

DISARMONIE

di

QI e XUE - YIN e YANG

di **Roberto Bottalo**

QI

L'ideogramma di QI è costituito dai vapori che salgono dalla terra e vanno a formare in alto le nubi, in una forma più moderna nella voluta dei vapori (soffi) è inserito un chicco di riso.

E' la base di tutto, la sostanza primordiale di cui tutto è formato; l'universo è qi, lo stesso qi che anima e costituisce il nostro organismo e sul quale agisce l'agopuntura nel curare le malattie, considerate disarmonie del qi.

Il qi corretto, ZhengQi, è il Qi sul quale si fonda la fisiologia dell'organismo; solitamente si articola in: il qi innato, YuanQi, costituito dalle energie ereditarie; il qi acquisito con l'alimentazione, GuQi, e con la respirazione, TianQi; il qi che partecipa alla formazione strutturale dell'organismo e al suo nutrimento, YingQi; il qi del petto, ZhongQi, che governa tutti i movimenti e ritmi vitali ma inconsci; il qi che ne costituisce l'attività fisiologica, ZenQi.

E' generato secondo quella procedura vista lo scorso anno, in cui partecipano **ST/M, P, C, R**; è diffuso in tutto l'organismo mediante il contributo specifico di ogni Zang e di un Fu :

Stomaco, che sovrintende alla sua discesa;

Milza, che sovrintende alla sua salita;

Polmone, che ne è il maestro ed anche il motore;

Fegato, che sovrintende alla sua armoniosa diffusione;

Rene, che è alla base della sua produzione e circolazione;

Cuore, che è coinvolto nella generazione e circolazione.

XUE

E' l'aspetto yin del qi. E' il frutto della trasformazione degli alimenti, liquidi e solidi, e del Qi proveniente dai cibi elaborati da Milza e Stomaco (GuQi), operata a livello del petto con il contributo del Qi puro dell'aria(TianQi) e l'intervento della YuanQi; quando il tutto arriva al Cuore diventa Sangue.

Tutti gli organi partecipano con un loro contributo specifico alla fisiologia del sangue :

il **Cuore** lo fa circolare con la ZhongQi,

il **Polmone** permette la sua diffusione e nutre la periferia (pelle),
il **Rene** attiva la sua produzione (YuanQi), ne è il presupposto (yin e yang),
il **Fegato** lo conserva e lo distribuisce a seconda del bisogno nei vari distretti corporei,
la **Milza** è la sorgente delle trasformazioni e lo contiene nei vasi.

Le funzioni principali del sangue sono: umidificare, riscaldare, nutrire, gli Zang-Fu e tutte le parti del corpo.

Ricordiamo che il sudore è una specificazione del Sangue e lo Xue nutre gli ornamenti del corpo: peli, unghie, labbra e simili; dal loro rigoglio si risale allo stato del sangue.

Qi e sangue costituiscono una coppia inscindibile, il qi è il comandante del sangue e il sangue è la madre del qi.

turbe generali

Consideriamo delle disarmonie globali di Qi e Xue, che coinvolgano tutto il corpo in generale; nella seconda parte ci occuperemo di quelle relative ad uno Zang-Fu.

Vediamo innanzitutto le caratteristiche principali di una turba del Qi e di quella dello Xue, per orientare nella loro distinzione ed anche per aiutare una diagnosi differenziale.

vuoto di qi, di solito conseguente a malattie croniche, cattiva alimentazione, tipico delle persone anziane.

sintomi : pallido, stanco, lento

respiro corto, fa fatica a parlare

mancanza di voglia di fare

lingua : pallida, molle, larga

vuoto di xue, può essere dovuto a non produzione, perdita eccessiva, stasi (dovuta a deficit di qi, stasi di fegato, trauma, ristagno di sentimenti)

sintomi : pallido, labbra pallide, freddoloso

vertigini, annebbiamenti visivi, formicolii

palpitazioni, insonnia, incubi

aumento dell'emotività, suscettibilità

ciclo ritardato, flusso scarso, nelle donne

lingua - deficit : pallida, bianca, esangue

- stasi : viola

deficit di qi

Generalmente presenta i seguenti **sintomi** : astenia psico-fisica; vertigini, stordimento; respiro corto (debole e superficiale) che disturba l'eloquio, dispnea da sforzo; non voglia di parlare, mangiare, muoversi; sudorazione spontanea; tutti i sintomi vengono aggravati dallo sforzo; lingua pallida.

Risulta evidente il coinvolgimento di **Milza, Polmone, Rene**.

Un deficit globale di qi può essere dovuto a : - deficit del rene che non riceve dal polmone - deficit del polmone che non lo invia - deficit del TR medio che non lo produce.

trattamento : **Milza e Stomaco ; Polmone ; Rene**, particolarmente quello yang

ristagno di qi

Questo termine designa tutti i fenomeni di ostruzione che interessano la circolazione del qi, ed in particolare il ristagno globale: il qi ristagna e non circola nel corpo provocando sensazioni algiche; il ristagno può interessare tutto il corpo o solo una sua parte.

Presenta i seguenti **sintomi** : gonfiore, tumefazioni; dolori da ristagno; gonfiore addominale; dilatazione e dolore che si spostano all'interno della zona; segni di stasi del fegato.

Risulta evidente il coinvolgimento di **Fegato ; Polmone ; Cuore**.

Una stasi globale di qi può essere dovuta a : - turbe psicoaffettive, sentimenti repressi o esasperati - eccessi alimentari - energie perverse, contusioni, lesioni da sforzo - freddo interno, anche di origine esterna - umidità che da luogo alla formazione di tan e impedisce la circolazione - deficit dello yang.

trattamento : **Fegato** , lo Zang più direttamente coinvolto;
 Cuore ; Polmone.

deficit di sangue

Il sangue in vuoto è incapace di riempire i meridiani e nutrire gli organi; non irrorerà il viso e compaiono labbra e viso pallidi.

Nelle donne vi è oligo-amenorrea, mestruazioni ritardate perchè il sangue del Fegato in vuoto non riesce a riempire il ChongMai; in generale vi è insonnia, palpitazioni per turba dello Shen, i meridiani non sono irrorati e compaiono formicolii alle estremità, la scarsa nutrizione cerebrale provoca vertigini e annebbiamenti.

Può anche liberare vento, con tremori, tics, spasmi al capo e alle mani, crampi (segni di uno yang in eccesso rispetto allo yin); si può avere anche liberazione di calore, che si manifesta preferibilmente alla pelle.

Presenta i seguenti **sintomi** : tinta del viso e labbra pallide; vertigini e disturbi del visus; palpitazioni, insonnia, incubi; formicolii agli arti; oligo-amenorrea, flusso ritardato; crampi, tics, spasmi; lingua pallida e polso fine, senza forza; se non nutre gli arti si avranno crampi; se non nutre la pelle questa sarà ipotonica, i peli saranno radi e denutriti, si avrà perdita di capelli che saranno anch'essi radi.

Risulta evidente il coinvolgimento di **Milza, Cuore, Fegato**.

Un deficit globale di xue può essere dovuto a : - eccesso di uno dei sentimenti, che consuma yin e xue - calore interno che lo brucia - mancata produzione da parte di milza e cuore - non armoniosa distribuzione da parte del fegato - blocco dopo traumi o interventi chirurgici - deficit dello yin.

trattamento : **Milza e Fegato**, in particolare i punti SHU del dorso;
Cuore e Ministro del Cuore ; eventualmente anche **Rene**.

ristagno di sangue

I traumi o il freddo causano un rallentamento della circolazione, con dolori, fino al blocco del sangue, con ematomi.

Un vuoto di qi non riesce a dare impulso al sangue che ristagna, determinando i seguenti **sintomi**: tumefazioni dolorose, con dolore fisso che aumenta la sera; dolori forti a localizzazione fissa (es. angina pectoris), tipo puntura di spillo o pugnalata; la zona diventa più scura, violacea.

Risulta evidente il coinvolgimento di **Fegato ; Cuore**.

Una stasi globale di xue può essere dovuta a : - deficit di qi - freddo interno, anche di origine esterna - deficit dello yang - traumi, ematomi.

trattamento : **Fegato** , lo zang più direttamente coinvolto;
Cuore. Nella stasi di qi era coinvolto anche il polmone, qui no.

YIN E YANG

Nel caso di questi due aspetti energetici è fondamentale il loro equilibrio reciproco; l'Eccesso o il Deficit (sempre relativi) di uno danneggia anche l'altro. Lo Yin nutre e radica lo Yang, che altrimenti deperisce o divampa in alto; lo Yang fa' muovere lo Yin, che altrimenti ristagna.

Lo Yin e lo Yang non eccedono mai la corretta misura, come il Jing, il Qi, lo Xue; più ce n'è meglio è. Occorre quindi tonificare quello in Deficit, non disperdere quello in Eccesso, anche qualora i sintomi più evidenti fossero di questo secondo tipo.

L'Eccesso di Yang brucia i liquidi (tramite il calore che lo contraddistingue), consuma lo Yin, lo svuota, originando un deficit di Yin. L'eccesso è comunque solo relativo, globalmente entrambi diminuiscono.

L'Eccesso di Yin consuma lo Yang, che si impegna a farlo circolare.

Il Deficit di Yang non fa' muovere lo Yin che ristagna, massifica, diventa poco vitale, determinando un deficit di Yin. Si può avere un contemporaneo eccesso di Yin non vitale (Umidità).

Il Deficit di Yin lascia divampare lo Yang, che divampa in alto (falso Calore), consumando se stesso e lo Yin che lo nutre, in grandi fiammate.

Le vampate della menopausa sono un esempio di falso calore dovuto a un deficit di Yin che lascia divampare lo Yang, finendo poi però per svuotarlo.

Si ricorda che quando l'uno eccede rispetto all'altro, occorre tonificare quello in deficit, non disperdere quello in eccesso, anche quando i sintomi più evidenti sono di questo secondo tipo. E' possibile diagnosticare questa situazione mediante l'impiego delle otto regole diagnostiche, osservando attentamente e valutando correttamente i sintomi atipici presenti, come dolori e simili; la presenza dei sintomi specifici che vedremo di seguito può essere di aiuto in molti casi.

Lo Yin e lo Yang non sono due strane energie prodotte dall'azione del Rene sul Jing CP (quasi la 6° e 7° sostanza) che vengono diffuse a tutti gli Zang-Fu e a tutto il corpo, dove la loro sinergia costituisce il Qi di quello Zang, il suo corretto funzionamento.

Sono invece l'insieme delle attività, di in tipo e dell'altro, svolte dall'organismo in generale e dagli Zang-Fu in particolare, che il Rene stimola e governa, spostandone l'attività globale in un senso o nell'altro, nel tentativo di mantenere un equilibrio funzionale. Il Rene è la radice dello Yin e dello Yang di tutto il corpo in quanto sostiene tutta l'impalcatura energetica dell'organismo (Zang-Fu, Canali e simili), sia nell'aspetto che svolge attività di tipo Yang che in quello che svolge attività di tipo Yin.

Lo Yang ne esprime l'aspetto funzionale, di attivazione (Qi) più quello di riscaldamento (fuoco del R), lo Yin quello di nutrimento (Xue) più quello di raffreddamento (acqua del R).

turbe generali

deficit di yang

Può essere considerato un aggravamento del deficit di qi; presenterà quindi gli stessi sintomi ai quali si aggiungono anche segni di freddo: arti freddi, avversione al freddo, lombi freddi, ginocchia fredde.

Complessivamente ai segni di **deficit di Yang** : astenia, ipersonnia, traspirazione al minimo movimento, iposensibilità tattile, pelle flaccida, orinazione abbondante, sensazione di freddo agli arti, lombalgia; si associano quelli di **eccesso relativo di Yin** : edemi, crampi ai polpacci, stasi venosa, emorroidi, obesità.

Risulta evidente il coinvolgimento di **Milza ; Cuore ; Rene**.

trattamento : **Ming Men (VG4) e lo SHU di Rene**, meglio in moxa
Milza ; Cuore ; Rene yang. Anche Polmone

deficit di yin

Può essere considerato un aggravamento del deficit di xue; presenterà quindi gli stessi sintomi ai quali si aggiungono anche segni di falso calore: guance rosse, calore ai 5 palmi, modi agitati, insonnia, sudori notturni caldi

Si può distinguere tra deficit di yin e di sangue ricordando che nel primo compare calore ai 5 centri e febbre serotina, la lingua è rossa; nel secondo il calore si localizza alla pelle e la lingua è pallida.

Complessivamente ai segni di **deficit di Yin** : calore ai 5 centri, sudore notturno, calore alle ossa, insonnia e incubi, agitazione, eiaculazione precoce, astenia, affaticabilità, costipazione, oliguria, sensazione di calore; si associano quelli di **eccesso relativo di Yang** : irritabilità, bocca secca, fuoco in alto, urine scarse e cariche, polso fine e rapido.

Risulta evidente il coinvolgimento di **Rene, Fegato, Cuore**.

trattamento : **Fegato e Rene yang**, meglio in senso centrifugo;
Cuore e Ministro del Cuore; addome in generale.

In entrambi i casi vi è stanchezza, astenia, ma con una importante differenza: nel caso di deficit dello yang non ho voglia di fare nulla, ma se lo faccio ugualmente ho buona resistenza alla fatica (lo yin mi sostiene); nel caso di deficit dello yin ho voglia di fare (lo yang mi lancia verso l'attività), ma crollo subito esausto.

dolori di tipo Yang : dolori acuti, mobili, diurni, recenti, discontinui, superficiale, parossistici, sensazione di bruciore, dolori localizzati prevalentemente in alto, sinistra, dietro, esterno. Da invasione di XieQi Yang o da Deficit di Yin.

dolori di tipo Yin : dolori sordi, crampiformi, fissi, notturni, continui, profondi, cronici, dolori localizzati prevalentemente in basso, destra, davanti, all'interno. Da invasione di XieQi Yin o da Deficit di Yang.

turbe riferite ad uno ZANG-FU

I termini visti in precedenza quando sono riferiti ad uno zang-fu specifico, inseriscono un riferimento ad un aspetto di quello zang-fu ai significati già visti. Più precisamente possiamo dire che:

Il **QI** di uno Zang-Fu si riferisce alle sue funzioni; un deficit di qi significa un cattivo funzionamento dello Zang Fu in generale, globalmente. Il deficit di qi di uno zang-fu esprime una diminuzione della sua attività fisiologica.

Lo **YANG** si riferisce alle sue funzioni yang, che comprendono le precedenti più quelle di riscaldare, mettere in moto, attivare, far circolare, etc .

Lo **XUE** di riferisce alle sue funzioni di nutrimento, nutrire la vita, radicare lo Shen. Il deficit di xue di uno zang-fu sprime una diminuzione della sua fisiologica capacità di nutrire e radicare.

Lo **YIN** si riferisce alle sue funzioni yin, che comprendono le precedenti più quelle di umidificare, raffreddare, etc .

Le turbe all'interno di ognuna delle due coppie mostrano un forte legame reciproco e sintomi spesso non dissimili; una turba dello yang o dello yin è considerata un aggravamento rispettivamente di una del qi o dello xue.

Inoltre il **JING** si riferisce a ciò che costituisce quello Zang Fu da punto di vista energetico, che lo fa' essere quello che è più il carburante che lo fa' andare, ciò che lo radica in sè.

Il **ristagno del qi di un organo** designa la perdita della sua funzione; ad es. il ristagno del qi di fegato provoca dolori intercostali e cefalee, quello del qi del TR-M gonfiore addominali, inappetenza, meteorismo.