

PUNTI AD AZIONE SPECIFICA SULLO SHEN



DR.SSA VALENTINA FRESCHI
RELATORE: DR. GIUSEPPE BRAMBILLA

ANNO ACCADEMICO 2021 – 2022

OBIETTIVO DELLA TESI

Prendere in considerazione ed analizzare i **principali punti**
con attività sullo **Shen**,
utilizzati nella pratica clinica sui piccoli animali (cane e gatto).

Il primo testo cinese dedicato specificamente
all'agopuntura dice:

***“Tutti i metodi dell'agopuntura devono avere la loro
radice nello Shen”***

(Lingshu, cap.8)

COS'È LO SHEN?

- *Dizionario Ricci*: “Shen: gli Spiriti, Dio, Divinità, Spirito supremo, anima superiore”.
- “Shen è l'influenza che organizza attivamente la configurazione e la trasformazione che determinano e supportano le caratteristiche specifiche di un individuo” (Porrkert M, 1984).
- Secondo i classici:
 - “Il fatto che le due essenze (*Jing* 精) si congiungano denota gli Spiriti (*Shen* 神)” (Ling Shu, 8).
“Quando i due *Shen* 神 si incontrano si uniscono e si raggiunge la forma corporea.” (Ling Shu, 30)

CONCETTO DI SHEN

SIGNIFICATI:

- Scintilla del concepimento, *Shen* instaura una creazione permanente.
- *Shen* è la potenza creatrice attribuita al singolo individuo.
- Da *Shen* scaturisce per ogni essere un'immagine e una sensazione di sé stesso e dell'universo.
- *Shen* stabilisce il preciso meccanismo della vita individuale

IN SINTESI:

- Centro dell'essere
- Sé, personalità, quintessenza
- Intelligenza sintetica, intuizione
- Anima superiore
- Spirito, Spiriti, scintilla divina
- Dona coloritura emotiva alle manifestazioni della vita

LING E SHEN

LING, ANIMA

- rappresenta qualcosa di più individuale e terreno.
- è la parte “fisica” e yin dello *Shen*.
- La soddisfazione del *Ling* viene dallo *yin*, dagli aspetti materiali, i quali sono associati con l'identità dell'individuo, con ciò che egli possiede

SHEN, SPIRITO

- qualcosa di più universale e celeste.
- è *yang* e non ha forma, e in quanto tale non ha identità, ma contiene la forza dello *yang*, che serve a mantenere l'integrità della forma.
- nel corpo lo *Shen* rappresenta la luce: avere *Shen* corrisponde ad avere la luce, raggiungere l'illuminazione, che è ciò che unisce e non consente separazione, né identità: unione identificabile con il divino

LE EMOZIONI

- **Le 5 emozioni**, equivalenti ad un precipitato dei movimenti emotivi in un nucleo di emozioni primarie: collera, euforia, pensiero, tristezza e paura.
- Il Neijing definisce le cinque emozioni **zhi** e le mette in relazione con i **cinque Organi**, esse sono state poi mantenute come fondamentali dalla tradizione medica cinese.
- **Le 7 emozioni qiqing** aggiungono angustia e spavento (Trattato sulle cause di malattia, I 174).

BEN SHEN

- lo Shen si manifesta nei cinque organi tramite i Ben Shen, gli spiriti viscerali, come ricordato nel capitolo 78 del *Ling Shu*:
- “Ognuno dei 5 Organi (Zang) conserva o controlla una attività mentale:
 - il Cuore è il magazzino dello *Shen* 神,
 - i Polmoni sono il magazzino del *Po* 魄,
 - il Fegato è il magazzino dello *Hun* 魂,
 - la Milza è il magazzino dello *Yi* 意,
 - i Reni sono il magazzino del *Jing* 精 e dello *Zhi* 志.”

BEN SHEN

- **Shen** 神
Si manifesta negli occhi, se ben funzionante dona aspetto sano ed eloquio fluente.
- **Po** 魄
Risiede nei polmoni, ricevuto al concepimento, attivo durante tutta la gravidanza perché legato alla costruzione del corpo. Dopo la morte ritorna alla terra, se troppo vitale si trasforma in *gui* (fantasma). Rappresenta la nostra componente oscura, gli istinti elementari di sopravvivenza: alimentazione, riproduzione. La sua iperattività determina aggressività e collera furiosa, la sua carenza determina perdita dell'istinto di conservazione.
- **Yi** 意
Risiede nella milza, appare alla nascita. Rappresenta la memoria, la riflessione, l'intelligenza in senso etimologico, cioè la capacità di leggere all'interno della realtà per trarne il nostro nutrimento mentale, emotivo, spirituale e materiale.
- **Zhi** 智
Risiede nei reni, appare alla nascita. Rappresenta la forza d'animo, la decisione, la volontà profonda di un individuo, la voglia di vivere e la capacità di agire per la realizzazione.
- **Hun** 魂
Risiede nel fegato, ricevuto alla nascita. Si attiva al terzo mese di vita, quando il padre dava il nome al bambino. Lo *hun* rappresenta quindi la presa di identità dell'uomo, il nome è infatti simbolo di identità e di consapevolezza del proprio destino. Questa entità viscerale attiva il fegato ed è connessa alla fantasia, al sogno, all'immaginazione, all'intuito, al coraggio ed all'entusiasmo. Dopo la morte lo *hun* deve salire al cielo dove diverrà *Shen*, i rituali funebri hanno lo scopo di facilitare questo processo. Grazie agli *Hun* il Fegato svolge la sua funzione di controllo e organizzazione di tutto il corpo, e sempre grazie a questi spiriti nell'uomo si sviluppano creatività, fantasia e progettualità.

- **I punti *Ben Shen*** sono localizzati sul ramo esterno del meridiano principale di Vescica, non sono punti *Shen*, ed esprimono la personalità ed il temperamento.
- Rappresentano sia l'apparenza che la sostanza della vita individuale:
 - BL42 (METALLO, polmone: istinto)
 - BL44 (FUOCO, cuore: vitalità, intelligenza)
 - BL47 (LEGNO, fegato: creatività, immaginazione)
 - BL49 (TERRA, milza: conoscenza)
 - BL52 (ACQUA, rene: volontà)
- **Turbe dei *Ben Shen*:**
 - *Shen*: depressione, mania, psicosi
 - *Zhi*: attacchi di panico
 - *Yi*: nevrosi ossessiva
 - *Hun*: nevrosi ipocondriaca
 - *Po*: anoressia

PICCOLO SHEN E GRANDE SHEN

PICCOLO SHEN

- Si trova nel **petto**.
- Riflesso nel cuore, rappresenta il percorso di sviluppo della vita, ciò di cui si deve acquisire padronanza e che deve essere conquistato nel corso dell'esistenza. Esso è legato alla **realizzazione del proprio destino/mandato "Ming"**.
- I **punti Shen del petto** hanno effetto sul piccolo *Shen*, che assicura la relazione Cuore - Rene, sono **sul meridiano del Rene e della Vescica**, che assicurano la connessione di Rene e Vescica con il torace.
 - Es. KI23 e BL44: sono in relazione con le **esperienze a cui la vita è destinata**.

GRANDE SHEN

- è nel **cervello**
- **Rappresenta la manifestazione della vita, la sua perdita si riflette nella morte.**
- **L'unione del grande Shen e dell'essenza Jing determina i midolli (sui)**, che risiedono nel cervello.
- Il *Jing* = essenza della vita fisica. Attraverso le esperienze della vita si ha l'incontro con lo *Shen*, attività mentale cosciente ed emotiva: si forma una memoria di queste esperienze, che viene depositata nel cervello, il quale a sua volta crea delle istanze che vengono portate alla vita fisica, vissute e sperimentate dalla parte fisica. È il caso dei sogni ad occhi aperti, delle fantasie.
- L'essenza *Jing* determina la vita e le esperienze della vita influenzano l'essenza trasformandola.
- In termini biologici, il *Jing* = DNA, determina la vita attraverso la sua traduzione = RNA. Oggi è noto che RNA attivato dalle esperienze di vita influenza il DNA. **Quindi si può modificare la propria vita attraverso le esperienze della vita stessa.**
- **Se l'obiettivo è di cambiare una condizione, è necessario cambiare la mente, lo Shen.**
- I **punti Shen della testa** sono **sul GV e sulla GB** e hanno effetto sul grande *Shen*, sono associati al cervello il quale è associato ai visceri curiosi
 - Es. GV24 *Shen Ting*, GB13 *Ben Shen*: sono **in relazione con le esperienze della vita alle quali si è attribuito valore**

PUNTI AD AZIONE PSICHICA

- GUI
- MU
- SHEN
- LING
- PORTE
- MING

APPROCCIO TERAPEUTICO DEI DISTURBI DELLO SHEN

3 TIPI DI APPROCCIO:

1. TAOISTA:

- tratta il flusso del Qi in base alle emozioni e i sintomi psicosomatici che ne derivano.
- Si lavora sul Qi e sul Fegato.

2. CONFUCIANO:

- tratta gli aspetti psicosociali.
- Si lavora sulla Milza.

3. BUDDISTA:

- tratta le emozioni rispetto al senso di responsabilità e all'autostima dell'individuo
- Si lavora sui Reni.

IN OGNI CASO:

- **trattare il sangue**, perché esso è la residenza dello *Shen*.
- Trattare gli organi direttamente connessi con il sangue: **Milza, Cuore e Fegato**.
- Considerare l'importanza del sonno e dell'alimentazione, valutare la relazione degli organi curiosi, in particolare del *Bao Mai* (che permette la relazione tra cuore e rene, asse della vita).

I PUNTI PIÙ IMPORTANTI PER TRATTARE LO SHEN

Attenzione: Non vanno mai usati tutti assieme nel trattamento

Ogni punto rispecchia il numero 5 (Nome, Localizzazione, funzione, Yin/Yang, Shen)

PC6 NEI GUAN (BARRIERA INTERNA)

- punto *luo* del PC, apertura di *Yin Wei*
- elimina il Fuoco di HT, calma lo *Shen*, regola il TRm. Purifica il calore, elimina l'inquietudine, allarga il torace, armonizza il *Qi*, abbassa il reflusso, arresta i vomiti, regolarizza lo ST, calma i dolori.
- Il controllo alla barriera (*Guan*), spazio interno organizzato intorno al Cuore (*Nei*), permette di mettere da parte i sentimenti suscettibili, con lo *Yang* perverso che producono, evitando di turbare il bell'ordine dell'interno (*Nei*), e mantenendo lo *yin* al suo vero posto. Rappresenta il **controllo che permette la messa a distanza dei sentimenti che attaccano l'interno**
- **ansia** causata da qualsiasi sindrome del HT. Soprattutto accompagnata da somatizzazioni.
- **agisce indirettamente sul LR** (stesso livello *Jue yin*) e **riequilibra lo hun : irritabilità** da stasi di *Qi* di LR, specie associato ad ansia dovuta ad sindrome del HT, collera, malumore, tensione e nervosismo, tensione/gonfiore degli ipocondri tipici della stasi di LR.
- *Luo* del PC, diretto rapporto con il TR, agisce su tutti **gli organi interni, riequilibra le alterazioni che li colpiscono quando la psiche è disturbata.**
- agisce sulla **stasi di Qi del torace per stasi di Qi da stress emotivi** che può complicarsi in
 - **stasi di sangue**
 - **somatizzazioni** al torace con oppressione/costrizione, soffocamento e dispnea. Riduce l'angoscia, liberando lo *Shen* e il *po* dall'ostruzione.
 - **palpitazioni** (*Qi* ribelle): *Qi* di HT non fluisce e subisce un'inversione, con turbe del ritmo. PC6+CV14 punto *mu* di HT
 - **attacchi di panico**: risolve la stasi di *Qi* che evolve in fuoco, rinforza il sangue nutrendolo e radicando lo *Shen*.
- **Somatizzazioni di TRm stt. di ST** con spasmi crampiformi, gonfiore, pirosi, reflusso g.esofageo (*Qi* ribelle di ST). Az. antiemetica.
- **Insonnia**, per la quale è uno dei punti più utilizzati, assieme a HT7, nutrendo il sangue di Cuore e lo *Shen*.
- senso del disorientamento: chi canta e ride senza motivo, comportamenti ciclotimici. Pazzia, depressione nervosa, malinconia, perdita della ragione, angoscia con paura, tristezza, disorientamento, propositi incoerenti, inquietudine in caso di vuoto, perdita di memoria, insonnia.

Prove dell'effetto vagale dell'agopuntura

- studi sulla *variabilità della frequenza cardiaca (HRV)*:
 - Studio di Angelik M.W. et al. del 2003:
 - gruppo di soggetti depressi e ansiosi
 - rispetto a gruppo placebo con aghi posizionati superficialmente
 - agopuntura vera praticata su punti classici come **H7** e **PC6**:
 - ✓ aumento della HF e una riduzione della LF
 - ✓ calo significativo del rapporto LF/HF
 - ✓ ad indicare una **modulazione cardiovascolare della frequenza cardiaca**.
- **Gli studi di fMRI** dimostrano che **PC6** agisce soprattutto **sui centri sottocorticali**, in particolare su cervelletto, ipotalamo ed insula, **disattivando i circuiti del sistema vestibolare e di quello nervoso autonomo**, a conferma dell'efficacia di questo punto in particolare in presenza di disfunzione del sistema nervoso autonomo.

(LF = bande a bassa frequenza comprese fra 0,04 Hz e 0,15 Hz: attività del simpatico,
HF = alta frequenza comprese fra 0,15 Hz e 0,4 Hz: attività del parasimpatico).

HT5 TONG LI (CONNESSIONE INTERNA)

- Punto *Luo*.
- Calma lo *Shen*, nutre lo yin, libera gola e bocca, benefica la vescica, tratta il Fuoco di Cuore che raggiunge la Vescica, elimina il calore del Cuore e l'ansietà, calma le palpitazioni, nutre il Sangue del Cuore.
- In quanto punti *Luo*-connessione, HT5 e PC6 muovono e regolano il *Qi*, con un'azione specifica sui disturbi emotivi.
- armonizza il Cuore e lo *Shen*,
- **Rilassa i tendini e ammorbidisce le articolazioni,**
 - per es., ragazza che diventa adolescente inconsapevole della propria capacità di comunicare: rigidità, difficoltà di movimento sul piano psicologico e fisico.
HT5 migliora il movimento, sia a livello mentale, migliorando la sua comunicazione col mondo circostante.
- Tratta le **insonnie** da addormentamento
- la **balbuzie o le parole espresse con difficoltà, l'afasia** (tonifica il *Qi* del Cuore, marcata azione sulla lingua)
- **Cistiti** ricorrenti spesso correlati a difficoltà emotiva, con ematuria con bocca amara, insonnia, sete e ulcere della lingua (per Fuoco di Cuore, agisce su Vescica e vie urinarie.)
- situazioni in cui il calore proveniente dal Cuore agita l'**utero** attraverso *Baomai*, con flusso mestruale eccessivo e perdite prolungate
- insonnia, depressione nervosa, schizofrenia, malinconia, tristezza, dolore con angoscia, rimpianto, tristezza, paura, gemiti frequenti, ansia, palpitazioni. Timore della gente, iperemotivo, la paura degli artisti, gola gonfia, voce rauca, lingua rigida e non parla, afonia improvvisa, afonia emotiva, il soggetto vuol parlare ma la voce non esce, **lato emotivo della comunicazione**, difficoltà di comunicazione a causa dello *Shen*.

HT7 SHEN MEN (PORTA DELLO SHEN):

- calma lo *Shen*, ne apre gli orifizi. Rinforza il *Qi*, il sangue, lo *yin* e lo *yang* di HT: **rende lo *Shen* più solido e stabile, riducendo l'angoscia, timore e insicurezza dovute al deficit, e prevenendo gli stati acuti di agitazione e panico legati al calore.**
- **Calma lo *Shen* in qualsiasi sindrome di HT.** Per forte **ansia e preoccupazione in condizioni di stress** (+BL22 e LR13).
- deficit del sangue di HT con ansia, insonnia, scarsa memoria, palpitazioni e lingua pallida. Disturbo bipolare, risate inappropriate, urlare alla gente, tristezza, paura, irrequietezza mentale, agitazione, palpitazioni, follia Dian Kuang, depressione nervosa, convulsioni degli adulti e dei bambini, inquietudine, malinconia, ridere e piangere senza motivo, sospiri frequenti, terrore con respiro corto.
- **timidezza, paura, indecisione e depressione** (+GB40).
- nelle condizioni di **ansia lieve o moderata**, in cui gli orifizi dello *Shen* non sono ostruiti gravemente:
 - rimuove i fattori patogeni che disturbano il Cuore e lo *Shen*, in particolare il Calore da vuoto, correggendo il deficit e sedando il Calore. Gli attacchi di panico sono legati alla presenza di Fuoco (eccesso vero) oppure di un Calore da vuoto (eccesso relativo) che agitano gravemente lo *Shen*, a cui si sovrappone anche un quadro di ostruzione dello *Shen* dovuto in genere al *tan*, che determina la caratteristica paura di morire o impazzire. Essendo punto terra del meridiano di cuore è efficace nel rimuovere l'Umidità e il *tan* che offuscano la mente, rendendo i pensieri confusi e annebbiati,
 - per attacchi di panico più gravi è più indicato l'uso di HT8 e PC7.
- HT7 presenta documentati effetti clinici sulla corteccia cerebrale:
 - importante punto di rinforzo dei meccanismi inibitori attraverso cui la corteccia frena l'iperattività dell'amigdala
 - Agisce direttamente sull'amigdala, incrementando la produzione del neuropeptide Y, con spiccata azione ansiolitica

BL44 SHEN TANG (PALAZZO DELLO SHEN)

- sul ramo esterno di BL, in corrispondenza di BL15, back *shu* del dorso del Cuore:

il *Jing* e lo *Shen* del Cuore si tesaurizzano qui.

- **Rinforza e calma lo *Shen*** e sottomette il *Qi* ribelle, **stimola la chiarezza dello *Shen* e l'intelligenza**. Se infisso per un lungo periodo di tempo (superiore a 15 minuti), calma lo *Shen* e drena il Fuoco del Cuore
- Disperde il calore dei 5 Organi, allarga il torace, armonizza il *Qi*.
- **per i problemi emozionali legati al Cuore: depressione, insonnia, ansia, irrequietezza mentale, tristezza, afflizione, preoccupazione, sdoppiamento della personalità.**
- Per l'ansia, l'insonnia e la depressione: +BL15.

KI23 SHEN FENG (SIGILLO DELLO SHEN)

- KI23 non è frequentemente usato negli animali, difficile da pungere per la sua localizzazione.
- Si punge obliquo o piatto, da 0,5 a 0,8 pollici, molto superficiale, non deve essere MAI punto perpendicolarmente; si può moxare.
- **Corrisponde al Cuore:** governa il Cuore, ministro di stato, ambasciatore dell'imperatore per cui irradia gli ordini.
- Azione: Tonifica la Milza, dissolve l'Umidità. È uno dei punti *Shen*.
- **Tratta l'ansia con tachicardia ed ipotensione.**

KI25 SHEN GANG (MAGAZZINO DELLO SHEN)

- Corrisponde alla Milza.
- Apre il torace e promuove la discesa del Qi dei Polmoni, sottomette il Qi dello Stomaco ribelle.
- Funzioni: questo punto risponde al **campo di cinabro medio, vale a dire alla fusione a se stessi**, che segue la fusione agli altri (campo di cinabro inferiore) e precede la fusione al principio (campo di cinabro superiore). Questo punto **non ci permetterà di accedere a questa fusione**, ma di **corregge i disordini provocati dalla sofferenza di non poterla realizzare**.
- Sintomi psichici: si sofferma sui lati sgradevoli, **non ama la vita, depressione, senso d'irrequietudine accompagnato da pienezza al torace, insonnia per la preoccupazione**
- Si punge obliquamente o piatto da 0,5 a 0,8 pollici, si può moxare.

GB13 BEN SHEN (RADICE DELLO SHEN)

- punto dello *Yang Wei Mai*. Punto di incontro dei 3 meridiani tendineo – muscolari *yang* dell'anteriore.
- calma lo *Shen*, sottomette lo *yang* del fegato, sottomette il vento, dissolve il flegma, raccoglie il *Jing* nella testa. Purifica il cervello, rinfresca il capo e l'occhio.
- **Comportamento maniacale, spavento. Cefalea, vertigini.**
- molto importante per i problemi mentali ed emozionali, ampiamente usato in campo psichiatrico (**+HT5 e GB38**).
- forte effetto **calmante sullo Shen** e attenua l'**ansia** causata dalla **preoccupazione costante** e dai **pensieri fissi**. L'effetto viene aumentato dall'utilizzo **+GV24**
- **Dissolve il flegma nelle malattie mentali-emozionali** o nell'epilessia, aprendo gli orifizi dello *Shen* quando questi sono annebbiati dal flegma.
- **folia dian**, follia con vomito mucoso, +GV12
- È profondamente efficace a livello mentale ed emozionale: **raccoglie il Jing, radice dello Shen, nella testa**, da cui appunto il suo nome. Fa tornare lo *Shen* alle sue radici. Mette in comunicazione lo *Shen* e il *Jing*, **tratta sia il cuore sia i reni e quindi lo Shen e lo zhi**. Combinato con gli altri punti per nutrire il *Jing* (per esempio CV4), attira il *Jing* verso la testa, **calmando lo Shen e rafforzando la chiarezza mentale, la memoria e la forza di volontà**.
- Tuttavia la maggior parte degli autori sconsigliano di pungerlo, poiché questo punto è in relazione con il **campo di cinabro superiore**, che corrisponde all'ultima fusione dell'uomo, alla fusione del principio, e l'utilizzo di questo punto deve essere **prudente**.
 - I Campi di cinabro (o dan tian) sono 3: addominale, toracico e cerebrale, sono luoghi dove avvengono le fusioni:
 - fusione con un altro individuo della stessa specie
 - fusione con noi stessi
 - fusioni con entità trascendentali
- Dice il Da Cheng: "la sua puntura non permette la fusione al Principio, ma potrà **correggere quelle turbe risultanti da una difficoltà a compiere questa fusione**".

GB23 ZHE JIN (SOLCO TENDINEO)

- Punto di incontro dei 3 meridiani tendinomuscolari *yin* dell'anteriore.
- Promuove la discesa del *Qi*, apre il torace.
- Indicazioni:
- **angoscia, tristezza, tendenza a correre, non ama fare conoscenza, amnesie, frustrazioni con risentimento, timidezza (anche essa espressione della non esteriorizzazione della primavera) soprattutto nell'infanzia. Difficoltà di elocuzione, faticabilità e decadenza dei nervi, eccesso di lavoro con grandi sospiri, bambini come contratti dalla paura, paura la notte, si sveglia stanco.**
- Il Da Cheng lo indica nelle **frustrazioni con risentimento**.
- Caratteristica del GB23 è l'aggravamento dei sintomi in primavera ed il fatto che, da bambini, si era chiusi, timidi, si faceva amicizia con difficoltà (difficoltà ad esteriorizzare lo yang). Per la stessa condizione energetica questi bambini parlano in tarda età.
- Differenze con altri punti legati a stati depressivi con rancore e frustrazione:
 - L14R: rancore, frustrazione, infelicità in catamenio, ovvero in individui che presentano segni di Vuoto di Sangue (cefalea, unghie fragili, poco appetito, sonno disturbato, polso fine, lingua pallida).
 - GB24: depressione, rancore e tristezza con segni di GB Ministeriale (digestione lenta e laboriosa, pirosi che peggiora con grassi e fritti, paurosità, indecisione).
 - 23GB: rancore e depressione con astenia mattutina. Segni pelvici (da pieno) e toraco-scapolari (da vuoto). Bambini timidi ed introversi.

GB24 RI YUE (SOLE LUNA)

- Punto mu della GB, di incontro dei canali di GB e SP, dello *Yang wei mai*.
- Dissolve l'umidità-calore, muove il Qi del Fegato, armonizza il riscaldatore medio e sottomette il Qi ribelle.
- **grandi sospiri e tendenza alla tristezza, malinconia, tendenza a correre, accessi di allegria e di collera, stato depressivo, gioia e malcontento a momenti, parole abbondanti ed incoerenti, isteria, turbe per i sentimenti con freddo e depressione.**
- è il punto *mu* della Vescica Biliare, ministero della correttezza centrale (o del giusto centro), da qui appaiono le decisioni. La chiarezza (il carattere) è composto di sole e luna perciò si ha il termine, *riyue*, sole e luna.
- Le decisioni sono prese dalla GB e promulgate dalla gola. Se il soggetto medita senza decidersi è vuoto della GB, il Qi deborda e la bocca è amara.
- Si punge *ri yue* se si tende ad essere **tristi con profondi respiri, con sensazione di caldo nel basso addome e si desidera camminare.**
- Si considera questo punto per **ridare la capacità di giudizio e può essere usato nei casi in cui si è indecisi e frustrati.**
- A livello del corpo intero, in quanto punto *Mu* della “primavera /est /cielo”, favorisce il passaggio delle energie delle regioni *yin* del corpo verso le regioni *yang* (interno verso l'esterno, destra verso sinistra, anteriore verso posteriore, basso verso l'alto). A livello del tronco, regge il passaggio dello *yin* addominale verso il petto:
è dunque indicato pungerlo nelle pienezze di *yin* addominale con vuoto di *yin* toracico: stato depressivo, grandi sospiri, facile tristezza;

CVI4 JU QUE (PALAZZO DELLO SPIRITO)

- Punto *mu* di HT.
- Regola il *Qi* del HT, purifica il HT, calma lo *Shen* e ne apre gli orifizi.. Sottomette il *Qi* ribelle di ST Fa scendere il *Qi* inverso e apre il torace, purifica il calore e risolve il flegma.
- Agisce sullo ST e sul HT, sottomette il *Qi* ribelle dello ST da cause emozionali: **sintomi epigastrici di origine emotiva** che si manifestano con fastidio, dolore, peso o bruciore; riferiti allo ST, al HT, o alla “bocca dello stomaco”, nei classici vengono spesso chiamati *xinfan*-irrequietezza al Cuore.
- Chiarifica il calore del HT e calma la Mente, usato per Flegma Calore che annebbia il HT e porta a sintomi mentali di vuoto e freddo, con debilitazione, depressione, **angoscia rappresa**.
 - (L'angoscia è di due tipi:
 - quella in cui l'energia è **rappresa** che è quella dei malati prostrati: si tratta, con **CVI4** si ha nei vuoti di Fuoco del Cuore e di *yang* del Cuore.
 - e quella in cui l'energia **si disperde** perché non ha più radice nello *Shen* ed i malati sono agitati: si tratta con **HT7** (*Shen Men*)
- **Assenza di impulso vitale**, come se il soggetto fosse tagliato (separato) dalla sorgente *Shen*, principio di vita: + ST23
- Sindrome del fuoco del cuore con **insonnia, agitazione e ansia**.
- Per i sintomi mentali-emozionali originati da un deficit di Cuore, anche se in tal caso si preferisce CVI5.
- Indicazioni: **Ansia, insonnia, disturbo bipolare, urla, rabbia, insulti, disorientamento, agitazione. Follia calma o agitata, convulsioni, sincope cadaverica, debolezza, 9 tipi di dolori al cuore, ossessioni, idee fisse, spettri, paura, paura dei gatti, sovraccitazione per l'emozione. Spirito confuso, propositi incoerenti, depressione, inquietudine, perdita di memoria, apprensione, lacrime.**

CV15 JIU WEI (CODA DI GAZZA)

- punto *luo* del *Ren Mai*, *yuan* sorgente dei 5 Organi, *yuan* del Tessuto Grasso (*gao*)
 - Il canale *Ren* è il mare dello *yin*, nutre lo *yin* e il Sangue, dimora dello *Shen*, capacità di regolare i movimenti del *Qi* in caso di costrizione, annodamento, risalita verso l'alto. I punti *Ren Mai*, *Rene* e *Stomaco* che si trovano alla stessa altezza, hanno spesso azioni simili e si possono quindi associare per rinforzare l'effetto terapeutico.
- Calma lo *Shen*, apre gli orifizi dello *Shen*, risolve il flegma, giova alla *Yuanqi*. Attiva il Sangue e il *Qi* di Cuore. Apre il torace e promuove la discesa del *Qi*
 - sia del *Qi* di Polmoni (tosse, fischi, dispnea),
 - sia del *Qi* di Cuore (ansia, sibili, sensazione di oppressione al torace).
- In quanto punto *luo* è utile per muovere il *Qi* quando c'è **costrizione e annodamento del Qi con sensazione di oppressione e peso** oppure nei casi di **flegma che ostruiscono il Cuore con offuscamento dello Shen. Disperde il Fuoco del Cuore**
- Da qui nasce il ramo *luo* che connette *Ren Mai* a *Dai Mai*, *yin* e *yang* del corpo, l'interno con l'esterno: è indicato pungere 15VC in tutte le **perturbazioni dell'espressione dell'uomo nel mondo esterno**:
 - **tipico delle persone che ribollono dentro, hanno il fuoco dentro ma non si esprimono, sono timide, parlano poco, hanno paura ad affrontare le situazioni: individui angosciati, depressi, che dormono male, hanno insonnia, hanno una sensazione di ribollito interiore, non riescono ad esprimersi.**
 - Si può utilizzare VC15 durante la crisi, mentre il soggetto è agitato, irrequieto e iperattivo. Inoltre si punge per favorire il sonno, in presenza di agitazione ed insonnia
- **Indicazioni: disturbo bipolare, palpitazioni, ansia, insonnia. Pienezza e dolore del torace, sibili, dispnea, sensazione di oppressione al torace, tosse.**
- molto importante ed efficace per calmare lo *Shen*, essendo il punto *yuan* sorgente di tutti gli Organi nutre tutti gli Organi e calma lo *Shen*, soprattutto in condizioni di deficit di *yin* o di Sangue con problemi mentali-emozionali
- **Forte azione calmante in caso di grave ansia, preoccupazione, sconvolgimenti emozionali, paura o ossessioni. Può essere usato per aprire gli orifizi dello Shen nelle gravi malattie mentali legate a condizioni di eccesso**

GVII SHEN DAO (STRADA DELLO SHEN)

- La puntura è vietata. Si moxa
- Rinforza il Cuore e calma lo *Shen*, tonifica il Cuore e il Polmone, purifica il calore, sottomette il vento interno.
- Nutre il Cuore e calma lo *Shen*, tratta la **depressione la tristezza e l'ansia**. Purifica il calore e può essere usato per purificare il calore del Cuore o drenare il fuoco di Cuore.
- Trovandosi allo stesso livello di BL15 *Xinshu* il punto *shu* del dorso del Cuore, e di BL44 *Shentang*, il suo raggio d'azione si estende fino al Cuore. Questi 3 punti vengono spesso utilizzati contemporaneamente
- **tristezza, ansia, angoscia, palpitazioni, scarsa memoria, disorientamento, timidezza. Depressione nervosa, precipitarsi in lungo ed in largo, malinconia, spirito confuso, emotività, idee false.**
- indicato in tutte le affezioni psichiche di tipo yin.

GV24 SHEN TING (TEMPIO DELLO SHEN)

- Il suo nome riflette la sua **forte influenza sullo Shen**, rappresenta l'**accesso alla mente e allo spirito**.
- punto di incontro del *Du Mai* con i canali di Stomaco e Vescica.
- calma e solleva lo *Shen*, apre gli orifizi dello *Shen*, elimina il flegma che ostruisce lo *Shen*. Sottomette il vento interno. Giova al cervello, naso e occhi. Illumina gli occhi.
- Indicazioni: **disturbo bipolare, depressione, ansia, scarsa memoria, insonnia**.
- È un punto molto importante per **calmare lo Shen**, rimuovendo sia il fuoco patogeno che il tan che offusca la mente, ed è pertanto utile negli stati di agitazione particolarmente intensi, in cui si manifestano confusione mentale e paura di morire/impazzire: in tali condizioni viene **combinato** di frequente **in modo sinergico con GB 13 Ben Shen** che possiede la medesima azione, per curare le forme gravi di ansia e paura.
- Ha un'importante azione energetica con movimento verso il basso che fa scendere il *Qi* e sottomette lo *yang* ribelle. **Può sia calmare sia sollevare lo Shen**, quindi oltre che per l'**ansia e l'insonnia può essere usato anche per la depressione e la tristezza**. In psichiatria viene usato anche per trattare la **schizofrenia e il pensiero dissociato**.
- governa le **relazioni dell'uomo con il mondo esterno**: eccitazione, pianto eccessivo, si strappa i capelli (nell'uomo) ecc.; è in relazione con *Zu Tae Yang*, apertura dello *yang* all'esterno.
- può essere utilizzato contro la **depressione con mancanza di interessi e di slanci**.
- La sua azione è simile a quella dell'extrapunto 03 **Yintang**, col quale può essere usato in associazione per rinforzarne l'azione.

GRAZIE PER L'ATTENZIONE

