

# 12

---

## METODI DI STIMOLAZIONE

### AGOPUNTURA

“Il qi arriva come uno stormo di uccelli, si spande come in un campo di miglio, i suoi movimenti sono come voli di uccelli di cui non si sa la provenienza, così il medico deve essere pronto come un arciere nell'imboscata per scoccare la freccia quando giunge il momento.<sup>1</sup>

L'esercizio dell'agopuntura richiede quindi abilità.

Quando si inizia l'arte della calligrafia si passano mesi a tracciare il solo segno verticale: in questo semplice movimento del pennello c'è lo yin nello yang e lo yang nello yin, o meglio dovrebbero esserci, mentre la povertà dei risultati ne rende evidente l'assenza.

Caratteristiche simili presenta l'apprendimento di ogni pratica in cui l'atto finale ha le radici nel corpo, nella sua sensibilità e nel suo movimento profondo. L'arte dell'agopuntura è una di queste pratiche: nell'utilizzo degli aghi bisogna essere in grado di sollecitare il qi, percepirne presenza, qualità e movimento, muoverlo e indirizzarlo.

Tutto ciò non è immediato, è necessario che qualcuno insegni la tecnica; imparare richiede tempo e attenzione e non vi è limite all'affinamento della sensibilità e alla precisione dell'atto.

I risultati terapeutici sono profondamente influenzati dalla chiarezza della diagnosi e dall'accuratezza nella scelta dei punti, ma anche dalla capacità dell'agopuntore nello stimolare l'ago e quindi nel condurre il qi. È questa sua abilità a determinare le diffe-

---

1. *Suwen*, capitolo 25. Il *Jiayijing* dedica un lunghissimo capitolo alle tecniche di agopuntura (libro 5, cap. 4). Per una discussione sull'uso dello strumento-ago si veda anche la discussione sull'atto dell'agopuntura nel capitolo 15, mentre per la descrizione delle tecniche di stimolazione semplici e complesse si rimanda ai testi generali di agopuntura.

renze nella presenza dell'ago nel corpo, nella sua interazione con i punti e nei suoi effetti sul qi.

Nei classici troviamo varie descrizioni dell'ottenimento del qi, *deqi*, quali: “[Se si sente l'ago] leggero, scivoloso, lento, il qi non è arrivato; se pesante, ruvido, stretto, il qi è arrivato. L'arrivo del qi è come un galleggiare e sprofondare, come il pesce che abbocca all'amo; quando invece il qi non arriva è come trovarsi nella quiete di una sala vuota”.<sup>2</sup>

Come risulta evidente anche nella clinica contemporanea, le modalità specifiche di stimolazione sono molto varie e la loro efficacia è comparabile, ma in ogni caso la tecnica del pungere nel suo significato più ampio ha un peso notevole sui risultati di un trattamento.

La parola scritta è tuttavia uno strumento inadatto a rendere conto di tali aspetti in cui è necessaria la trasmissione diretta; in questo testo si è scelto di non indicare il tipo di stimolazione degli aghi, dal momento che il concetto di tonificazione o dispersione risulta implicito nei principi terapeutici, mentre la sua applicazione concreta appartiene alla sfera di ordine esperienziale e dipende dai maestri con cui si è lavorato.

Vorrei solo ricordare che nelle malattie delle emozioni vi sono spesso pieni da eliminare e vuoti da tonificare, ma che forse, ancora più frequentemente, per lo meno nelle fasi iniziali, i disturbi con forte componente emotiva corrispondono a un disordine dei movimenti del qi.

Anche nel *Neijing* è ben chiaro che non sempre è questione di vuoto e di pieno, di tonificare e di disperdere, ma spesso si tratta di movimenti disordinati per cui è necessario dirigere il qi correttamente o rendere più compatto il *jing*.

Quando Huangdi interroga sui cinque disordini, dopo aver saputo i diversi punti in risposta alle sue domande sul metodo e sul *dao* dell'agopuntura prosegue: “E tonificazione e dispersione?” “Inserire lentamente ed estrarre lentamente è detto condurre il qi, tonificare e disperdere senza forma è detto unificare il *jing*, non è eccesso o insufficienza ma è un'inversione del qi disordinato.”<sup>3</sup>

Conoscere, sentire e saper maneggiare il qi è anche importante nella relazione con il paziente, in particolare quando questi si trova in uno stato di fragilità emotiva e di disordine psichico. In questo senso possono essere di aiuto alcuni piccoli accorgimenti:

- Differenziare temporalmente l'inserzione dell'ago dall'intervento sul qi, in modo da distinguere il momento della penetrazione, che dovrebbe essere indolore, dalla sensazione del lavoro sul qi, che viene così riconosciuta come esperienza specifica.

2. Dou Hanqin, *Biaoyoufu* (“Ode per chiarire il mistero”).

3. *Lingshu*, capitolo 34. I termini utilizzati sono: *wu luan* 五乱 «cinque disordini», *bu* 不 «tonificazione», *xie* 泻 «dispersione», *dao* 导 «condurre», *wuxing* 无形 «senza forma», *zhuangyi* 专一 «unificare», *yoyu* 有余 «eccesso», *buzu* 不足 «eccesso», *ni* 逆 «inversione», *luanqi* 乱气 «qi disordinato».