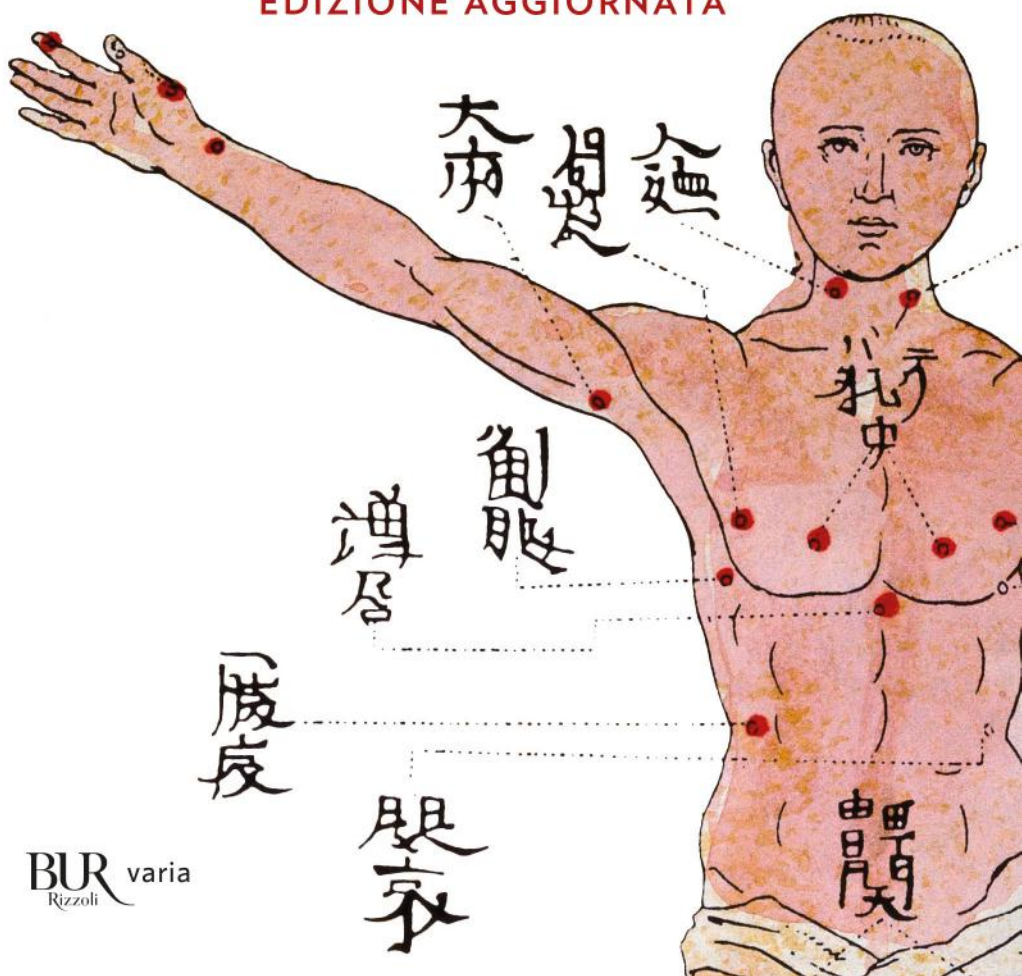


PAOLO CONSIGLI

# AGOPUNTURA

CONOSCERE LA PIÙ ANTICA  
MEDICINA UFFICIALE

EDIZIONE AGGIORNATA



**PAOLO CONSIGLI**

# **AGOPUNTURA**

**Conoscere la più antica  
medicina ufficiale**

EDIZIONE AGGIORNATA

**BUR**  
Rizzoli

Proprietà letteraria riservata  
© 1998-2011 RCS Libri S.p.A., Milano  
© 2017 Rizzoli Libri S.p.A. / BUR Rizzoli

ISBN 978-88-17-09622-5

Prima edizione Sonzogno 1998  
Prima edizione BUR Varia settembre 2017

#### Avvertenza

Questo libro non intende fornire diagnosi dettagliate e terapie personali: si raccomanda, pertanto, di rivolgersi a un medico per la cura di malattie specifiche.

*Seguici su:*

Twitter: @BUR\_Rizzoli    [www.bur.eu](http://www.bur.eu)    Facebook: /RizzoliLibri

# AGOPUNTURA



*Ad Alexandra, Natan, Joshua, Dan, Ghidon, Lev  
e all'Amore che mi circonda*

*Il sorriso del saggio  
somiglia a quello del bambino felice.  
Tao Te Ching, cap. 49*



# INTRODUZIONE

## **Agopuntura: alla scoperta di una medicina millenaria**

*In ogni cultura e in ogni tradizione medica  
prima di noi, la guarigione è stata ottenuta  
muovendo energia.*

ALBERT SZENT-GYÖRGYI,  
Premio Nobel per la medicina,  
scopritore della vitamina C  
e del ciclo di Krebs

Questo libro nasce dall'esigenza espressa da molti miei pazienti di poter consultare un agile manuale informativo che illustri nel modo più chiaro possibile l'azione, i principi e i benefici dell'agopuntura tradizionale cinese: intendiamo sbarazzare il campo dai molti equivoci e fraintendimenti che hanno per oggetto questa terapia, che da migliaia di anni è stata praticata in Cina come la medicina ufficiale ed è tuttora il trattamento di prima scelta per decine di milioni di persone nel resto del mondo.

Con questo libro esploreremo gli aspetti teorici e pratici della medicina cinese, una delle più antiche e più diffuse del mondo: capirete il funzionamento dell'agopuntura, le sue indicazioni cliniche e il modo in cui può essere applicata dal medico.



Potrete seguire e comprendere tutte le fasi della diagnosi e della terapia secondo i principi della medicina cinese e sarete in grado di valutare il vostro stato di salute, confrontandolo con le descrizioni dei disturbi organici e costituzionali illustrati nel libro.

Per comprendere l'azione dell'agopuntura è necessario venire a conoscenza di quei principi, elaborati dai cinesi oltre tre millenni or sono, che spiegano l'azione dei campi di forza presenti in natura, grazie ai quali l'agopuntura riesce a essere efficace. Andremo alla scoperta delle potenzialità energetiche del nostro corpo aiutati da un linguaggio semplice e accessibile. Vi accorgete che la medicina cinese cerca di capire le condizioni della persona malata nel suo complesso: quello che viene definito un approccio olistico.

Ho creduto poi opportuno illustrare il concetto di salute secondo la medicina tradizionale cinese, basato sull'equilibrio energetico e funzionale della persona nel suo insieme: una medicina impegnata a migliorare la qualità della nostra vita.

A chi giova l'agopuntura? A tutti, anche se in misura diversa, purché si abbia costanza nel portare a termine i trattamenti e nel seguire le cure; inoltre, grazie all'agopuntura molti potranno eliminare o diminuire la quantità di farmaci che sono abituati ad assumere.

È importante rivolgersi a un medico esperto: chi pratica l'agopuntura senza cognizioni di causa, non solo fa poco o nulla ma può anche arrecare disturbi ai suoi pazienti. Leggendo il libro acquisirete le nozioni che vi permetteranno di distinguere il bravo terapeuta dal medico improvvisato.

Scoprirete che esiste un modo di curare molti disturbi fisici e psichici senza provocare alcun effetto nocivo: l'agopuntura è una terapia totalmente atossica e sicura; gli aghi sono rigorosamente sterilizzati, pertanto è impossibile contrarre, tramite essi, malattie contagiose come le epatiti o il virus HIV.

Con l'agopuntura non solo si curano le malattie ma si preven-  
gono, perché essa rafforza e dà tono all'organismo: il  
risultato è un miglioramento della qualità di vita e il mante-  
nimento di uno stato di salute ottimale.

L'agopuntura funziona: la sua efficacia, resa evidente da  
una casistica pressoché illimitata, acquisita con le esperienze  
di oltre tre millenni, è stata confermata dalle ricerche scien-  
tifiche degli ultimi cinquant'anni.

Gli aghi sono molto sottili, hanno un corpo filiforme e  
una sottile punta ad ago di pino che attraversa in modo in-  
dolore i pori della pelle. La moxibustione stimola i punti dei  
Canali con il calore prodotto dalla combustione di foglie di  
piante, prima fra tutte l'artemisia (*Artemisia vulgaris*). In ci-  
nese la parola che designa l'agopuntura è *Zhenjiu* (pronuncia  
«gengiù»), che letteralmente significa «aghi-moxa» in quanto  
l'agopuntura, come pratica medica, non può essere disgiunta  
dalla moxibustione: entrambe stimolano i punti dei Canali e  
dei Collaterali – i cosiddetti Meridiani – che distribuiscono  
l'energia corporea. L'esistenza dei Canali e  
dei Collaterali è stata confermata con di-  
versi metodi d'indagine.

Le teorie energetiche che stanno alla ba-  
se della medicina cinese – una volta consi-  
derate improbabili invenzioni – oggi sono  
guardate con rispetto da molti scienziati,  
perché ci permettono di spiegare in modo  
razionale l'azione dell'agopuntura. Inoltre,  
presentano straordinarie analogie con le più  
avanzate teorie della fisica moderna.

L'inserzione dell'ago da agopuntura è  
indolore: mentre gli aghi delle comuni si-  
ringhe sono cavi e hanno una punta a bec-  
co di flauto che ferisce i tessuti, quelli da



*L'Artemisia  
vulgaris,  
ingrediente base  
della moxa*