



Attraversare il mare per ingannare il cielo

### **PRIMA PARTE**

1. Quali sono e da chi sono principalmente governati i tre tesori della medicina cinese?  
I tre tesori sono: Qi, Jing e Shen governati rispettivamente da Polmone, Rene e Cuore.
2. Quale pianta lavora specificamente sullo *yin* del Fegato?  
Cardo Mariano.
3. Come si chiamano i punti nell'angolo ungueale delle dita di mani e piedi?  
Si chiamano: punti Pozzo o punti Ting o anche punti Jing distali.
4. Quale funzione svolge l'intestino tenue nel processo digestivo?  
Porta a termine tutte le separazioni.
5. Quali sono le forme di Qi più importanti?  
Wei Qi difensivo;  
Ying Qi nutritivo;  
Yuan Qi eredità e costituzione.
6. Quali punti di digitopressione sono utili per espellere il vento?  
Nel piede i punti 1 LR (Liver) e 3 LR (Liver); nella mano 4 LI (Large Intestine).

7. Le emozioni come muovono il Qi del corpo?  
La collera fa salire il Qi.  
La gioia armonizza il Qi.  
La preoccupazione annoda il Qi.  
La tristezza abbassa il Qi.  
La paura paralizza il Qi.
8. Indica almeno due piante che possono sostenere la Wei Qi.  
Astragalo  
Angelica Arcangelica  
Uncaria Tomentosa  
Echinacea  
Aloe vera.
9. Quale dei due Jing può essere sostenuto e con quali strumenti? Indicane più che puoi.  
Può essere sostenuto il Jing del Cielo Posteriore (Rene), con ad esempio: sale caldo, mandorle o altri semi oleosi, vongole, km0, un frutto colto dall'albero, abbracciare gli alberi, camminare nei boschi, fare surf ;- ).....
10. Qual è il punto più importante della mano, da scaldare con sale caldo o moxa, con importanti indicazioni immunitarie della zona naso e testa? Indicare il Meridiano, il numero del punto e la loggia di appartenenza.  
Risposta: Loggia Metallo, Meridiano di Grosso Intestino, LI 4.
11. Quale interscambio c'è tra Cistifellea e Cuore a livello emotivo?  
Il Cuore dà chiarezza e visione nella decisione mentre la Cistifellea dà coraggio allo Shen e fa prendere la decisione.
12. Dove risiede la Yuan Qi e da che viscere viene dinamizzata? Attraverso quale Meridiano raggiunge gli organi ?  
La Yuan Qi risiede nel Rene (Movimento Acqua), viene dinamizzata dal Meridiano del Triplice Riscaldatore attraverso il Meridiano di Vescica.

## **SECONDA PARTE**

13. Quale circuito attiviamo, sul dorso del piede, durante il trattamento?  
Attiviamo il circuito elettrico e tutti i Meridiani del piede tranne il Meridiano di Rene.
14. A quale energia si riferisce l'alimentazione?  
Alla Gu Qi.
15. Quale peculiarità ha la Milza?  
Fa salire il Qi verso l'alto e al polmone e si occupa di tutti i trasporti e di tutte le trasformazioni.
16. Quali sono le piante e le gemme che trattano lo Yang del Fegato e di Vescicola biliare?  
Tintura madre di Carciofo e Tarassaco, Macerato glicerico di Rosmarino, Estratto secco di Ortosifon, Soluzione acquosa di Rafano.
17. Quali sono i tre organi principali che controllano la Wei Qi ?  
Polmone, Fegato e Cuore
18. Quali possono essere le conseguenze energetiche di una dieta irregolare e/o mangiare frettolosamente quando si è arrabbiati?

Si può avere ribellione del Qi di Fegato contro la Milza con relativi squilibri nella trasformazione e nel trasporto dell'energia nutritiva.

19. Elencare almeno tre indicazioni per l'uso del sale caldo sulla zona dei lombi.  
Sostegno del Jing posteriore, sostegno dell'energia dei Reni, sostegno della vitalità, dolenzia lombare e a carico della colonna.

20. Scrivi almeno tre oli essenziali indicati per riequilibrare lo Shen.

Arancio dolce;  
Nardo;  
Ylang ylang;  
Lavanda;  
Gelsomino;  
Rosa Damascena.

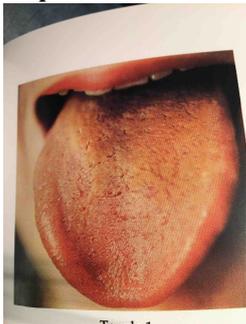
21. La Yuan Qi da dove scaturisce e a cosa è correlata?

Scaturisce dai Reni ed è correlata al Jing.

22. Analizza la lingua in foto e scrivi alcune indicazioni naturopatiche per sostenere l'energetica del soggetto.

Colore del corpo linguale normale, forma normale con modesto gonfiore ai lati, induito spesso di colore giallo scuro. L'induito indica calore dello Stomaco con possibile transito rallentato. Il lieve gonfiore ai lati può essere dovuto a un lieve vuoto di Qi di Milza.

Le piante che possono sostenere l'energetica del soggetto sono: Bardana, Menta, Liquirizia, Achillea, Malva, Calendula.



23. Quali sono le piante e le sostanze prebiotiche, che aiutano il Triplice Riscaldatore Inferiore all'eliminazione?

Il Triplice Riscaldatore è un viscere (Fu) senza forma e si divide in TR superiore, TR medio e TR inferiore. La funzione del TR inferiore è quella di eliminare le tossine. Le piante o le sostanze che aiutano il TR inferiore sono piante come radice di Bardana, Malva, Altea, Camomilla, Achillea, Piantaggine e tra le sostanze chimicamente pure l'Inulina che favoriscono la protezione delle mucose, a contatto con l'esterno legate al TR inferiore, del Colon.

24. Esiste una classificazione di organi e visceri secondo modalità spaziali o temporali? Se sì quali ?

In questa domanda si fa riferimento alla dottrina dei sei livelli spaziali e temporali che sono: Tai Yang, Shao Yang, Yang Ming (ultima luce), Tai Yin, Jue Yin e Shao Yin.

### **TERZA PARTE**

25. In quale loggia sono collocati i due organi Pericardio e Triplice Riscaldatore? A quale altra loggia fanno riferimento?

Risposta: Loggia Fuoco Ministro, Loggia Acqua.

26. Quale organo è chiamato il tetto o mantello dei liquidi?

Il Polmone.

27. Quale circuito attiviamo, sulla pianta del piede, durante il trattamento?

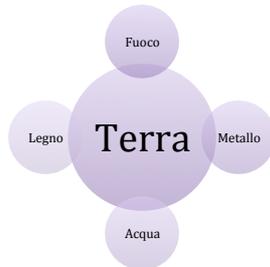
Attiviamo il Circuito organico e il Meridiano del Rene.

28. Scrivi il significato dell'ideogramma "Xue".

*Gocce di sangue nel calice.*

29. Perché nella Medicina Tradizionale Cinese la Terra riveste un ruolo fondamentale?

Essendo la Terra, il centro, gli squilibri delle altre logge passano dalla Terra per raggiungere nuovamente le periferie.



30. Se si accusa un forte torcicollo, quali meridiani sono indicati per un auto trattamento?  
Meridiani: Intestino Tenue (SI), Grosso Intestino (LI) e Vescicola Biliare (GB).

31. Quali sono le parole chiave dei 5 Movimenti in relazione al Qi ?

Movimento Legno: messa in movimento del Qi.

Movimento Fuoco: espansione del Qi.

Movimento Terra: destrutturazione del Qi.

Movimento Metallo: messa in riserva del Qi.

Movimento Acqua: coesione del Qi.

32. Quali punti sono utilizzati per "lasciare andare"? Sia mentale sia fisico, e per calmare lo Shen?

Nella mano: LI4, HT7, SI3.

Nel piede: ST42, BL62, GB39.

33. Quale loggia e organo accoglie la discesa del Qi con l'inspirazione?

Loggia Acqua, organo Rene.

34. Quale organo è deputato a prendere le "decisioni"? Come "intervengono" gli altri organi sull'aspetto decisionale? Elencane almeno tre.

L'organo deputato è la Vescicola Biliare.

Intervengono nel processo decisionale: i Reni tramite la forza di volontà, il Fegato attraverso la pianificazione, il Cuore con la chiarezza mentale, l'Intestino Tenue discriminando e sviluppando un approccio critico. All'origine della possibilità di prendere una decisione dobbiamo possedere la forza di "saper prendere il nutrimento che ci spetta" e questa qualità risiede nello Stomaco, e una analisi "tagliante" qualità che risiede nel movimento Metallo. In ultima analisi ogni Movimento è coinvolto in un processo decisionale secondo le proprie peculiarità energetiche.

35. Come si può "difendere" il Polmone dagli attacchi "virali ed emozionali" con i fiori di Bach?

I fiori di Bach sostengono energeticamente molti aspetti della personalità sia costituzionali che legati al momento attuale. Per difenderci e proteggerci possono venire in aiuto:

Mustard per la tristezza;

Walnut per la capacità di adattarsi ad un evento inaspettato;

Mimulus per la paura di fatti concreti;  
Crab Apple per difenderci dalle aggressioni di patogeni;  
Red Chestnut per la paura per i nostri cari;  
Cherry Plum per la paura di perdere il controllo;  
White Chestnut per il pensiero fisso;  
Larch per la fiducia in se stessi di superare i brutti momenti;  
Gorse per la speranza...e infine non dimentichiamo RR.  
Ognuno di noi esprime nell'emergenza la peculiarità della propria personalità, un consiglio mirato può essere di grande aiuto.

36. Elenca almeno una pianta per sostenere energeticamente il Meridiano del Triplice Riscaldatore superiore, medio e inferiore.  
Triplice Riscaldatore Superiore: Biancospino, Piantaggine e Lavanda.  
Triplice Riscaldatore Medio: Malva, Bardana e Calendula.  
Triplice Riscaldatore Inferiore: Tarassaco, Equiseto, Uva Ursina e Solidago virga Aurea.