



# La Medicina tradizionale cinese e l'Agopuntura

## *Che cos'è la Medicina cinese?*

La Medicina cinese è il sistema di conoscenze mediche teoriche e pratiche formatosi in Cina in tempi antichissimi e trasmesso fino al giorno d'oggi.

## *Qual è l'origine della Medicina cinese?*

Essa nasce dall'osservazione e dall'interpretazione degli eventi naturali. Anche l'uomo è un essere naturale: ciò che accade in natura si può riscontrare anche nell'uomo. Come la natura passa dal giorno alla notte, dall'estate all'inverno, anche l'uomo passa da fasi d'attività a fasi di riposo. La teoria dello Yin e dello Yang è il simbolo di quest'eterno ondeggiare della natura. Essa rappresenta storicamente il tentativo di spiegare i fenomeni naturali con leggi naturali. Con ciò l'uscita della medicina dalla magia.

## *Come funziona il corpo umano?*

L'universo (e l'uomo che ne fa parte) è percorso da un'energia vitale (Qi) che dà origine a tutte le trasformazioni. Essa deriva dai progenitori, ma si nutre dell'energia del cielo (aria) e della terra (cibo). È allo stesso tempo un'energia fisica e psichica. Fluisce nel corpo dentro una rete di canali (in occidente denominati meridiani) connessi agli organi interni. Nel loro decorso lungo il corpo, i canali "affiorano" talora alla superficie: qui si trovano i punti d'Agopuntura, agendo sui quali si può influenzare il flusso del Qi.

## *Come originano le malattie?*

L'uomo è inevitabilmente esposto agli influssi più vari provenienti dalla sua costituzione, dal cielo (climatici), dalla terra (alimentazione), dallo stile di vita e dalle sue emozioni. Questi influssi, se esage-

rati, possono colpire l'equilibrio corporeo e creare un ambiente in cui fatalmente insorgono le malattie. Usando una similitudine: se un campo è invaso dall'acqua inevitabilmente cresceranno piante di palude, se è seccato dal sole forzatamente cresceranno dei cactus. La Medicina cinese non ritiene utile strappare le spine ai cactus, cioè agire sul sintomo, preferisce invece trasformare l'ambiente corporeo in modo da renderlo inadatto a far attecchire le malattie.

### ***Come si capisce la malattia di cui soffre un malato?***

Ascoltando, osservando e palpando il malato, il medico cinese "vede dentro" il malato attraverso i propri sensi e non attraverso l'"analisi". Dall'analisi di tutti i dati sensoriali e dalla loro sintesi ragionata emerge lo squilibrio energetico del malato.

### ***Di quali tecniche dispone la Medicina cinese per prevenire e curare le malattie?***

La Medicina cinese ha sviluppato differenti modalità d'intervento: l'Agopuntura, la farmacologia, la dietetica, il massaggio e la ginnastica medica. Quale che sia la terapia, lo scopo è portare il sistema malato all'equilibrio: è questo l'obiettivo finale. Ogni individuo ha il suo punto d'equilibrio, perciò la terapia va adattata al problema di ogni paziente.

### ***Che cos'è l'Agopuntura?***

L'Agopuntura consiste nel pungere la pelle con aghi sottili in punti ben precisi chiamati punti d'Agopuntura allo scopo d'influenzare il flusso di energia nei canali. Si può influire sui punti d'Agopuntura non solo pungendoli (Agopuntura), ma anche riscaldandoli (moxibustione), massaggiandoli col dito (digitopressione), applicandovi correnti elettriche (elettro Agopuntura). In questi modi si ottengono effetti diversi sul flusso d'energia.

### ***L'Agopuntura è dolorosa?***

Generalmente si usano aghi d'acciaio. Gli aghi sono flessibili e

molto più sottili degli aghi da iniezione. Non s'iniettano farmaci. Il dolore è generalmente lieve e ben tollerato.

### ***Ci sono dei rischi?***

Gli aghi sono usati una volta sola e poi eliminati per annullare il rischio di trasmissione di malattie infettive. Fa parte della conoscenza tecnica dell'Agopuntura stimolare i punti in modo sicuro.

### ***La Medicina cinese utilizza anche dei farmaci?***

Sì. I farmaci cinesi sono principalmente d'origine vegetale, ma alcuni sono d'origine animale o minerale. Ne sono descritte diverse migliaia, ma solo poche centinaia sono di uso corrente. Le sostanze a cui la Medicina cinese riconosce valore di farmaco non hanno tanto effetto su un sintomo quanto piuttosto sulle sostanze corporee e sul flusso energetico.

### ***La farmacologia cinese assomiglia alla nostra erboristeria?***

No, perché:

- non tutti i farmaci cinesi sono d'origine vegetale;
- ben poche piante medicinali cinesi sono anche piante medicinali occidentali e viceversa;
- la farmacologia cinese non usa i farmaci in base alle sostanze chimiche contenute; essa non estrae dalle piante i principi attivi ma usa le piante o parti delle piante per intero;
- soprattutto, la farmacologia cinese non usa un farmaco in base al suo effetto sul sintomo (ad esempio aglio per l'ipertensione, miele per la tosse, iperico per la depressione, ecc.), ma unicamente in base all'influsso che esso ha sull'energia.

### ***La farmacologia cinese assomiglia all'Omeopatia?***

Sì e no.

- Sì, perché anche l'Omeopatia ritiene che l'uomo debba essere curato nel suo insieme e non solo nelle sue parti; inoltre anche perché l'Omeopatia sostiene che non bisogna sopprimere il sin-

tomo ma cercare i meccanismi di fondo che fanno emergere la malattia.

- No, perché la farmacologia cinese usa farmaci che hanno azione opposta a quella della malattia ed inoltre perché la farmacologia cinese non usa dosi omeopatiche.

Infine perché i farmaci non vengono impiegati singolarmente, ma associati fra loro in ricette, esattamente come i cibi.

### *Come funziona la dietetica cinese?*

Funziona come la farmacologia cinese, solo che invece di usare medicine, usa cibi. La dietetica cinese è completamente diversa da quella occidentale. La Medicina cinese non ricerca la costituzione chimica del cibo, ciò che conta è che esso sia sano, fresco, genuino, di stagione, della propria terra, che arricchisca con la sua vitalità la nostra vitalità. Come i farmaci, i cibi sono dotati ognuno di proprietà peculiari: una natura riscaldante o rinfrescante, un sapore che indirizza l'energia, un effetto su determinati organi o settori corporei. La dietetica deve saper utilizzare le proprietà specifiche dei singoli cibi per comporre delle ricette gradevoli che vanno a riequilibrare uno squilibrio energetico. La dieta è pertanto la medicina di tutti i giorni e proprio perché essa è fondamentale simile alla farmacologia, esiste la possibilità di abbinare cibi e farmaci, con gli stessi criteri che guidano l'associazione di più farmaci. Naturalmente in questo caso il prodotto finale sarà un cibo e

come tale dovrà essere nutriente e buono da mangiare. Un esempio evidente di dieta medicata alla maniera cinese è il vin brulé, indicato quando d'inverno si ritorna a casa dopo essere stati a lungo al freddo. Cannella e chiodi di garofano riscaldano fortemente l'interno del corpo, il vino caldo e piccante fa circolare l'energia e riscalda la superficie del corpo, espellendo il vento freddo.



### ***E il massaggio cinese?***

Anch'esso è molto antico. Combina le tecniche proprie del massaggio con la conoscenza dei canali energetici e dei punti d'Agopuntura. Per questo ha insieme azione superficiale e profonda.

### ***A che cosa servono le ginnastiche mediche?***

Nella Medicina cinese sono sorte molte tecniche corporee con obiettivi pratici diversi: preventivi, curativi e marziali. Il loro esercizio coinvolge corpo e mente attraverso la concentrazione mentale, la regolazione del respiro, l'assunzione di determinate posture e l'effettuazione di vari movimenti. Le principali ginnastiche mediche cinesi sono il Tai Ji Quan ed il Qi Gong.

### ***A chi può essere utile la Medicina cinese?***

La Medicina cinese è stata impiegata per millenni per curare uomini ed animali. Essa non può far crescere i denti per la terza volta: in presenza di un difetto grave ed irreparabile di un organo non resta che sostituirlo, ciò che rimane fuori della portata di una medicina energetica. Non è stata sperimentata a sufficienza nella terapia specifica del cancro, anche se può essere utile nel trattamento di molti disturbi connessi. Oltre a questo, essa può essere impiegata sia negli adulti sia nei bambini in un vastissimo ambito di malattie, acute e croniche, fisiche e psichiche, anche là, dove la Medicina Occidentale dà risultati deludenti. Anzi, è proprio là che se ne può consigliare massimamente l'impiego.

### ***A chi è raccomandabile la Medicina cinese?***

Non a tutti. Infatti:

- gli aghi pungono,
- i decotti di erbe hanno una preparazione complessa e sapori molto forti,
- la dietetica preferisce i cibi sani (a cui noi non siamo più abituati) a quelli buoni,
- il massaggio è più energico che rilassante,

- la ginnastica richiede tempo e grande concentrazione.

Né è proponibile a chi ritiene, con ragione, che questi procedimenti derivino dall'età della pietra.

La comprensione della Medicina cinese porta ad operare delle scelte nella propria vita. Solo chi ha a cuore la propria salute ed il proprio benessere ed ama farsene carico in prima persona, dovrebbe accostarsi a questa medicina.

