Evoluzione/tempo. Questo è il grafico del tempo ciclico, che qui è rappresentato su una superficie piana, ma in realtà è una spirale che procede nel tempo.



Quando lo Yang feconda, ordina allo Yin; lo Yin risponde. La cosa bellissima è che il nome cinese antico dello Yang totale è *kan* che deriva dall'aramaico. In aramaico significa "voglio!" è un imperativo. Il nome cinese dello Yin totale è *tien*, che deriva dall'aramaico e significa "faccio, eseguo". Quando kan feconda tien, tien risponde: Tao Yin, Shao Yin, Tsue Yin, Tao Yang, Shao Yang, Tsue Yang, tutte le funzioni, tutte le stagioni, etc., i diecimila esseri, secondo un ordine. **Perché c'è un ordine nell'universo. Il caos che noi vediamo è solo un disordine che ancora non comprendiamo. Non esiste il caos.** Secondo la medicina cinese la sessualità è un termine che include qualcosa di diverso dal concetto di sessualità che abbiamo in occidente. Noi lo abbiamo ristretto. La sessualità è un processo di fecondazione a tutti i livelli, affinché possa avvenire la generazione, e come tale è sacro perché è il meccanismo che permette la perpetuazione della vita. Questo per arrivare alla sessualità fisica. Stiamo parlando di questa scala. Tutti i dettami che riguardano il processo di fecondazione e di generazione sono racchiusi in un libro molto antico che è arrivato fino a noi, io ce l'ho in francese, che si chiama Su Nu King (King o Ching è libro) letteralmente Libro della Sposa Bianca. Bianca non indica un colore: libro della sposa che non ha complessi, quando l'aspetto della sessualità non ha inibizioni, senza malizia. Questo libro, che è un libro di medicina che veniva regalato dai genitori della sposa allo sposo e viceversa, si può interpretare come l'igiene sessuale della coppia, ma in realtà è un libro di medicina perché tratta dei disturbi della sessualità anche a livello medico. È uno dei libri in cui si parla dei meridiani curiosi o meravigliosi. Sono meridiani che non hanno una proiezione lineare sul corpo...

Domanda: **il libro della medicina cinese che ha portato alla trasmissione in occidente della medicina cinese si chiama Nei Ching**, in cui l'imperatore parla al suo medico di corte e comincia chiedendo come mai nei tempi antichi gli uomini riuscivano a generare fino all'età di 100 anni e adesso ad ottanta siamo un po' decrepiti. E il medico risponde: nei tempi antichi gli uomini erano conformi alle leggi del Tao per cui nel periodo dello Yang, in estate, gli uomini andavano a dormire tardi e si svegliavano presto, nel periodo dello Yin, d'inverno, andavano a dormire presto e si svegliavano tardi. D'inverno abbiamo più bisogno di riposo. Nelle stagioni intermedie, in autunno, gli uomini andavano a dormire presto e si svegliavano presto, in primavera l'inverso insomma marcano la differenza di energia durante l'anno. E parla di come l'uomo riusciva a preservare la sua salute rendendosi conforme all'armonia esterna. D'estate abbiamo meno bisogno di dormire e l'occidente lo ha tradotto nel fatto che la luce stimola il cervello a produrre dei neuroormoni, tra cui la melatonina, che ci aiuta a dormire di meno. D'inverno, in cui fuori c'è lo Yin abbiamo bisogno di proteggere il nostro Yin, non dobbiamo esporlo... Questi libri si trovano, ma alcuni sono pessimi nella traduzione e non si capisce niente. Ho i primi capitoli di una bellissima traduzione di padre Rocher, ve li posso anche mandare. Purtroppo è morto e abbiamo solo i primi capitoli. Il fatto che in inverno usiamo una luminosità artificiale e abbiamo gli stessi ritmi dell'estate, sicuramente con ci fa bene, come concetto. Nel Nei Ching inizia discutendo il problema della fecondazione e della generazione. Quello di cui vi sto parlando il Su Nu king, è il libro della sposa bianca. Quello più importante dal punto di vista pratico è il Nei King. Questo (di cui vi sto parlando) è un libro speciale che parla di un aspetto particolare del nostro funzionamento, relativo all'energia.

Perché questa energia è così particolare per la medicina cinese? Perché su tutte le altre energie dei cinque movimenti noi individualmente possiamo intervenire per riequilibrarle o modificarle, ma nello scambio, nell'atto della fecondazione, in realtà è l'unica volta che noi abbiamo un miscuglio di energie con l'altro. Non è più questione della semplice energia individuale, cioè vado a dormire prima e mi sveglio più riposato, faccio la notte in bianco e mi sveglio male. In questo tipo di rapporto c'è un contatto a livello energetico oltre che fisico tra due esseri distinti, affinché possano diventare uno solo. Ecco perché è speciale. Uno nutre l'altro o uno perturba l'altro. Ecco perché il libro della sposa bianca è un manuale di igiene dell'energia della sessualità, per fare in modo che nel contatto tra i due non ci sia dispersione, non ci sia cattiva circolazione dell'energia, cioè come utilizzarla e preservarla affinché la generazione verso il futuro sia sana. Il concetto di fondo è questo.

Sul nostro corpo, per intervenire su questa funzione, e qui parlo di agopuntura, di funzione terapeutica, esistono dei meridiani che non hanno una distribuzione lineare, come dicevo prima, che non esistono dal punto di vista lineare, ma sono semplicemente dei collegamenti tra i meridiani principali. Se vi ricordate la struttura dei vari meridiani, tre Yin e tre Yang, alto e basso del corpo, etc., esistono dei punti su questi meridiani che presi insieme costituiscono praticamente un codice per computer o la combinazione di una cassaforte. Questi punti presi insieme aprono una funzione del nostro corpo. Poiché sono speciali, misteriosi, l'occidente li ha chiamati **meridiani meravigliosi, meridiani curiosi. Sono programmi segnale.** Se intervengo ad esempio sul 4 Milza-Pancreas che sta nella zona del piede, sul 6 Maestro Cuore e 30 Stomaco, che sta nella zona dell'inguine e li lascio in dispersione risolvo al maggior parte delle dismenorree. **I meridiani curiosi sono quelli che fanno accedere al nostro sistema ormonale.** Se devo intervenire per scaricare una tiroide ipofunzionante, siamo nell'asse del Vaso Concezione, ricordate, devo aprire il programma e poi gli devo dire 'tiroide' mettendo degli aghi nella zona tiroide. Questi meridiani sono quelli che permettono di accedere ai meccanismi della trasmissione della vita. Poi in agopuntura li utilizziamo nell'impotenza, nella dismenorrea, nell'amenorrea soprattutto per stimolare alcuni meccanismi ormonali.

Secondo il ragionamento cinese la sessualità è sacra. Il cielo feconda la terra, etc., ma poiché il taoismo non è una concezione mistica della vita, ma pragmatica, i cinesi dicevano, se questo è vero da qualche parte nella terra ci deve essere lo sperma del cielo: se ciò che è in basso è come ciò che è in alto, se siamo fatti ad immagine dell'universo, se le leggi di base sono presenti dentro e fuori di noi, se ci rendiamo conto che per la trasmissione a nostro livello della vita lo Yang non può solo dare il comando verbale al femminile, ma trasferirlo attraverso la materia che è lo sperma, se questo è vero a livello nostro, deve essere vero anche a livello più generale. Dunque nella terra da qualche parte ci deve essere lo sperma del cielo e deve essere materia, ma deve essere una materia speciale, perché in quanto tale è entrata nel circuito dei cinque movimenti. Abbiamo detto che i cinque movimenti sono espressione del funzionamento di ciò che è già materia, di ciò che è già creato, e lo sperma è già creato, veicola l'informazione genetica. Dunque questo sperma del cielo presente nella terra può essere tale solo se risponde a tutti i requisiti della legge dei cinque movimenti. L'hanno cercato e l'hanno trovato.

È il **cinabro**, che è un metallo molto speciale, molto concentrato, molto duro, di colore rosso. Non poteva che essere rosso. In occidente sappiamo, dall'analisi chimica, che il cinabro è solfuro di mercurio. Quando il Sud fuoco sottopone il cinabro al calore diventa giallo come lo zolfo, Centro, e si libera il mercurio, che è un metallo particolare perché liquido come l'acqua pur essendo un metallo. Provate ad afferrarlo, è inafferrabile come il vento. Per questa ragione i cinesi, non più esoteristi, pensavano che la pillola di lunga vita per sopravvivere nell'eternità fosse a base di mercurio. E avevano sbagliato di grosso. Assumevano questo mercurio che provocava nefriti mercuriali, perché il suo primo bersaglio è il rene, che li mandava nel regno del TAO. Cosa nel nostro organismo e nella terra permette la generazione? L'acqua che è collegata al Rene. Il rene ha l'aspetto Yin che è la funzione acqua e l'aspetto Yang, le surrenali, il sistema ormonale, senza il quale si possono avere organi genitali esterni, istinti sessuali e appetito sessuale, ma non funzionano.

Quindi l'asse della vita passa attraverso il rene. Il flusso della vita che proviene dal passato e ci proietta verso il futuro ci entra dallo Yin, dietro, il passato, nella nostra parte Yang, ci attraversa e va oltre. Va dallo Yin, il passato, verso il futuro, Yang, entra nel nostro Yang ed esce dal nostro Yin, schiena, addome (grafico alla lavagna). Questo è il flusso della vita che va dallo Yin verso lo Yang, in questo flusso ci troviamo noi. Siamo rivolti verso il futuro, quindi diamo la schiena al passato. Questo flusso che viene dallo Yin e va verso lo Yang entra nel nostro Yang ed esce nel nostro Yin perché la relatività Yin Yang deve essere vera a qualsiasi livello. Quindi su di noi ci sono i campi di cinabro, delle zone sacrali del nostro corpo. Non per niente l'anatomia occidentale chiama quest'area "osso sacro".

Cos'è tutta la zona sacrale?

È la mano che spinge la vita. Infatti tra i forami sacrali esce tutta l'innervazione del sistema genitale maschile e femminile, tutto il controllo. È l'arrivo dell'input ipotalamo-ipofisario e neurologico affinché la funzione abbia luogo. Sto dicendo cose di anatomia banalissime. Quella è la zona in cui è contenuto il nostro cinabro: il rene, le surrenali e la zona sacrale. Attraverso il rene passa il flusso umido della vita. I cinesi quando assumevano il mercurio morivano perché il mercurio, che è un metallo liquido come l'acqua, va ad uccidere primariamente i reni che sono l'organo che permette la trasmissione della vita e la contiene. Se tutto questo è vero, è anche vero che lo studio della sessualità del paziente è uno studio fondamentale. Studio della sessualità che non significa che ognuno di noi si mette in modo morboso ad informarsi sulle performance sessuali, proprio perché in qualche modo in occidente abbiamo una mentalità malata e abbiamo perso il senso della sacralità di tutto questo e quindi abbiamo questo atteggiamento interiore morboso, che nella migliore delle ipotesi è controllato ma a volte è incontrollato. È chiaro che dobbiamo avere molto tatto, ma qualche volta è fondamentale perché ci dice a quale tipologia appartiene la persona in modo spesso molto più chiaro rispetto alla forma del corpo che si può alterare per molte ragioni. Il camionista che sta dieci ore al giorno sul suo camion avrà una forma del corpo diversa da chi zappa la terra, o dallo sportivo, possono avere la stessa tipologia, ma la forma del corpo è deformata dal loro vissuto quotidiano. Alcune funzioni di base, però restano uguali, soprattutto la forma delle mani e il vissuto della sessualità.

Allora sulla legge dei cinque movimenti dobbiamo capire a che cosa si riduce nel vissuto delle persone questo meccanismo della trasmissione della vita, perché questo ci permette di capire una cosa fondamentale: **questi cinque movimenti li abbiamo tutti dentro di noi contemporaneamente, perché siamo un sistema aperto, cioè un sistema capaci di ricevere e rispondere (perché quando non avviene più questo siamo morti).**

La paura folle della medicina attuale delle infezioni, la nevrosi della protezione a tutti i costi da tutti i virus, alla meno peggio c'è la malafede del business commerciale, ma credo che a volte sia veramente un atteggiamento mentale. Ci si dimentica che siamo un sistema aperto che può proteggersi da diecimila virus, ma ce ne saranno altri. Dobbiamo essere un sistema aperto funzionante, un sistema aperto sano.

Cosa significa un sistema aperto?

Significa avere input e output, elaborazione di risposte. Che c'entra questo col fatto che tutti abbiamo questi cinque movimenti? **Significa che istante per istante, simultaneamente noi riceviamo e trasmettiamo con la rapidità del fegato, il vigore del sud, la tranquillità forte del centro, l'esperienza dell'ovest e la saggezza del rene.** In ogni atto della nostra vita noi confrontiamo il dato esterno con uno di questi nostri aspetti interni. **Se riusciamo a dare risposte congruenti siamo in equilibrio.** Abbiamo continuamente dall'esterno informazioni di queste cinque energie che sono fuori e dentro di noi. Se cammino per strada e c'è vento sto ricevendo un input dall'Est: le foglie che volano, il vento, le cariche atmosferiche... tant'è vero che ci saranno persone che diranno che quando c'è vento diventano insonni, hanno le contratture, etc.; che ci stanno dicendo? Che su quella pista a livello fisico, emotivo, mentale, quella persona riceve e risponde in modo distorto, perché tipologicamente ha quel tipo di problematica. Poi entriamo in un bar dove c'è una musica di sottofondo molto accogliente e noi che siamo venuti da fuori un po' irritati e infastiditi dal vento, entriamo e immediatamente si attiva dentro di noi la pista dell'accoglienza. Poi vediamo un bellissimo ragazzo, si attiva un'altra pista. Ma questo litiga col vicino, cominciano a darsi botte, oppure comincia a parlare in modo volgare, capite cosa voglio dire, istante per istante ci raggiungono input diversi.

La tragedia è che noi non siamo coscienti della simultaneità e continuità di queste piste che si attivano dentro di noi. **Non abbiamo ancora una coscienza capace di darci il senso di tutti i dati che arrivano dalle cinque piste.** Ancora non ce la facciamo, non abbiamo ancora una coscienza così ampia. **La nostra coscienza è già ampia, in verità, ma noi la teniamo occupata da tanta spazzatura, per cui non abbiamo lo spazio.**

Ricordate nell'iconografia cristiana l'immagine di S. Paolo folgorata sulla via di Damasco? L'istante in cui per un attimo hai la luce. Quella è la coscienza di tutte le piste funzionanti in quel momento. In quel momento sei immortale, nel senso che in quel momento la tua coscienza accoglie tutto. È totalmente diverso dal nirvana dei buddisti. La folgorazione o l'illuminazione, in realtà è quel momento in cui la coscienza riesce ad accogliere la molteplicità del mondo, ti si accende la lampadina. È una folgorazione in piccolo. Ho un problema, un assillo e ci rimugino, non trovo la soluzione, improvvisamente, un odore, una luce e tah! Trovo la soluzione dentro di me. È l'acquisizione della coscienza di una serie di dati ricevuti, registrati sulle piste.

L'estasi è la fuga dai movimenti perché questi dati sono angoscianti, sono oppressivi. Ci sentiamo continuamente bersagliati perché non siamo capaci di assumerli, non siamo capaci di tradurli in conoscenza e allora ci sovrastano. L'estasi è l'insofferenza e la fuga da questo stato. **L'illuminazione è totalmente diversa: mi tuffo in questi dati, riesco ad utilizzarli, riesco ad essere totalmente me stesso.** Questa è la via del Taoismo che in occidente è ripresa dall'alchimia, mentre il buddismo è la fuga. La sessualità è il banco più importante di prova della capacità di utilizzare i dati. Potete avere una bellissima storia sentimentale con una donna, poi quando la conoscete meglio, quando vi rendete conto dello spessore intellettuale di quella persona, pur avendo un'attrazione fisica, non riuscite più a starci perché ci sono una serie di dati che non riusciamo ad assumere, ma nella sessualità, quindi nel relazionarci all'altro, abbiamo la necessità di far coincidere questi dati. **Perciò la realizzazione della coppia sacrale è così difficile. È la sintesi dello scopo dell'universo, non ci dobbiamo avvilire degli amori falliti.** Il tentativo che stiamo facendo è conciliare a livello cosciente quello che già avviene. La volta scorsa vi dissi che la generazione non è necessariamente un atto di creazione fisica. **Il taoismo distingueva nettamente creazione e creatività.**

Per la creazione sono incompleto, ho bisogno dell'energia e della struttura fisica dell'essere complementare a me per generare qualcosa di fisico, quindi un nuovo essere, secondo un meccanismo che è già codificato. Questa è la creazione. Due mondi s'incontrano, interagiscono, si interpenetrano, ne sorge un terzo. Ma per il taoismo, la creatività è superiore a questo perché l'individuo da solo può arrivare ad un livello tale di autocoscienza da fecondare il proprio femminile (se maschio) o il proprio maschile (se femmina), dentro di sé, e generare qualcosa che è superiore alla creazione fisica, che è la creazione artistica. I letterati, soprattutto i poeti erano considerate persone sacre e godevano di grandissimo rispetto nella tradizione taoista, perché erano stati capaci di generare senza il supporto fisico. Poi dovremo capire perché in occidente molti artisti diventano o sono omosessuali, perché non riescono a reggere... nell'atto creativo sono virili e fanno unire il maschile e il femminile dentro di sé, nel quotidiano sono spesso assolutamente disastrosi, omosessuali, pedofili, hanno una vita disgraziata, perché sono persone che mettono in gioco la loro energia di fondo, i loro reni, per creare finché ci riescono e per distruggersi, perché la stessa energia può creare o può distruggere. Sarà interessante vedere brevemente come vivono la sessualità questi gruppi. Ora sapete cos'è il cinabro... è quella che in occidente chiamavano la pietra filosofale...

...Diapositive...

In medicina il problema è sempre distinguere tra quello che il paziente ci mostra da quello che è realmente. A volte ci mostra quello che non è, anche in buona fede, perché crede di essere ciò che non è.

Domanda: la medicina ippocratica aveva quei quattro umori, mancava solo la terra, il centro che è presente sempre e sono esattamente quelli della medicina cinese.

Perché ci sono queste difficoltà nel cercare d'interpretare costituzionalmente un individuo? Perché secondo la medicina cinese noi siamo fatti da tre livelli che sono i tre riscaldatori.

Tre contenitori anatomicamente distinti sul nostro corpo: il primo quello sottodiaframmatico, l'addome, il terzo è quello sopra la strettoia del collo, la testa, poi c'è quello mediano, la parte toracica.

È il triplice riscaldatore:

- inferiore, la volontà;
- il medio, l'emotività;
- il superiore, l'intelletto.

Il triplice riscaldatore inferiore è quello metabolico, quello istintivo, è quello che noi dal punto di vista cosciente non riusciamo a controllare per niente. Si tratta degli impulsi incoercibili, li possiamo trattenere, ma se non li esaudiamo non riusciamo ad avere la mente libera. Nella mente c'è l'aspetto razionale, intellettuale, emotivo, volitivo. A livello centrale, il riscaldatore medio, sintetizzato col concetto di emotività è rappresentato da una croce che è la croce cristiana. Il livello mediano è il fulcro della bilancia che ammortizza le distorsioni mentali e metaboliche che abbiamo. È quello che aumentando o riducendo i ritmi cardiaco e respiratorio va a bilanciare uno shock emotivo, un'informazione in arrivo a livello sensoriale (a livello del riscaldatore superiore), una paura profonda (a livello del riscaldatore inferiore), il livello intermedio, con tachicardia e modificazione del respiro cerca di tamponare quello squilibrio.

Mangio male e m'intossico, ho una ripercussione psichica. Una intossicazione da funghi è molto spesso anche un'intossicazione del sistema nervoso, allora **il cuore immediatamente aumenta il suo ritmo per far circolare di più il sangue e il polmone aumenta la frequenza respiratoria per fare in modo di riequilibrare ed eliminare ciò che si sta perturbando.**

Per l'iconografia cristiana la croce e la funzione del Cristo sulla terra è quella di essere finalmente un equilibrio tra la nostra parte animale (da anima) e la nostra parte superumana, ciò che dobbiamo diventare, e lui è dentro di noi, a mediare tra questi due estremi: ciò che in noi è ancora animale e ciò che deve diventare cristico. Sulla nostra destra vediamo il colore rosso, della volontà, dell'addome, caratterizzato da un polo biologico stabile e costante, su cui noi non possiamo influire più di tanto, mentre i nostri pensieri li possiamo modificare e l'istintualità è intesa come capacità incosciente, biologica e genetica di adattarsi per garantire la sopravvivenza dell'individuo e della specie. L'istinto di sopravvivenza, ad esempio, o l'istinto sessuale animale che è un istinto di sopravvivenza della specie oltre che dell'individuo. Il problema è quando interviene l'intelletto e pensa che quell'istinto sia nobile, mentre è solo animale. È quello che dicevo prima: quando non riusciamo a registrare su tutti e cinque i canali contemporaneamente facciamo confusione, per cui crediamo metafisico un amore che è solo attrazione fisica, oppure sentiamo un'attrazione fisica e non capiamo che è l'espressione di una vicinanza metafisica. Non abbiamo coscienza di ciò che ci succede. Invece **il polo cosciente, che dovrebbe essere quello della libertà in cui possiamo muoverci decidendo, è la capacità cosciente di orientarsi nel tempo e nello spazio, quindi di avere una storia individuale non inserita nel codice genetico.** Nasco nell'Italia meridionale, posso decidere di andare a vivere nell'Artico, dove geneticamente sono state selezionate alcune popolazioni. Certo patirò un adattamento, ma posso deciderlo.

Lo stato intermedio, il polo emotivo di armonizzazione, è la sensibilità, capacità semiosciente di essere impressionati e modificare stimoli interiori ed esteriori. Se ci fate caso non abbiamo altro che questi tre aspetti del triplice riscaldatore, da un lato la coscienza di veglia, che abbiamo durante il giorno, per cui decido che tra poco scendiamo a prendere un caffè al bar. Cioè decido che tutto il mio polo biologico, le mie informazioni genetiche, il mio mondo istintivo, decido di portarlo in una direzione piuttosto che un'altra. È la coscienza di veglia. Dal lato opposto ho qualcosa che per la coscienza di veglia è profondamente addormentato. Non nel senso che è fermo. Ricordate che i bambini crescono durante il sonno, la loro biologia è tumultuosa, e anche nel sonno pre-nascita non dormono sempre, ma dormono moltissimo. Sto parlando del sonno della coscienza, quindi è il sonno senza sogni, il sonno non REM che abbiamo ogni notte. Ogni notte scendiamo nel polo biologico, una parte profonda di noi, solo che non ne siamo coscienti, non abbiamo l'energia, la capacità di essere svegli su tutte le piste di registrazione. Poi c'è il polo intermedio, i sogni, il mondo dei sogni, la fase REM, in cui abbiamo una qualche forma di coscienza per cui a volte poi ricordiamo i sogni, ma non ne abbiamo il controllo. Non siamo totalmente esclusi come conoscenza di quel mondo, ma non abbiamo controllo. Tant'è vero che non abbiamo la capacità di modificare il flusso dei sogni, spesso nel sogno stesso percepiamo il fatto che vorremmo che andasse in modo diverso. Questi tre mondi sono tre mondi reali, anche se noi crediamo che sia reale solo il mondo della veglia cosciente. In realtà noi viviamo contemporaneamente su questi tre mondi. Se non fosse così non capirebbe mai che uno, una mattina si sveglia, e dopo trent'anni che non prendeva una decisione, decide di fare qualcosa che stravolge la sua vita.

Quella decisione l'ha presa su un livello reale del quale non era cosciente. Andiamo avanti con le diapositive. Siamo partiti dicendo che all'inizio c'è qualcosa di assoluto che i taoisti chiamavano il Tao, il grande Uno, che per conoscersi decide di diventare due, il principio Yin/Yang, espressione di una relatività energetica, "che non è un dualismo, ma piuttosto una dualità esplicita che esprime un'implicita unità"¹. Nella creazione della struttura i meridiani Yang scendono verso il basso (il triangolo rosso), intestino tenue-vescica, vescica biliare-triplice riscaldatore, grosso intestino-stomaco. Quelli Yin salgono verso l'alto milza-polmone, rene-cuore, fegato-maestro del cuore. **Quando tutto questo funziona abbiamo l'equilibrio delle funzioni che è una pentasimmetria, una bilancia a cinque movimenti, le cui leggi sono quelle di generazione e di controllo.** Questi sono gli spiriti, ricordate. Queste cinque piste registrano cinque informazioni che sono anche fuori di noi, che hanno loro stesse un polo materiale, uno spirituale e uno animico. Come tali i taoisti li chiamavano spiriti. Tutti e cinque sono Shen, ma lo Shen in assoluto, quello che brilla negli occhi, l'autocoscienza, il senso di sé, il senso della propria vita in realtà è al Sud. Poi abbiamo le cinque tipologie...

La costituzione Acqua può essere di tipo Yin, fragile, minuto, freddoloso, anergico, o di tipo Yang, aggressivo, sadico, di solito i capelli sono neri. La forma della mano: **l'unghia tende ad alzarsi nella parte finale curvando verso l'alto, poi può ricadere sul polpastrello, se si allunga.** Tende ad essere a cucchiaio, a creare uno spazio nella sua parte finale, ad andare verso l'alto. **La mano renale è molto imbibita, le prime nocche mostrano un trattenimento di liquidi, spesso è umida,** in negativo potremmo dire che è viscida, ma stiamo esagerando.

¹ Vincenzo De Paola, *Elementi fondamentali di Agopuntura energetica*, Associazione Medici Agopuntori Italiani, Pagani (SA) 1993.

La cosa principale è l'imbibizione. È una mano morbida, ma raramente calda. Mentre la mano Milza-Pancreas è morbida e calda. A dimostrazione del fatto che Rene e Cuore sono in asse dopo vedremo mani miste. La mano Rene è abbastanza equilibrata e piuttosto a raggiera, che è una caratteristica della mano Cuore, ma questa è più imbibita e non ha la stessa eleganza della mano Cuore.

Le caratteristiche principali del Legno. Il soggetto Legno non è cattivo, ti può anche ammazzare, ma dopo si pente. **La mano legno è caratterizzata dalle strie lunghe palmari e da nodosità delle nocche. La presa è energica**, è un impulsivo, per cui una volta ti stringe la mano e un'altra volta non te la vuole dare per niente perché è arrabbiato. **Il soggetto legno può rosicchiarsi le unghie.** La mano legno non è elegantissima, ma è nervosa. Scarica l'irritabilità rosicchiandosi le unghie. È difficile che le altre tipologie abbiano questo sintomo in modo continuativo. Tutti possono avere una fase fegato in cui si rosicchiano le unghie, ma è diverso per quelli che lo fanno da sempre. L'unghia è robusta, in quanto le unghie sono attinenti alla funzione epatica. Le persone che hanno le unghie fragilissime è perché la loro funzione epatica non è ottimale. I capelli sono legati ai Reni. L'unghia fegato è quadrangolare. Non è brutta, ma nemmeno bellissima.

Il sud, Fuoco ha la **mano a raggiera con il mignolo molto aperto. La caratteristica dell'unghia è che cresce spontaneamente in forma ovale.** È la mano più elegante. La mano femminile per eccellenza. Sulla destra, il mignolo ha quel tipo di piegatura che è un tipico aspetto cuore: un mignolo leggermente piegato all'indietro.

La terra ha una mano abbastanza caratteristica, il soggetto terra è pienotto, le labbra sono carnose. Rotondità, carnosità, floridezza. La mano ha le dita non particolarmente lunghe ed è larga. Non è brutta, ma è una mano accogliente. **L'eminenza tenar e ipotenar sono molto pronunciate.** L'unghia non è rosicchiata. Quella del fegato e questa sono mani contadine, accoglienti. Se ti dà la mano te la dà, mentre il rene ti dà una mano sfuggente. Sarebbe interessante fare le foto delle mani con l'ingrandimento delle unghie, raccoglierle in una cartella clinica e poi farne un commento. Noi abbiamo i meridiani che arrivano nella parte bassa e nella parte alta ... e arrivano fino alle dita. Cioè i nostri punti più energetici sono la punta delle dita e la punta dei piedi, tanto è vero che le scosse elettriche le prendiamo alle punte. **Chi soffre di polmoni, chi ha una problematica o un aspetto polmonare, ha la deviazione a vento dell'indice.** Questo non significa che ha tutta la mano polmone. E non significa necessariamente malattia. Se uno tutta la vita lavora in miniera col tungsteno finirà per alterare cronicamente l'energia del suo meridiano polmone e questo si ripercuote sul tragitto di questa energia, quindi è una deformazione indotta e non di nascita. **In molte persone si nota una deviazione del mignolo verso l'interno ed è il meridiano del cuore.** L'indice è collegato al grosso intestino e polmone, insieme al pollice. Parlando delle tipologie abbiamo detto del Fegato che se lo metti a fare l'impiegato, di concetto muore, fa tutte le possibili patologie: epatite virale, sto parlando di infezioni, di virus. Come osservazione di lavoro abbiamo visto che nei soggetti Fegato che fanno un lavoro non adatto a loro, il fegato diventa sensibilissimo a tutto. Non serve fare le vaccinazioni, la prevenzione va fatta in altro modo.

Come diceva il medico dell'imperatore **“se vogliamo vivere fino a cento anni dobbiamo essere congruenti con le energie che sono dentro di noi”**.

Il Polmone, piccante, olfatto, grosso intestino, calcio, etc., vi dissi che il colore del lutto è il bianco perché è l'ovest che guarda il nord, la morte. La serotonina sta qui, mediatore chimico dello stato di equilibrio. **Il sentimento del metallo è quello di chi si mette di fronte al tramonto e percepisce l'immensa bellezza e sente un fondo di nostalgia per il giorno che va via.** Questo è il sentimento normale. Quello del cinquantenne che si guarda un po' indietro e sente con nostalgia e con affetto molti aspetti della sua vita. La patologia è la tristezza. La serotonina è un neuro-regolatore, antidepressivo. La depressione non c'entra col polmone che può essere triste, taciturno, ma non depresso. La persona responsabile non è mai depressa.

Domanda: la collocazione degli ormoni della tiroide sulle varie logge indica i rapporti che quelle logge hanno con la funzione tiroidea? Sì.

Questi sono i due aspetti metallo. Questo è il mangione, che è uno degli aspetti metallo. Ricordate che è nutrito dalla terra. L'aspetto Yin è il longilineo che tende ad incurvarsi, introverso. Il metallo Yang è il politico, il gaudente. Il metallo Yang può essere la persona intelligente che sfrutta a suo vantaggio tutta l'esperienza che ha fatto. È capace di manipolare tutto, ma lo freggerà il suo metabolismo. Soffre di coliti spastiche, non atoniche. Ecco l'unghia del metallo. Molte volte soprattutto dopo i cinquant'anni, età del Metallo, **vedrete, soprattutto nelle tipologie con molti aspetti Metallo, sull'unghia delle strie longitudinali.** Anche prima dei cinquant'anni se il soggetto ha una costituzione Metallo. La mano è più longilinea di quella del cuore, ma meno armonica. Più contorta. A volte nell'anziano può essere anche **una mano grossa, lunga, può avere le dita contorte**, non dimentichiamo la mano dell'artrite reumatoide. I metallo spesso possono avere patologie autoimmuni. **L'unghia del Metallo è anch'essa quadrata.**

Adesso vediamo qualche esempio di mano mista. Le nostre mano sono sempre miste. Avete fatto le diatesi? **Le diatesi sono una serie di sintomi che le persone manifestano simultaneamente, per i quali si utilizzano gli oligoelementi.** Sono sostanzialmente 5. Questo è un tipo di lettura delle diatesi di Menetrier sulla legge dei cinque movimenti. **La prima è la diatesi allergica.** Sono persone che hanno contemporaneamente sintomi del legno e del polmone. Sono anzi, legno-fuoco-polmone. Dalla legge dei cinque movimenti riusciamo a capire che l'emicrania, i dolori migranti, il fegato per quello che è mutevole, le disfunzioni epatiche, il nervosismo e l'irritabilità sono sintomi del fegato. Gli eczemi, l'orticaria, le variazioni pressorie, i dolori cardiaci e le palpitazioni sono sintomi del sud per generazione. L'asma, che comunque è un'allergia, quindi un disturbo del fegato che si ripercuote sul polmone, la rinite e i disturbi digestivi sono il bersaglio del sud e del fegato e di solito si usano gli oligoelementi: manganese, zolfo. **La seconda, l'ipostenica**, ha come dominanza, si tratta di persone energiche con infezioni respiratorie, sinusiti, coliti, stipsi e diarrea, tendenza ulcerosa e le duodeniti. Gli eczemi, la psoriasi, che è un problema milza-pancreas, le disfunzioni reticolo-endoteliali, ci dicono che il problema è metallo, con ciò che li nutre, la milza, e il bersaglio del metallo che è il fegato. **La terza manganese-cobalto** ha a che fare con il sud. La maggior parte dei sintomi sono palpitazione, dolori precordiali, disturbi circolatori e sindromi neurovegetative.

Sono implicati tutti i gruppi, chi controlla e chi è controllato dal cuore. **La quarta diatesi, l'aner-gica è il rene.** Queste diatesi Menetrier le aveva osservate indipendentemente dalla medicina cinese. La quarta diatesi è l'aner-gica, infezione delle vie urinarie, astenie, etc.; di uno che si trova in questa situazione dovete tener conto che è un renale. Gli oligoelementi sono rame-oro e argento. Se usate l'alimentazione, o qualunque altro tipo di terapia dovete tener conto di questo. **La quinta diatesi di disadattamento,** zinco-nichel-cobalto, ha a che fare con la terra: disturbi metabolici, alopecia, abulia, etc.

LE CEFALIE

Questa è una ricapitolazione di tutti i meccanismi: la cefalea. Cosa possiamo dobbiamo chiedere ad una persona che viene con la cefalea? I sintomi che possiamo avere (si tratta di un tipo di cefalea) sono **testa calda, palpitazioni, tachicardia, ansia, nervosismo, sudori alle mani, insonnia, stitichezza, edemi, pesantezza agli arti, desiderio di dolci, ma soprattutto vi deve dire non posso prendere il caffè.** Questo permette immediatamente la diagnosi di questo tipo di cefalea. Ci sta dicendo che in quella cefalea (che è sempre a sud) è implicato il fegato. A volte la cefalea parte anche solo con l'odore del caffè in un soggetto epatico. **La diagnosi ve la fa fare semplicemente questa domanda: "la sua cefalea migliora o peggiora col caffè?".** La risposta varia da: "se ne prendo un po', se esagero, o mi da fastidio solo l'odore". Questo significa che ha un fegato in eccesso. Però se questa è la diagnosi ci devono essere anche gli altri sintomi. Cioè ti deve anche dire che se esagera con il caffè ha le extra sistole, se no non quadra. La legge dei cinque movimenti ci permette di capire: se mi dice che peggiora con il caffè, nella mia testa c'è l'idea che ha un fegato in eccesso. Allora dovendo essere congruente con gli altri sintomi, devo chiedere subito: "ha mai palpitazioni? Quante ore dopo?" Puoi addirittura sembrare un indovino se chiedi: "da quanto tempo soffre d'insonnia?". Il soggetto cerca zuccheri per aiutare il suo fegato, perché il fegato lavora molto, è in ipereccitazione e produce tossine. Basta che il suo rene sia messo in difficoltà da un'alimentazione che blocca il rene, o da uno stato di paura che blocca il rene anche fisicamente, e partono violente cefalee.

Altro tipo di cefalea

Una persona lenta, calma, che soffre di cefalee. Dice: prendo il caffè e mi sento meglio, oppure mettono **la buccia di limone nel caffè, come farmaco.** Cosa sta facendo? **Sta aiutando il fegato con l'acido citrico che lo attiva e con la caffeina che è uno stimolo per il fegato, ma non agisce direttamente sul fegato, ma sul rene.** Qual è l'idea? **Se hanno un fegato in vuoto hanno una vescica biliare in pieno. Come lo toccate sul collo grida per le contratture a livello di quei muscoli.** Hanno la pienezza toracica, il sospiro. Sono persone riflessive ossessive, non le vedi iper-agitate. Vogliono il sale. Hanno la tendenza alle gastriti. L'origine del problema è il pancreas o il polmone e la cefalea è solamente un bersaglio di quello squilibrio. Come vi ho detto le altre volte possiamo avere un disturbo che origina al Polmone e porta in vuoto il fegato perché se il nipote è troppo forte, sfibra il nonno, il nonno non lo controlla bene, oppure può essere un disturbo primitivo del fegato, il nonno essendo debole non riesce a controllare il nipote che è in eccesso. Queste cefalee sono facili da curare. Le difficoltà vengono con queste altre cefalee.

Domanda: **la cioccolata può causare un peggioramento della cefalea?**

Certo. Molto spesso sono gli stessi che peggiorano col caffè perché la teobromina del cioccolato è come la caffeina del caffè. **Il fegato non ha problemi con i dolci, ma piuttosto con i lipidi saturi del cioccolato che aggravano la funzione epatica, soprattutto quelli al latte che aggiungono i lipidi saturi del latte. Le cefalee peggiori da curare sono quelle che sono indifferenti al caffè la cui origine è dal pancreas o dal rene.** Quelle del pancreas ancora ancora... Qui in realtà il vuoto primitivo del nord provoca un eccesso del sud e quindi cefalea. Curabile tra virgolette. Qui va già meglio. Già capire questo, al di là di quello che una persona sa e può fare, permette di dire: ci proviamo oppure vada da un altro. Queste informazioni vi permettono di gestire... A me capita spesso di avere insonnia dopo eccesso di stanchezza. E quando vado a dormire pur avendo stanchezza estrema non riesco a dormire. Che è successo? **Il rene è andato in vuoto e per l'eccesso di vuoto il sud va in pieno e non riesco a rilassarmi.** È una condizione del tutto patologica. Le persone a cui questo avviene spesso prima o poi si ammalano. La cefalea che subentra quando passa il punto della fame ha lo stesso meccanismo. Ho fame, ho fame, ad un certo punto sembra che non ho più fame. Che bello ho vinto! Sembra che hai vinto l'istinto. Manco per niente, quella potenza istintiva si è iscritta ancora più in profondità, al di sotto della soglia di coscienza che ti dà l'impulso alla fame, quindi è molto peggio, non è meglio. Le cefalee che dipendono da un fatto ormonale spesso sono di tipo renale, anche se spesso nelle cefalee mestruali è implicato il fegato. Le donne che soffrono di dismenorree sono di solito epatiche o hanno una componente epatica e spesso hanno cefalee di quel tipo.

LA SESSUALITÀ NEI CINQUE MOVIMENTI

L'atto della sessualità è un dinamismo che si compone di una parte Yang e di una parte Yin in ogni suo momento. Posso avere un sistema biologico perfettamente funzionante, un sistema ormonale perfettamente funzionante, una capacità intellettuale normale totalmente impegnata in un problema particolare che non attiene quella sfera, per cui non manifesto nessun desiderio di sessualità. Ricordate quello che vi ho detto prima: volontà, emotività, intelletto, se uno dei tre predomina è un po' come se su una delle piste c'è un frastuono eccessivo per cui le altre due non sono ferme, ma sono in sottofondo. Qual è l'aspetto Yang nella sessualità? Non è il desiderio che può essere dettato dal piano istintivo, semplicemente come un qualsiasi altro appetito. Se passa un tempo x, variabile da persona a persona, posso manifestare in forma istintiva quell'appetito. L'aspetto Yang è la tendenza interiore, spirituale alla trasmissione della vita, tale per cui il maschile continuamente nell'universo visibile cerca lo Yin. Questo avviene a tutti i livelli. Abbiamo parlato dell'artista che si relaziona con la sua parte femminile per creare. **Non sta facendo altro che rispondere all'esigenza di noi, fiammella spirituale inserita in uno spazio/tempo di una evoluzione ciclica, quella di ricongiungersi al proprio Yin o al proprio Yang per fare in modo che non ci sia più bisogno della ciclicità, di questa oscillazione continua che in fondo è una prigione, una griglia della quale noi tutti vogliamo liberarci e profondamente in noi, non a livello cosciente, sappiamo che la strada è il ricongiungimento.** Allora ci sono tutti i simbolismi: la spada spezzata che cerca di riunirsi, etc. Questo è il vero aspetto Yang della sessualità intesa nel senso globale. Appena un gradino sotto c'è l'aspetto fantasia. L'appetenza si manifesta con la preferenza. Tutto il guazzabuglio che si fa per coltivare il proprio aspetto esteriore non è altro che un meccanismo animale per essere appetenti.

In realtà andiamo a modificare non la nostra costituzione, ma l'apparire, per cui diventiamo appetibili, perché c'è istintivamente una scelta. Possiamo vedere dieci bei ragazzi o belle ragazze, ma di questi due ci attraggono, uno così così, il resto per niente, e magari secondo certi canoni estetici sono anche più belli, ma di per sé non ci dicono niente. Sentiamo un moto verso una serie di persone e non verso altre. La manipolazione esteriore altera molto questo aspetto e lo confonde, per cui non riusciamo più ... e succedono i casini.

Un aspetto Yang più basso è questa nebulosità perché sappiamo com'è il nostro Yin e il nostro Yang, non lo sappiamo coscientemente, ma nebulosamente sappiamo che quella persona ha qualcosa della persona che stiamo cercando. Certe volte questo è parecchio forte, per cui cerchiamo di sposarci, e solo dopo scopriamo che è solo il dieci per cento di quello che cercavamo.

Domanda: lo cerchiamo perché ci manca o perché ricorda quello che abbiamo?

Ricorda quello che abbiamo dentro, ricorda quello che è stato spezzato dentro di noi nell'istante in cui siamo piuttosto Yin o piuttosto Yang come struttura fisica o mentale. Spesso la parte non congruente di quella persona diventa talmente di disturbo che ci si lascia o succedono tragedie. La comprensione di come siamo può aiutare anche nella scelta. Se mettiamo insieme le informazioni dette finora diventa abbastanza semplice cercare di capire il modo di vivere la sessualità di queste tipologie. Teoricamente dovremo fare una distinzione tra il modo di vivere la preparazione alla sessualità, il comportamento dell'individuo durante l'atto fisico e il comportamento dell'individuo dopo l'atto, e le zone erogene, che ci dicono tantissimo. Una donna che non ha il seno come zona erogena, sicuramente non ha nessun aspetto Milza-Pancreas. Non abbiamo il tempo di vedere questo per ogni gruppo, ma l'importante che vi ricordiate il movimento dell'energia. Il ritmo bioelettrico dei singoli soggetti.

Le onde del fegato sono frequentissime e irregolari, come vivrà la sessualità un soggetto fegato? Sarà fedele o infedele? Potrebbe essere infedele, come anche il renale che è l'infedele sadico, che programma l'infedeltà, che potrebbe anche avere tre mogli contemporaneamente, ma disgraziatamente per lui non ne ha l'energia. Il soggetto legno non è realmente un infedele, è uno che si distrae facilmente, che ha bisogno del mutamento. È un impulsivo, che si butta nella passione travolgente. Dal punto di vista biologico è talmente impulsivo che non conclude l'atto, soffre di eiaculazione precoce e nelle donne di vaginismo, eccesso di contrattura. Ci ricordiamo che questo è il bambino, è ciò che sorge, non è ciò che è già fiorito o ciò che è florido. Come tale il disturbo della sessualità non è un disturbo psichico, ma un disturbo di adattamento e di immaturità. Il soggetto fegato ha degli aspetti immaturi. È uno energico, generoso, si butta, ma non è affidabile. Non gli puoi dare un incarico di responsabilità. Se gli dici: "vai su quel ponte salta giù o prendi una cosa e portamela" se lui è motivato lo fa, ma se gli dici: vai tutti i giorni sul quel ponte a quella data ora per dieci anni, perché è fondamentale; anche comprendendone l'importanza non sarà capace. Non è affidabile. Quindi anche nella sessualità, nel rapporto di coppia. Un soggetto fegato si sposa con una donna pancreas o metallo (meglio). Che succede? Il soggetto fegato il sabato sera vuole uscire, ma il soggetto terra vuole restare a casa. C'è un controllo diretto uno sull'altro. Può capitare che quel soggetto cerchi questa donna perché gli dà stabilità, perché è un bambino che cerca la madre.

Se invece sposa una donna metallo, per lui è peggio, ma il rapporto è più stabile perché la donna metallo lo sa manipolare. Lo sfrutta con intelligenza. Può essere una fortuna per il soggetto fegato. Questa è troppo madre, questa è la donna manager, sa gestire la potenzialità del partner e paradossalmente può essere meglio. Durante l'atto il soggetto fegato non si mette là meccanicamente. Troverete il letto sottosopra perché ha bisogno del movimento. Dovete ricordare che quello è il movimento dell'energia e quindi a qualsiasi livello, qualsiasi cosa fa avrà questo tipo di espressione. Dopo l'atto come niente vuole andare a passeggiare, vuole andare al cinema, è gasato. Chiaramente è in parte un introverso, è il bambino vivacissimo che vede il mondo più grande per cui si può chiudere se il mondo è troppo per lui. Rispetto alla donna polmone, se è un maschio, se questa è intelligente lo può gestire, gli dà spazio, se non lo è lo inibisce, lo blocca. Se il fegato si rende conto di essere gestito esplode, rompe tutto.

Il soggetto cuore, tutto ciò che fiorisce, è quello che ha bisogno della storia d'amore anche dal punto di vista sentimentale. È quello che nell'amore ha bisogno di parlare o di ascoltare, è il contrario del soggetto rene che vuole tacere, è concentrato solo su di sé. Chiaramente è il soggetto più equilibrato perché fa vivere tutti e tre i livelli contemporaneamente e quindi come tale è la sessualità più equilibrata che ci sia. Un soggetto fegato non è attratto da questo, è attratto dall'aspetto madre o dall'aspetto intelligenza perché sono due aspetti che non ha. È attratto o dal suo opposto o è respinto dal suo opposto. Non può stare con una compagna che non gli da niente e allo stesso tempo è piuttosto statica. O riesce a dargli l'aspetto madre o intelligenza e pur percependo che l'altra è diversa da lui capisce che c'è una completezza. Anche un soggetto fegato che sposa un soggetto fegato è una tragedia, sono botte da orbi.

Il soggetto terra ha una sessualità vissuta soprattutto nell'aspetto dolcezza, accoglienza, contatto. Le zone erogene principali sono il seno e la pelle. Non può aver a che fare con un partner che abbia un odore non gradito. In base alla sua sessualità, se è Yin o Yang, non parte solo con l'idea. Il fegato sì. Il soggetto Milza-Pancreas nella sessualità fisica ha bisogno di contatto che può essere sfiorarsi il fisico, ma anche solo emotivo. Un toccarsi che sia dell'anima, ma soprattutto del corpo, una complicità, una sensazione di famiglia. Durante e dopo l'atto continua questo atteggiamento di dolcezza.

Il soggetto sud in vuoto ama ascoltare il partner che racconta o recita la poesia. Il soggetto sud in pieno ama raccontare, milza pancreas ama toccare e essere toccato.

Il soggetto metallo vive la sessualità con molta cerebralità. Alla luce dell'esperienza e del rallentamento il suo atteggiamento interiore è: "ho ancora l'energia, ma devo amministrarla con intelligenza, altrimenti non avrò più la possibilità di fare le cose che facevo prima. Il metallo affascina con la testa, anche se col corpo non ha quella capacità. Vive molto nell'intelletto, per cui quando va a mettere in atto il livello istintivo può non funzionare. L'impotenza del metallo è molto diversa da quella del fegato e molto più seria. L'impotenza del fegato è quella del troppo stimolo, è una condizione di energia, smontare la cerebralità del metallo per liberare la sua dimensione istintiva sessuale è molto più difficile.

Una delle cose che dovete ricordare a proposito del cioccolato, ci sono quelli che prima di compiere l'atto o dopo l'atto hanno bisogno di mangiare qualcosa, spesso il cioccolato. Se lo vogliamo leggere dal punto di vista psichico è la persona che ha bisogno della serotonina, perché è vero che ha cerebralizzato, ma di sottofondo ha la paura della *défaillance*, del non riuscire e la serotonina del cioccolato lo seda, lo riequilibra da questo punto di vista. Se lo guardiamo dal punto di vista fisico, va a dare zuccheri al suo fegato perché possa dargli l'energia che gli serve. È quello che fa l'atto sessuale meglio dopo mangiato oppure dopo l'atto sessuale va a fare una bella mangiata perché ha bisogno di reintegrare.

Il soggetto renale è quello più problematico, che ha anche un aspetto estremamente positivo. L'aspetto negativo è quello della maggiore difficoltà a relazionarsi con l'energia dell'altro, perché è quello che è più concentrato in sé (non chiuso che è diverso). I più prolifici sono il fegato, il sud e la terra. I meno prolifici sono metallo e rene. Molti casi di infertilità maschile e femminile sono metallo e in assoluto il rene. Soggetti nei quali il bersaglio prioritario di altri disturbi è il rene. Immaginate il diabetico, la mancanza cronica di zuccheri. Spesso è sterile perché avendo una problematica con gli zuccheri, avrà una produzione normale di spermatozoi perché non è un renale, il renale ha pochi spermatozoi, per carenza di energia. Il renale avrà uno spermio-gramma con forme anomale, ridotto numero di spermatozoi, ma liquido seminale normale. Il pancreatico, diabetico avrà la riduzione di spermatozoi, abbastanza normali, ma non avranno il nutrimento adatto perché il liquido seminale non ha equilibrio negli zuccheri. Il renale di per sé è quello meno prolifico dal punto di vista biologico, ma più prolifico dal punto di vista spirituale.

Ho parlato di creazione e creatività. Qui c'è solo creatività. Il renale è quello che in positivo è capace di copulare con il proprio maschile o femminile e realizzare la sessualità dentro di sé e produrre un atto creativo. È il saggio, l'artista, la persona complessa o contorta, perché sta vivendo la sessualità dentro di sé. Può essere il più positivo o il più negativo di tutti. Se esprime la sua sessualità all'esterno può essere una sessualità perversa perché senza energia: il pedofilo, perché col bambino non deve dimostrare la potenza. I pedofili sono renali. È il sadico che riesce a far partire la sua scarsa sessualità se il partner recita la parte di vittima. O all'inverso è il masochista, che gode... È anche quello che ha la possibilità di andare oltre tutto questo. Qui abbiamo più la biologia, qui abbiamo più la spiritualità. Sono cinque piste di registrazione dalle quali entrano e escono dati. Tutti noi le abbiamo tutte. Anche noi possiamo diventare sadici o avere aspetti di questo genere, secondo il vissuto, le interrelazioni, i rapporti...

Domanda: dalla storia delle patologie si può risalire al biotipo. Nei bambini che hanno avuto una nefrite da piccoli si deve prendere in considerazione l'aspetto renale della loro costituzione. Poi se l'ipotesi è quella devono coincidere altre cose. **La patologia è un meccanismo di conoscenza.** Diceva un mio maestro di medicina: **"il dolore è sempre qualcosa che non s'incarna. È sempre qualcosa che non riusciamo a portare a coscienza e quindi s'impone con la forza del dolore, ci obbliga in quanto tale."** Quindi la patologia è un meccanismo di conoscenza. **La patologia è un meccanismo fisiologico alterato che si auto-mantiene.** Va distinto dal trauma, dalla gamba rotta, dalla scottatura che è un accidente, non una patologia. Anche quello ci può uccidere. **Lo scopo della patologia non è la morte ma la comprensione.**

La cosa triste è che spesso noi preferiamo la morte alla comprensione. Se uno di questi gruppi sta lanciando la sua voce dandoci il disturbo... perché quando siamo in equilibrio non abbiamo disturbi, siamo direzionati. Dal punto di vista fisico e psichico se pensiamo di realizzare qualcosa nella vita e non riusciamo a farlo cominciamo a dare disturbo a uno di questi gruppi, o viceversa abbiamo un'alimentazione sballata per motivi di lavoro, cominciamo a dare disturbo a questi gruppi per cui gli altri vanno in disequilibrio e il dolore s'impone come meccanismo di conoscenza, ma noi piuttosto che cambiare preferiamo sclerotizzarci, deperire e morire perché il cambiamento è più faticoso del dolore. La pietra che è in noi è molto più dura e ci vuole molto dolore per spaccarla e non sempre il dolore ci riesce. Ci creiamo talmente tanti alibi. L'errore principale consiste nel proiettare fuori di noi le colpe dei nostri dolori fisici o psichici e invece quelle colpe stanno sempre dentro di noi anche quando apparentemente ci sono responsabilità esterne sotto forma di persone o di situazioni. Il libro del Su Nu Ching dice che per preservare l'energia devi mangiare in questo modo e far l'amore in questo modo.

Wilhelm Reich per me è l'unico che ha sfruttato le scoperte di Freud. Lui dice che **noi siamo il risultato deforme della nostra sana vitalità.** ...

Domanda: è difficile essere pienamente il movimento Legno?

Ma non dobbiamo esserlo. Di fronte ad un evento interiore o esteriore che richiede un movimento Legno dobbiamo essere capaci di metterlo in atto. Se mi sta inseguendo una tigre devo essere fegato, se no muoio, semplicemente. Non posso fare il polmone (cosa faccio, punto uno, punto due...) o il rene (sono al di fuori della tigre). La risposta su quel canale di arrivo di input deve essere adeguata all'input, il che introduce il **concetto fondamentale della flessibilità interiore.** Essere capace di essere Legno nel momento in cui devi essere rapido, di essere tenero nel momento in cui c'è bisogno di tenerezza. Di essere fantasioso nell'istante in cui si richiede la fantasia, di essere razionale quando è utile esserlo.

Noi siamo straordinariamente monocorde, proponiamo noi stessi e ci proponiamo agli altri secondo mezza pista, una pista, una pista e mezza al massimo, i migliori di noi. Siamo spaventosamente monocorde, non abbiamo flessibilità. Se l'avessimo sapremmo adeguarci, perché il conflitto avviene quando rispondo in modo inadeguato a quel tipo di stimolo. Cambiare crea dentro di noi molta più resistenza che non la paura della morte.