

**Convegno a cura della Scuola di Agopuntura della Città di Firenze  
11-12 aprile 2015**

## **“Tradizione viva”**

**Tra dimensione antropologica e saper fare terapeutico**

### **Abstract**

**Franco Cracolici**

[Il corpo taoista](#)

Questa relazione mette in evidenza l'uomo come ologramma dell'architettura terrestre e celeste. I simboli dell'antica Cina rispondono al cielo e alla terra e nelle varie raffigurazioni antropomorfe e strutturali i significati diventano insegnamenti sia per il profano sia per chi può decodificare le varie modalità di accesso alle letture taoiste e buddiste. Questo disegno del sapere è sempre stato trasversale e unitario nelle varie culture antiche in un mondo che si serviva di linguaggi figurativi e simbolici

**Antonio Guerci**

[Antropologia e Salute](#)

Ogni popolazione umana, in ogni epoca, attraverso la propria cultura costruisce una particolare rappresentazione del mondo, da cui conseguono particolari costruzioni del corpo e quindi della salute e della malattia. A partire da una percezione peculiare del corpo, dell'anatomia, della fisiologia, della biologia, della posizione dell'essere umano nel mondo animale, della nozione di normale e di patologico, ogni cultura elabora saperi costituiti, li trasmette, li declina nel mondo quotidiano e nelle occasioni istituzionali. Da questi saperi scaturiscono le definizioni di patologia e di non patologia, le differenti ipotesi sulle cause delle malattie (eziologie), le relative classificazioni (nosologie) e le descrizioni delle malattie stesse (nosografie).

**Francesco Bottacioli**

[Nell'antichità l'uomo era intero: antropologia greca e cinese a confronto](#)

La comunicazione svilupperà la tesi che nell'antichità a Oriente e a Occidente la visione dell'essere umano e della vita era largamente convergente e centrata su una concezione olistica. La comunicazione svilupperà in particolare 4 punti:

**UNITÀ DELL'ORGANISMO** Sia i Greci che i Cinesi antichi non avevano una visione dualistica dell'essere umano. Pur esaltandone la dimensione psichica e culturale, che è il principio vitale per eccellenza, ciò che dà all'uomo la capacità di regolare la propria vita, essa non è un principio trascendente, è invece il prodotto dell'organizzazione della vita.

**UNITÀ DELLE SCIENZE DELL'UOMO** Molto spesso, nell'antichità greca e cinese, i filosofi erano anche medici e viceversa. La riflessione in un campo si nutreva di quella dell'altro campo. E anche quando i filosofi non praticavano la medicina comunque hanno dato contributi fondamentali allo studio della vita (vedi per es. Aristotele e Zhang Zhong).

**LA CURA DEGLI ALTRI E LA CURA DI SÈ** Ripetutamente, nei testi greci e cinesi si paragona l'azione del medico a quello di governo: di una nave come di una città. Governo degli altri e governo di sé, come ricorda Socrate ad Alcibiade che aspira a comandare la città: «come fai ad occuparti degli altri se non ti curi di te?». Non è quindi possibile una medicina esercitata da chi non ha il controllo della propria salute. O, peggio, come dice Galeno, da medici che hanno solo lo scopo di far soldi. Prendersi cura di sé è possibile tramite “tecniche della vita” che sia i greci che i cinesi identificavano con tecniche meditative di controllo delle emozioni e con pratiche di salute (diaita per i greci, yangshen per i cinesi).

LA GUARIGIONE È NELLE MANI DEL MALATO La guarigione, per gli antichi, è opera del paziente medesimo, che rettificherà il suo stato di salute, ma con l'aiuto fondamentale di un altro essere umano, il medico, che può essere d'aiuto solo nella misura in cui è capace di praticare in se stesso la via della salute e, nella relazione col paziente, dimenticare il proprio ego.

**Carlo Moiraghi**

**Paola Poli**

[Curare con il soffio](#)

Tratteggiandola all'interno della *Scuola del Metallo*, via attuale della medicina cinese radicata nel dettato tradizione quanto nella capacità di elaborarlo e integrarlo, questa relazione introduce la *metodica terapeutica del respiro*, e nell'intento di *riunire ciò che è stato diviso* la presenta in un ampio scenario, tradizionale come moderno, dai profili accademici come alchemici, individuandola sia quanto alle basi fisiologiche e ai contenuti chimici e metabolici sia quanto ai significati energetici organici e sovraorganici, personali e transpersonali.

**Stefania Consigliere**

**Simona Paravagna**

[Modi della cura, modi dell'umano: uno sguardo antropologico](#)

È in corso in Occidente, in questi anni, una profonda *revisione epistemologica non monista* dei nostri presupposti ontologici, conoscitivi, etici e, in senso ampio, esistenziali. Essa comporta il superamento di molte vecchie partizioni (corpo/mente, verità/credenza, umano/animale, teoria/prassi), l'apertura ad altri modi della conoscenza e altre forme dell'umano e lo sviluppo di pensieri e di pratiche che, invece di pensarsi a priori validi per tutti, hanno come obbligazione politica la possibilità di convivere con altri pensieri e altre pratiche. In questo movimento l'antropologia – in quanto disciplina dedita appunto alla “conoscenza degli altri” – occupa un ruolo chiave e si trova quindi impegnata, oggi, nell'elaborazione di un quadro che permetta infine una reale *diplomazia fra mondi*. Presupposto fondamentale di questa impostazione è che gli umani – e i viventi tutti – sono costruiti dal (e a loro volta costruiscono il) mondo che li circonda, ovvero l'insieme delle relazioni nelle quali avvengono; ovvero ancora, il *collettivo*. Questo processo prende il nome di *antropo-poiesi*, “costruzione dell'umano”. L'antropo-poiesi investe non solo le idee, il cosiddetto “simbolico”, ma l'intero dei soggetti: dalla genetica alla fisiologia, dall'anatomia alla strutturazione psichica, gli umani sono l'esito di una *storia* in cui perfino le crisi arrivano secondo forme predisposte dalla cultura di appartenenza. Questo ha implicazioni profonde in ciò che attiene alle pratiche terapeutiche. Fuori dal paradigma cartesiano della “riparazione del guasto”, e immersa in una pluralità di percorsi possibili, l'arte della cura può tornare alla sua ispirazione più profonda, che l'imparenta alla filosofia: quella di accompagnatrice (e a volte levatrice) delle traiettorie di individuazione dei soggetti.

**Susanna Taccola**

[Visualizzazioni utili: i simboli della tradizione cinese](#)

I simboli della tradizione risuonano nella mente rinnovando il patto che lega l'uomo alla natura, permettendo una nuova percezione corporea e una maggiore consapevolezza fisica. Il recupero del corpo al simbolismo originario e l'integrazione delle diverse percezioni apre il cammino all'unità energetica. Il concetto di risonanza Gan Ying è l'asse portante della relazione microcosmo-macrocosmo ed evoca la bipolarità della relazione Yin/Yang: azione emanazione Yang, reazione percezione Yin. In molte medicine tradizionali è ancora vivo l'aspetto sciamanico in cui le pratiche hanno poteri radianti che la visualizzazione amplifica, permettendo la comunicazione con gli influssi astrali del Cielo e le direzioni cardinali della Terra.

**Elke Modafferi**

**Daniela Orbetti**

[Il Qigong come progetto di autogestione della salute per la donna](#)

Le forme del qigong femminile sono il motore per una proposta di medicina comunitaria che ha lo scopo di diffondere

benessere e consapevolezza della donna, praticando le forme e studiandone la teoria secondo la MTC. Da 12 anni proponiamo a gruppi di studio varie tematiche qigong per la salute della donna e oltre alla pratica abbiamo creato un'occasione di formazione esperienziale utile per chi si trova già inserito in un percorso di studio della MTC. Anche in presenza di patologie conclamate il qigong è un metodo attivo di accompagnamento alle cure mediche, per sostenere le proprie difese immunitarie e per facilitare la guarigione. Il nostro proposito è di mettere le nostre conoscenze in comune e coinvolgere le donne interessate in un progetto di importante sostegno nella vita di oggi così difficile da gestire, preservando e riscoprendo le proprie capacità nel femminile, dell'agire in chiave di salute, educazione, cultura e lavoro, in tutte le fasi dell'età.

Il qigong è un mezzo libero e di crescita, da praticare, è strumento di autoguarigione e ha funzione aggregante in ambito femminile.

I nostri obiettivi sono la diffusione della conoscenza del qigong e della medicina cinese antica riferiti alla salute della donna in un contesto attuale e alle necessità della vita sociale odierna. Avviare un processo di conoscenza del sé femminile in termini di salute e di equilibrio emozionale. Condividere conoscenze ed esperienze per creare gruppi di studio tra pari. Offrire un percorso di qigong femminile di autogestione della propria salute. Creare un laboratorio di formazione esperienziale che permetta lo sviluppo delle potenzialità umane individuali e della comunità.

## **Elena Giannotti**

### [Social dreaming, la comunicazione misteriosa](#)

Il Social Dreaming è stato ideato o 'riscoperto' come afferma lui stesso, dal Professore W. Gordon Lawrence (Tavistock Institute of Human Relations di Londra) all'inizio degli anni 80', recuperando un sapere storico e antropologico. Il Prof. Gordon ipotizza che sia possibile considerare il sogno come manifestazione dell'ambiente in cui viviamo e che i sogni possono fare luce sul mondo sociale condiviso. I campi di applicazione sono molteplici (aziende, comunità, team di lavoro, scuole). Gordon rileva come in molte società tribali i sogni e i miti erano raccontati e discussi in incontri collettivi. Lo scambio onirico facilitava la capacità di stare in relazione e fluidificava le comunicazioni fra i membri del gruppo. Tale pratica era particolarmente utile e benefica in quelle aree della vita sociale che richiedevano cooperazione e interdipendenza. Il Social Dreaming si occupa del pensiero e della conoscenza contenuti nel sogno, non del sognatore o della sua psicopatologia, come fa invece la psicoanalisi individuale. Concentrarsi esclusivamente sul pensiero del sogno consente di rinvenire e decostruire la conoscenza del sogno, allo scopo di accedere a pensieri nuovi. Il setting di questo lavoro è una Matrice che rispecchia nella vita di veglia la Matrice dell'inconscio indifferenziato che è la fonte di tutti i sogni e che predomina nella vita notturna. Il modo della Matrice rende possibile la rêverie e la capacità negativa (Keats) ossia la capacità di tollerare l'esplorazione dell'ignoto. Nella Matrice i sogni sono affrontati con il metodo della libera associazione, dell'amplificazione tematica e del pensiero sistemico. La matrice permette di continuare il processo del pensiero 'infinito' che avviene mentre dormiamo e di allentare i sistemi di conoscenza 'finita' della veglia. 'Il social dreaming è una metodologia per trasformare il pensiero dei sogni usando libere associazioni, l'amplificazione tematica, e il pensiero sistemico, in modo da creare legami, trovare connessioni e liberare/generare nuovi pensieri' (F.Fubini)

## **Franco Bottalo**

### [Coltivare se stessi per poter curare](#)

“Il più grande terapeuta è quello attorno al quale tutte le persone stanno bene” (Maestro Jeffrey Chong Yuen)

Coltivare se stessi e curare, sono aspetti strettamente interconnessi. Ogni atto terapeutico è anche un atto di coltivazione di Sé stessi e d'altro canto l'atto terapeutico richiede la coltivazione del Sé.

Come possiamo pensare di cambiare qualcosa nel paziente se non stiamo cambiando qualcosa in noi? Come possiamo attivare le energie di guarigione nella persona se non le stiamo in qualche modo cercando di attivare in noi stessi? Come possiamo pensare di poter aiutare gli altri se non stiamo aiutando noi stessi? Come pensiamo di poter dare amore al nostro paziente se non ci amiamo? Ma cosa vuol dire coltivare se stessi? Uno dei modi in cui possiamo osservarlo è considerando tre diversi aspetti, tutti associabili al processo di coltivazione individuale.

Coltivare se stessi prevede un lavoro sul corpo, sulle emozioni e sulla propria Anima, questi tre aspetti sono poi associabili a quelli che vengono definiti “i tre tesori dell'essere umano”:

coltivare il corpo (Jing). Coltivare le emozioni (Qi). Coltivare l'Anima (Shen).

I vari aspetti della coltivazione di sé stessi (alimentazione, meditazione, cura del corpo, ...) possono essere raggruppati secondo i tre livelli della tradizione taoista che fanno riferimento alle tre funzioni fondamentali dell'esistenza: sopravvivenza o soddisfacimento dei bisogni primari (Alimentazione, Qi Gong, Meditazione), relazione con gli altri

(Agopuntura, massaggio, erbe, ecc.), capacità di evoluzione e differenziazione (Gli organi di senso – percepire il mondo in modo diverso).

Uno dei riscontri del proprio processo di coltivazione ed evoluzione è la capacità di essere maggiormente liberi; e anche questa libertà può essere vista sotto tre aspetti: libertà dalla paura, libertà da ciò che si conosce, **libertà da se stessi**.

## **Lucia Bacciottini**

### **Evoluzione delle diete umane: un percorso antropologico tra salute e malattia**

La dieta è stata una parte importante della nostra evoluzione, come lo è per ogni specie, e noi abbiamo ereditato molti adattamenti dai nostri antenati paleolitici. La comprensione del modo in cui ci siamo evoluti potrebbe, in linea di principio, aiutarci a compiere oggi scelte alimentari più intelligenti.

«Da tempo una scuola di pensiero sostiene che siano state **la carne e la caccia** a renderci umani e a distinguerci dagli altri animali», commenta Amanda Henry, paleobiologa dell'Istituto Max Planck per l'antropologia evolutiva di Lipsia. Tuttavia questo sembra vero solo in parte. Certo, i cacciatori-raccoglitori vogliono soprattutto carne. Ma tirano avanti grazie ai vegetali». **L'agricoltura è stata un progresso positivo per la salute umana?** O invece, con l'abbandono dello stile di vita dei cacciatori-raccoglitori, abbiamo rinunciato a una dieta più sana e a un corpo più forte in cambio della sicurezza alimentare? Clark Spencer Larsen, antropologo fisico della Ohio State University, dà una descrizione molto cupa della nascita dell'agricoltura. La dieta diventò molto meno varia dal punto di vista nutrizionale: mangiando gli stessi cereali tutti i giorni, spiega lo studioso, i primi agricoltori divennero soggetti a carie o piorea, poco comuni tra i cacciatori-raccoglitori. Con la domesticazione degli animali, bovini, pecore e capre divennero fonte di latte e carne ma anche di parassiti e nuove malattie infettive. Gli agricoltori iniziarono a soffrire di carenze di ferro e ritardi dello sviluppo, e la statura media si ridusse. «La dieta umana ha almeno due milioni di anni. Di cavernicoli ce ne sono stati parecchi, e tutti diversi». Insomma, non esiste la dieta ideale per tutti. Aiello e Leonard sostengono che il tratto più caratteristico dell'uomo non è la preferenza per la carne, ma la capacità di **adattarsi agli habitat** più vari e combinare cibi diversi in modo da creare più di un regime alimentare salutare. Purtroppo la moderna dieta occidentale non è tra questi. secondo Richard Wrangham, primatologo a Harvard, la più grande rivoluzione nell'alimentazione umana non è avvenuta quando abbiamo cominciato a mangiare carne, ma quando abbiamo imparato a cucinare. I primi uomini che cominciarono a cuocere il cibo, tra 1,8 milioni e 400 mila anni fa, probabilmente ebbero più figli, e in salute migliore, di chi consumava cibi crudi, spiega lo studioso. Una volta pestato e riscaldato, infatti, il cibo è in un certo senso "predigerito": il nostro intestino consuma meno energia per scomporlo, e ne assorbe di più, estraendone più carburante per il cervello. Oggi, sostiene Wrangham, non potremmo sopravvivere solo di alimenti crudi e non lavorati: l'evoluzione ci ha portato a dipendere dal cibo cotto. Se la teoria è giusta, la cottura non ha solo fornito agli esseri umani l'energia che ha consentito la crescita del cervello, ma li ha anche aiutati a ricavare più calorie dal cibo, e quindi ad aumentare di peso. Oggi forse questo successo ci si sta rivoltando contro: siamo diventati così bravi a trattare gli alimenti che, per la prima volta nella storia dell'evoluzione, molti di noi assimilano più calorie di quante ne brucino. "Siamo passati dal pane nero alle merendine, dalla mela al succo zuccherato", scrive Wrangham.

**"Dobbiamo esserne più consapevoli: una dieta a base di cibi molto lavorati provoca un drastico aumento del consumo di calorie"**. Ma il consumo di questo tipo di alimenti è in aumento in tutto il mondo, ed è tra le cause della crescente epidemia di obesità e di patologie collegate.

## **Duccio Petri**

### **Dietetica e stili di vita tra oriente e occidente**

La dieta e lo stile di vita rappresentano le fondamenta della prevenzione delle malattie e costituiscono inoltre un valido e spesso indispensabile sostegno al trattamento delle stesse. Questo lavoro cerca di analizzare e confrontare le raccomandazioni dietetiche e comportamentali della medicina moderna con quelle della medicina tradizionale cinese.

## **Sonia Baccetti**

### **Medicina integrata: articolazione tra le tecniche in mtc. Le esperienze regionali**

L'integrazione di terapie basate su prove scientifiche con i trattamenti convenzionali è al contempo una scienza e una filosofia che riconosce la complessità dell'approccio terapeutico al malato. Un approccio globale e multidisciplinare che tiene conto della persona in tutti i suoi aspetti (fisici, psicologici, sociali e spirituali), al fine di migliorare non solo il controllo dei sintomi ma anche accrescerne il benessere psicofisico, le relazioni interpersonali e la partecipazione sociale, e quindi la qualità della vita. In questo contesto le medicine complementari possono offrire un notevole contributo alla costruzione di un unico percorso terapeutico multidisciplinare nell'ottica della medicina integrata e della personalizzazione della cura. Il poter scegliere fra tecniche diverse come consente la MTC (agopuntura, moxibustione, massaggio ecc.) aggiunge un ulteriore contributo alla personalizzazione della cura. Questo facciamo al centro Fior di Prugna, Struttura di Riferimento

Regionale per le Medicine Complementari e la Medicina Tradizionale Cinese, fin dalla sua fondazione nel 1995: infatti operiamo in maniera integrata offrendo un'equipe formata da diverse professionalità (medici agopuntori e esperti in MTC con altra laurea sanitaria) che lavorano insieme, portando in condivisione il proprio "saper fare". Il centro inoltre è da tempo impegnato in attività di formazione rivolte al personale sanitario toscano (medici, osteriche, infermieri, fisioterapisti) al fine di diffondere le conoscenze e apprendere i principi della MTC, per realizzare l'obiettivo vero della medicina cinese ossia utilizzare le diverse tecniche non secondo la disponibilità dell'operatore ma secondo i bisogni del paziente. Questa articolazione fra tecniche e l'integrazione con la medicina ufficiale è ormai realtà in molte aziende sanitarie toscane. Secondo il censimento 2014 sono presenti 49 ambulatori di MTC nei servizi sanitari pubblici della Toscana. Si presentano alcune esperienze regionali fra le quali il centro di senologia dell'ospedale di Pisa, l'ospedale di medicina integrata di Pitigliano, la U.O. Anestesia dell'ospedale di Prato, la U.O. Ostetricia e Ginecologia dell'ospedale di Pontedera.

### **Marco Montagnani**

#### [Formazione permanente degli operatori qigong tra tradizione e modernità](#)

L'arte del qigong rappresenta un valido strumento per mantenere un buono stato di salute psicofisica, ma come ogni disciplina che si rispetti, anche questa necessita di una pratica corretta e precisa, insegnata da istruttori qualificati che hanno al loro attivo molti anni di esperienza sul campo. Alcune volte purtroppo ciò non accade e questo problema danneggia gravemente i risultati sperati. Lo scopo di questo corso è proprio quello di perfezionare la pratica del qigong, indipendentemente dalla tipologia o dalla scuola di provenienza, in modo da garantire ai praticanti, dei risultati reali e sicuri. Il corso prenderà in esame le posture corrette, le fasi respiratorie, le tipologie di respiro e gli eventuali errori da evitare per una pratica corretta. Inoltre verrà dedicato uno spazio specifico alla metodologia del l'insegnamento e una particolare attenzione alla pratica Neidan e Waidan. Il corso infatti si prefigge lo scopo di insegnare e perfezionare la pratica corretta di questa meravigliosa e nobile arte della salute.

### **Tian Hong**

#### [Manipolazioni complesse in clinica. Pratica dei metodi complessi maggiormente utilizzati nella clinica delle Sindromi Bi](#)

La relazione si incentra sulla pratica dei metodi complessi maggiormente utilizzati nella clinica delle Sindromi Bi. Durante il lavoro sarà possibile osservare e apprendere manipolazione passive da utilizzare su diverse articolazioni del paziente; in particolare, ci si occuperà delle articolazioni del collo, della spalla, del gomito gomito, del polso, della zona lombare, del ginocchio e della caviglia. La pratica proposta ha lo scopo di alleviare e ridurre le aderenze muscolari e facilitare il movimento attivo.

### **Antonella Traversi**

#### [Il Martelletto della Salute, Metodo Malitang, per il benessere e la terapia](#)

Il Martelletto della Salute, Metodo Malitang della Prof.ssa Ma Xuzhou figlia ed erede spirituale del grande Maestro Ma Litang, è una tecnica di Medicina Tradizionale Cinese utile per migliorare il benessere psicofisico e la qualità della vita. In particolare è un efficace metodo terapeutico per trattare sia i disturbi visivi sia i dolori articolari. La Prof.ssa Ma Xuzhou ha trasformato il tradizionale martelletto di metallo, chiamato fior di prugna con cinque o sette aghi, in uno più grande, in gomma senza aghi, molto adatto a stimolare le superfici cutanee in corrispondenza dei meridiani e punti energetici. Al Martelletto della Salute si associano anche tecniche di Tui Na ed esercizi di Qi Gong quali: "Jianmugong" (Qi gong per il rafforzamento della vista), " Xisui Jinjing" (Lavaggio dei Midolli), "Liuzijue" (Sei suoni). Questa combinazione di tecniche riequilibra il Qi e lo Xue, gli Zang ed i Fu, regola il cuore e la mente migliorando così salute generale della persona.

### **Federico Berti, Marco Giuliani, Roberta Pisano**

#### [Il lavoro di gruppo come strumento formativo: presentazione del manuale "L'arte delle mani](#)

Il nostro intervento vuole descrivere il lavoro di composizione del testo "Manuale teorico pratico di Tuina. L'arte della mani" pubblicato dalla Scuola di Agopuntura Tradizionale della Città di Firenze come pioniere di una modalità inedita di produzione di sapere e saper fare. La peculiarità di tale lavoro risiede nella partecipazione collettiva alla composizione del testo da parte dei docenti della scuola e dei docenti in formazione. Gli incontri periodici del gruppo hanno permesso di portare avanti un lavoro a doppia via: da una parte, la necessità di descrivere le manovre in modo da renderle chiare e praticabili a chi per la prima volta si affaccia alla disciplina del TuiNa ha fornito la possibilità di costruire un linguaggio condiviso e inedito all'interno del gruppo, dove ogni voce mantenendo la propria peculiarità ha dovuto armonizzarsi. Dall'altra, quasi come virtuoso effetto collaterale, la costanza degli incontri, che si è protratta per circa due anni, ha reso possibile un percorso di confronto, condivisione e apprendimento interno allo stesso gruppo docenti.

### **Flavio Montelatici**

#### **Dao yin: una pratica per il corpo e la mente**

Il Dao yin yang sheng gong è una tecnica della medicina tradizionale cinese orientata al mantenimento e miglioramento della salute. Nasce grazie ad una ricerca approfondita del dott.re Zhang Guangde che ha ereditato questo patrimonio culturale e medico dal nonno materno e diffusa in Italia dal dott.re Fabio Smolari, sinologo e ricercatore. Gli esercizi si fondano sulla teoria dello yin/yang, i cinque elementi, i 12 meridiani, il qi/sangue e sugli studi comparati della medicina moderna. Letteralmente Dao yin yang sheng gong significa esercizi per nutrire la vita guidare il qi e tirare il corpo. Con la pratica si esercita quindi sia la componente esterna, fisica, sia quella interna, la mente, lo spirito. Lo sforzo muscolare, tendineo, articolare, fasciale sarà sostenuto, guidato, curato da un sforzo della mente orientata al mantenimento di una attenzione all' esercizio stesso.