

Elementi di Medicina Tradizionale Cinese e Kinesiologia

DOTT. ANDREA FAVALLI



INDICE:

- La Struttura Energetica, Elementi di Medicina Orientale. Prima Parte.
- I Principi e le basi Filosofiche.
- I Cinque Elementi.
- Un Esempio.
- La Struttura Energetica, Elementi di Medicina Orientale. Seconda Parte.
- Tabella delle affinità analogiche.
- L'Elemento LEGNO.
- L'Elemento FUOCO.
- L'Elemento TERRA.
- L'Elemento METALLO.
- L'Elemento ACQUA.
- Concezione energetica cinese.
- Classificazione Yin e Yang.
- Yin e Yang in medicina.
- Salute e malattia (Ciclo di Creazione, Ciclo di Controllo).
- I Meridiani.
- Le cause di malattia.
- Cause climatiche.
- Cause alimentari.
- La diagnosi in medicina cinese: l'ispezione.
- La diagnosi in medicina cinese: l'auscultazione.
- La diagnosi in medicina cinese: l'interrogatorio.
- La diagnosi in medicina cinese: la palpazione dei polsi.
- Le regole diagnostiche.
- Alimentazione e dietetica.
- Cause alimentari di malattia.
- Alcune regole terapeutiche.
- La Struttura Energetica, Elementi di Medicina Orientale. Terza Parte.
- Muscoli, Meridiani, Energia e comunicazione e funzione.
- Kinesiologia Applicata in Medicina Tradizionale Cinese.
- Origini e Storia della Kinesiologia.
- Muscoli e Meridiani un'alternativa diagnostica.
- La Localizzazione Terapeutica.
- Effetto Placebo.
- CONCLUSIONI.
- Bibliografia.

La Struttura Energetica, Elementi di Medicina Orientale. Prima Parte.

I principi e le basi filosofiche.

Sebbene molti concetti della medicina cinese non siano stati completamente spiegati tramite i metodi scientifici moderni, qualcuno dei principi basilari inizia ad avere un senso come ci si avvia a comprendere il nostro mondo e come interagiamo con esso. La pratica della medicina cinese non richiede fede o speranza. Possono funzionare, qualche volta, molte volte no. La medicina cinese funziona.

Viviamo in un mondo molto diverso dalle persone di tre o quattromila anni fa. Ma le realtà di vita sono spesso molto simili. Certamente, la medicina moderna ha fatto grandi passi negli interventi d'urgenza e nelle procedure chirurgiche d'emergenza, ma le malattie degenerative o croniche, nonostante tutto, sembrano eludere qualunque tipo di cura. Il meglio che può essere offerto è la soppressione dei sintomi. Le cause di base dei sintomi non sono mai trattate.

La base della medicina cinese è il **Qi**. **Qi** è l'energia.

Gli antichi filosofi e medici cinesi credevano che ogni cosa derivasse dal **Qi**. Percepivano che il **Qi** condensato creava la materia. Einstein descrisse lo stesso fenomeno quando scrisse che l'energia è legata alla materia. Accettiamola come la premessa di partenza. Gli antichi cinesi andarono oltre asserendo che l'energia **Qi** scorre attraverso il corpo.

I germi non causano malattie.

La medicina moderna asserisce che i germi, batteri e virus causano le malattie. Gli antichi cinesi non avevano la teoria dei germi ma sapevano che c'erano "fattori patogeni esogeni". Questi fattori esogeni non possono causare malattie se il nostro **Wei Qi**, o il nostro sistema di difesa è forte. Oggi noi sappiamo che ci sono più germi sulla superficie del nostro corpo che abitanti sul pianeta. Le persone con un sistema immunitario debole hanno seri problemi con cose a cui molti di noi non pensano neppure. Così i germi non causano malattie. Un sistema immunitario debole è causa di malattie. La medicina cinese asserisce che le malattie sono causate da uno squilibrio tra **Yin** e **Yang**. **Yin** e **Yang** possono essere descritti come il binomio funzione-sostanza ed un esempio banale può essere la gomma da masticare. **Yin** è la gomma, o sostanza. **Yang** è masticare o funzione. Se sostanza e funzione sono in equilibrio, il **Qi** può scorrere attraverso il nostro corpo come un fiume. Un fiume impetuoso non lascia detriti.

Uno squilibrio di **Ying** o **Yang** produrrà un ristagno. Come in un fiume in secca, le tossine si accumulano. In base a dove si è verificato il ristagno, i sintomi eventualmente di manifestano.

Questo è il motivo per cui i prodotti farmaceutici non funzionano per molte condizioni croniche. Le infezioni croniche del tratto urinario, le infezioni all'orecchio, al seno e le allergie, recidivano perché, sebbene i farmaci possano eliminare l'infezione per una volta, il fatto che ci sia un'area nel corpo in cui le tossine sono accumulate, crea la condizione affinché l'infezione possa ritornare.

La disintossicazione rafforza il sistema immunitario.

Il fulcro dei trattamenti nella medicina cinese è la **disintossicazione** piuttosto che l'**integrazione**. Con l'integrazione, un medicinale viene utilizzato per inibire o rimpiazzare una normale funzionalità del corpo. Un antibiotico viene somministrato perché il sistema immunitario non riesce a debellare un'infezione. Un farmaco può essere utilizzato per stimolare una particolare funzionalità come nel caso di interventi alla tiroide. Cosa capita è che quando il corpo non è spronato a fare qualcosa, non lo fa. La persona dipenderà dai farmaci indefinitamente.

La medicina cinese asserisce che il corpo viene sopraffatto a causa di un sovraccarico di tossine che provocano ristagni nel sistema circolatorio o negli organi. Così, invece di utilizzare medicine che svolgano un'azione al posto del corpo, è necessario stimolare il corpo perché le svolga lui stesso: i trattamenti promuovono la circolazione del **Qi** e del sangue per eliminare le tossine dall'area interessata. Il corpo può allora guarire e funzionare al suo livello ottimale.

Trattare le cause, non i sintomi.

Nella medicina cinese, tutte le condizioni mediche diagnosticate sono viste principalmente come sintomi di cause indirette. Per esempio, nei trattamenti di un'ulcera, il medico effettuerà un controllo allo stomaco ed al piccolo intestino. Se i farmaci non hanno effetto, si propende per l'intervento chirurgico. Il dottore in medicina orientale vedrà l'ulcera come sintomo di un problema indiretto. La domanda quindi è: "Cosa sta causando l'ulcera?". Quando si trova la risposta e si tratta la causa, il corpo reagirà e guarirà dall'ulcera.

I trattamenti in medicina tradizionale includono l'uso di fitoterapici e dell'Agopuntura. Qualcuno associa anche trattamenti con l'ausilio dell'Omeopatia.

I Cinque Elementi.

Tutte le medicine hanno delle basi filosofiche e dei modelli atti a spiegare i processi che coinvolgono salute e malattie. La medicina cinese, nel corso delle migliaia di anni, ha sviluppato un certo numero di questi modelli per spiegare cause ed effetti del processo patologico. Con il graduale cambiamento della filosofia esistenziale anche la medicina ha seguito lo stesso percorso evolutivo. Nel tempo, la metodica della medicina cinese si è focalizzata sulla prevenzione anziché sulla cura; e l'immagine di un farmacista divenne quella di un giardiniere piuttosto di quella di un guerriero.

Il medico eccellente preveniva una malattia ancor prima che questa si manifestasse. Nuovi acumi migliorarono la comprensione di antichi concetti della farmacopea popolare, nuovi modelli vennero creati sulla base di quelli vecchi ed i praticanti furono in grado di comprendere e trattare al meglio le persone.

Uno degli esempi più recenti, il fondamento del salto filosofico essenziale della medicina, è la **Teoria dei Cinque Elementi** o **Fasi**. Questo modello di salute e armonico equilibrio è il punto di partenza che ha permesso la comprensione dei meccanismi patologici ed il loro trattamento. Gli antichi cinesi credevano fermamente nell'equilibrio o armonia. Armonizzare sé stessi con l'ambiente, la natura, era ed è di estrema importanza. L'equilibrio permetteva al binomio corpo-mente di vivere serenamente con quanto lo circondava e di ridurre lo stress. Ma l'ambiente era solo un particolare dell'intero quadro. Poca adattabilità all'ambiente, abitudini alimentari errate, scelte di stili di vita inappropriate, assieme contribuiscono a minare la salute ed il benessere della persona.

La Teoria dei Cinque Elementi spiega l'equilibrio di corpo, mente e spirito e le loro relazioni tra ambiente interno ed esterno. Certamente, i problemi digestivi cronici possono essere spiegati in termini essenzialmente biomedici. Ma quella cinese era una società rurale, agricola e i termini erano espressi alla luce di tale esperienza. Le descrizioni allegoriche e i termini poetici non erano meno scientifici, se metodo scientifico significa che qualcosa può essere osservato e riprodotto. I cinesi erano in grado di promuovere nuove idee e le loro osservazioni diedero ragione ai loro sforzi.

I Cinque Elementi descrivono un ordine ed un equilibrio che consentono ad una persona di comprendere come seguire il Dao o pervenire ad una perfetta salute. Ogni cosa in natura cresce, si sviluppa bene e prospera in uno stato di equilibrio tra controllo e nutrimento. Troppo controllo induce alla soppressione e all'oppressione, Troppo nutrimento induce rallentamenti motori e inattività. Il corretto equilibrio conduce ad una crescita e salute vigorose. Troppo o poco di entrambi portano alla debolezza.

I Cinque Elementi sono LEGNO, FUOCO, TERRA, METALLO e ACQUA.

L'uomo, che secondo la filosofia orientale è il prodotto del Cielo e della Terra, si serve dei Cinque Elementi nella sua vita. Inoltre, la serie degli elementi è stata utilizzata per comprendere e piegare insieme con dinamiche molto più complesse.

La base della teoria dei Cinque Elementi risiede nei concetti di mutamento e relazione, due dinamiche dovute all'eterno inseguirsi e complementarsi delle due forze primigenie, Yin e Yang. È proprio dall'alternarsi di queste due energie opposte e complementari che l'Universo muta, la vita evolve e si sviluppano nuove entità.

Mutamenti e relazioni tra i Cinque Elementi sono descritti da quattro principi:

- Ciclo di Generazione o Creazione
- Ciclo di Vicinanza
- Ciclo di Dominazione o Distruzione
- Ciclo di Reciproca Paura

Il Ciclo di Generazione definisce il criterio con cui un elemento genera l'altro.

Il LEGNO brucia e genera il FUOCO;

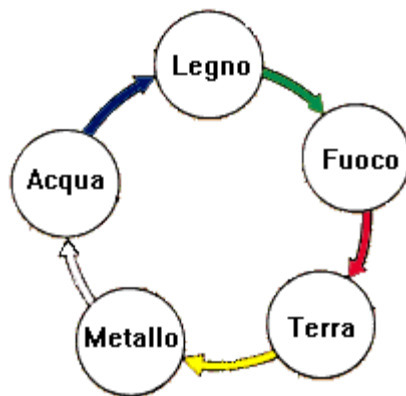
il FUOCO, dalla decomposizione delle ceneri, genera la TERRA;

la TERRA, genera il METALLO;

il METALLO, fondendosi, genera l'ACQUA;

l'ACQUA, nutrendo le piante, genera il LEGNO.

Nella figura, il ciclo è rappresentato dalle frecce colorate.



Le coppie di elementi, così come sono legate dalla generazione, godono anche del principio sancito dal Ciclo della creazione in cui ogni elemento è attratto dalla sua sorgente generatrice, in una sorta di rapporto parentale definito **Madre - Figlio**, il cui significato verrà esposto più avanti. Nella figura è rappresentato invertendo il senso delle frecce colorate.

Il Ciclo del Controllo definisce il conflitto che esiste tra la serie degli elementi e viene descritto nel seguente modo:

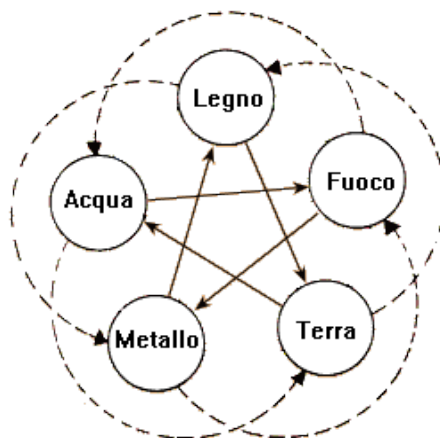
il LEGNO, come albero tiene tra le proprie radici e sfrutta, quindi domina, la TERRA;

la TERRA forma una diga creando laghi, quindi domina l'ACQUA;

l'ACQUA è in grado di spegnere, quindi domina, il FUOCO;

il FUOCO fonde, quindi domina, il METALLO

il METALLO, forgiato a forma di ascia taglia, quindi domina, il LEGNO. Nella figura è rappresentato dalle frecce lineari.



Per contro, la serie degli elementi rispetta l'elemento che lo domina e lo può distruggere. Si tratta del Ciclo di Reciproca Paura in cui:

la TERRA teme il LEGNO;

il LEGNO teme il METALLO;

il METALLO teme il FUOCO;

il FUOCO teme l'ACQUA;

l'ACQUA teme la TERRA.

Nella figura è rappresentato degli archi tratteggiati.

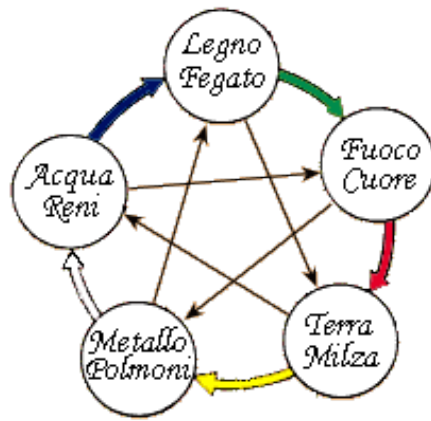
Poiché la Teoria dei Cinque Elementi fonda le proprie basi sul concetto di Yin e Yang, mutamenti e relazioni possono venire rianalizzati in base a tale concetto. Ciclo di Generazione e Vicinanza, che hanno un carattere intrinseco positivo, sono considerati Yang, mentre Ciclo di Dominazione e Reciproca Paura sono considerati Yin.

I Cinque Elementi forniscono anche dei principi per lo studio della psicologia e della patologia, permettendo di effettuare diagnosi e fornire terapie adeguate. Il modello medico evidenzia le relazioni che esistono tra gli organi interni, gli stati d'animo, gli organi di senso, anziché soffermarsi sulla funzione svolta dal singolo. Proprio grazie a questa caratteristica di relazione la medicina tradizionale spiega che un eccesso o un difetto energetico presente in un organo può influire su di un altro. Questo vuol dire che se vengono diagnosticati problemi ad un organo, lo stesso deve essere curato trattando gli organi che hanno una relazione con esso.

Un Esempio.

Nel trattamento di un problema digestivo, l'elemento TERRA rappresenta il sistema digerente (stomaco). Si potrebbe, in base agli altri segni o sintomi, indirizzarsi sull'elemento LEGNO, che rappresenta l'energia del fegato. In altre parole, l'energia del fegato potrebbe essere promotrice di stress nei processi digestivi, con un eccesso di controllo del sistema digerente, stimolando la produzione di un eccesso di acidi e producendo il tipico "bruciore di stomaco". Gli antiacidi potrebbero alleviare il bruciore di stomaco ma i praticanti di medicina tradizionale hanno scoperto che, formulata una diagnosi corretta, il sedare l'energia del fegato può eliminare la causa del bruciore di stomaco rendendo inutile il ricorso agli antiacidi.

Da quanto emerso sopra, quindi, ad **ogni elemento è associato un organo.**



Gli archi che indicano il Ciclo di Generazione, mostrano come:

il FEGATO rinforzi il CUORE;

il CUORE rinforzi la MILZA (Stomaco);

la MILZA rinforzi i POLMONI;

i POLMONI rinforzino i RENI;

i RENI rinforzino il FEGATO.

È un processo circolare, dove ogni organo riceve o ricava energia da quello che lo precede nel ciclo, e la fornisce a quello che lo segue.

Risulta allora chiaro l'esempio precedente: se si migliorano le condizioni di un organo che risulta indebolito, si rafforzano anche gli organi che lo seguono, detti Organi Figli. Per contro, l'indebolimento di un organo provoca una richiesta di energia a spese dell'organo che lo precede, detto Organo Madre.

Le frecce lineari che rappresentano il Ciclo di Dominazione, indicano come:

il FEGATO troppo ricco di energia indebolisca la MILZA (Stomaco);

il CUORE troppo ricco di energia indebolisca i POLMONI;

la MILZA (Stomaco) troppo ricca di energia indebolisca i RENI;

i POLMONI troppo ricchi di energia indeboliscano il FEGATO;

i RENI troppo ricchi di energia indeboliscano il CUORE.

Si nota subito che il percorso non è ciclico; per cui se il FEGATO risente di un eccesso di energia ed indebolisce la MILZA (Stomaco), è solo quest'ultima a subirne le conseguenze, senza alcuna ripercussione sugli altri organi. Nel Ciclo di Dominazione, la relazione di controllo si manifesta solo sulle coppie di organi.

.....