

血 XUÈ – SANGUE

Sangue e liquidi corporei appartengono alla parte fisica, Yin, del corpo. Entrambi derivano dagli trasformati dallo stomaco, distribuiti in tutto il corpo dalla milza e attraverso i polmoni mescolati con l'aria: è qui che si crea il sangue che entra in circolazione nei vasi sanguigni e nei Canali energetici.

血 xuè
sangue

in basso mǐn “vaso (della circolazione o utensile)”, con un tratto (diǎn) in alto

Il sangue provvede alla manutenzione e all'umidificazione dei tessuti. Gli organi maggiormente in relazione con il sangue sono il cuore, che ne garantisce la circolazione armonica, il fegato, che lo immagazzina e lo controlla nello stato di riposo, e la milza, che contribuisce a formarlo a partire dall'alimentazione e che lo controlla mantenendolo nei vasi e distribuendolo in tutto il corpo.

Lo Stomaco riceve il cibo. La Milza distilla da esso un'essenza, sostanza pura e rarefatta che viene innalzata al TE superiore e trasformata in Sangue dopo essere stata mescolata all'aria pura. La formazione del Sangue è garantita dalla funzione di trasformazione trasporto della Milza e dall'energia dei Reni, che sottende al buon funzionamento degli organi. I Reni producono inoltre il midollo, che si trasforma in sangue. «*Lo Jing dei Reni non smaltito va al Fegato e diventa Sangue puro*». Dal TE superiore il Sangue viene spinto nei vasi in tutto il corpo dall'energia del Cuore in coordinazione col Qi del petto - Zong Qi. Il Sangue va al Fegato che si riempie, quando il Fegato è in buono stato il Sangue va a riempire il Chong Mai che all'epoca della pubertà è maturo e porta nella donna il Sangue all'utero e rende possibile le mestruazioni, ai seni e rende possibile la lattazione. Nell'uomo porta il Sangue ai testicoli e rende possibile la formazione dello sperma e sale lungo la parte anteriore del corpo fino al viso e rende possibile la crescita dei peli, della barba o dei baffi. Quindi:

Produzione del sangue: Milza – Reni

Circolazione del Sangue:

- Cuore controlla il sangue e lo fa circolare (il Cuore regna sul Sangue)
- Fegato lo tiene in riserva (il Fegato conserva il Sangue)

Omeostasi del Sangue:

- La Milza non lo fa debordare (la Milza governa il sangue)

Funzioni del Sangue

1) Nutre gli organi (Zang), i visceri (FU), i meridiani, la pelle, la carne, i tendini, i muscoli e le articolazioni.

Ling Shu cap. 47: «*Quando il Sangue è in armonia, i tendini e le ossa hanno la forza, le articolazioni sono elastiche*»;

2) Il Sangue supporta l'attività mentale, lo Shen.

Ling Shu: «*Quando il Sangue circola bene nei vasi lo spirito è sereno*».

Il sangue

È il liquido rosso che circola nei vasi sanguigni. Origina soprattutto dalle essenze alimentari che si sviluppano in milza e stomaco. I vasi sanguigni impediscono al sangue di stravasare e sono chiamati perciò “serbatoio del sangue” o “palazzo del sangue” (xue fu). Il sangue è controllato dal cuore, immagazzinato nel fegato e mantenuto in circolazione dentro i vasi da parte della milza. Esso ha la funzione di rifornire gli organi e gli altri tessuti del corpo umano di sostanze nutritive.

Formazione del sangue

Il sangue origina dal jiao medio che ospita milza e stomaco. Il cibo, una volta arrivato nello stomaco, è trasformato in essenza alimentare dalla funzione splenica di assorbire, trasformare, distribuire e trasportare. L'essenza alimentare ed i fluidi permeano i vasi sanguigni dove essi diventano sangue rosso. Inoltre anche il qi nutritivo si può trasformare in fluidi che poi scorrono nel meridiano del cuore e diventano sangue. Il jing degli alimenti si può trasformare in corpo e viceversa. Per riassumere, il sangue è formato da varie sostanze, come il jing degli alimenti, il qi nutritivo, il jing ed il midollo osseo. Esse si possono trasformare in sangue tramite le attività funzionali di milza, stomaco, polmoni, cuore, rene, fegato.

Funzioni del sangue

Il sangue circola incessantemente dentro il corpo. Esso ha la funzione di nutrire ed umidificare tutti gli organi ed i tessuti corporei. Queste funzioni risultano evidenti nei movimenti oculari e degli arti. Se gli occhi sono nutriti dal sangue hanno la capacità di vedere. Se i piedi sono nutriti dal sangue hanno la capacità di camminare. Se i palmi delle mani sono nutriti dal sangue hanno la capacità di aggrapparsi. Se le dita sono nutrite dal sangue hanno la capacità di tenere degli oggetti. Le sostanze nutritive ematiche mantengono forti tendini e muscoli e lubrificano le articolazioni.

Se il sangue è scarso, non sarà in grado di nutrire. Il deficit di sangue ha questi segni e sintomi: occhi secchi, debolezza visiva, limitazione dei movimenti articolari, intorpidimento agli arti, pelle secca, prurito.

Il sangue è pure la base materiale della vitalità e dell'attività mentale (shen). Perciò si può dire che la vitalità (shen) è la natura del qi e del sangue. Se qi e sangue sono sufficienti l'attività mentale sarà chiara. Se qi e sangue sono insufficienti possono verificarsi disturbi della psiche. Ad esempio, un deficit di sangue di cuore o di fegato può dar luogo a disturbi della psiche come palpitazioni, insonnia, sogni eccessivi.

Circolazione del sangue

Il sangue circola senza posa nei vasi sanguigni in tutto il corpo. Esso rifornisce gli organi interni e i tessuti di tutto il corpo con sostanze nutrienti. La normale circolazione del sangue dipende dall'attivazione congiunta di vari organi interni.

- Il cuore controlla la circolazione ematica. Il qi del cuore è la forza motoria fondamentale che spinge la circolazione sanguigna.

- Il flusso ematico dell'intero organismo converge nei polmoni e attraverso l'azione del qi di polmone si diffonde a tutto il corpo.

- Milza e fegato assistono cuore e polmoni.

Poiché la circolazione sanguigna richiede la coordinazione di cuore, polmone, milza e fegato, una disfunzione in uno qualunque di questi organi può portare ad anomalie nella circolazione del sangue. Ad esempio il deficit di qi di milza può dar luogo ad emorragie.

Relazioni tra Energia e Sangue

a) L'energia genera il Sangue e il Sangue l'Energia. «*L'Energia è maestra del Sangue. Il Sangue è madre dell'Energia*»;

- se c'è vuoto di Energia ci sarà vuoto di Sangue

- se c'è vuoto di Sangue ci sarà vuoto d'Energia

b) L'Energia fa circolare il Sangue

per l'azione propulsiva del Qi del Cuore

per l'azione di distribuzione del Qi del Polmone

per l'azione di drenaggio del Qi del Fegato

- se c'è stasi di Energia ci sarà blocco di Sangue che creerà ancora stasi di Energia

c) L'Energia controlla il Sangue

- se c'è vuoto d'Energia il Sangue scappa

- se c'è vuoto di Sangue l'Energia tende a fuggire