

Acupuntura y medicina china

3º Medicina

Campus Bellvitge

INTRODUCCIÓN

La medicina china entra dentro de lo que se denomina como medicina holística, ya que trata al individuo como un todo. *Holístico* deriva del término griego *holos*, que significa todo; el holismo como filosofía motiva el tratamiento del organismo como un todo (una unidad) más que como partes individuales. De tal manera que intenta llevar las dimensiones emocionales, sociales, físicas y espirituales de las personas en armonía y realza el papel de la terapia o tratamiento que estimula el propio proceso de curación.

Tradicionalmente la medicina practicada por un médico ha sido claramente mecanicista, con la imagen del cuerpo como una máquina compuesta de muchas piezas, cada una de las cuales es tratada de manera separada. En el mecanicismo destaca sobre todo lo demás el papel de los médicos en el proceso de curación. Este papel se basa en una intervención activa, subestimando de un modo general el papel de los factores mentales y emocionales que pueden causar la enfermedad o tener un papel en su evolución natural o tratamiento.

La medicina alternativa da mayor importancia a los factores patológicos (bacterias, virus, agentes medioambientales) en la etiología de la enfermedad. La medicina holística en cambio sostiene que es la resistencia la que está disminuida por hábitos pobres y por el estrés físico y mental, y por lo tanto todo ello es lo que hace al organismo susceptible de enfermedad. De modo que la enfermedad está considerada como un desequilibrio entre fuerzas sociales, personales y económicas, así como de influencias biológicas. Paavo Airola, gran defensor de la medicina holística define estas fuerzas como miedos, preocupaciones, estrés emocional, sustancias tóxicas presentes en el aire contaminado, comida, agua y fármacos tóxicos, exceso del consumo de alcohol, excesos en la alimentación, en las grasas, y la falta de actividad, reposo y relajación suficientes. En términos de prevención, la medicina holística intenta establecer y mantener un balance entre el individuo y el entorno.

Tratando ya más concretamente la medicina china, podemos decir que según su visión, la vida está basada en tres conceptos esenciales, llamados a veces San Bao (tres Tesoros): Shen (Espíritu), Jing (Esencia) y Qi (Aliento o Energía). Sin embargo, como uno de los fundamentos de la medicina china es la relación permanente entre las fuerzas espirituales y materiales, tanto en el ser humano como en el universo, estos tres conceptos se abordan siempre junto con el Xing (Forma, Cuerpo).

En la vida humana, el cuerpo no puede funcionar sin el impulso permanente del Espíritu, y éste salvo puede considerarse en el contexto del funcionamiento corporal. Ahora bien, ¿qué es este Espíritu? ¿Es acaso una ilusión, una creencia, una alucinación o una mentira para dominar al pueblo? Ninguna de estas cosas, ya que el espíritu no es otra cosa que las corrientes internas que fluyen por el cuerpo del individuo, en otras palabras, es el conjunto de la actividad eléctrica, química y vibratoria (a modo de ondas electromagnéticas, que todos los cuerpos irradian) del organismo en la manera en que ésta es percibida y experimentada por el yo de vigilia del propio organismo, o, como podríamos decir, experimentado y percibido por la propia persona en su estado habitual de conciencia. No se trata aquí de ningún espíritu tal y como se entiende en las sesiones de espiritismo, o alguna cosa de tipo etéreo, fantasmagórico o mágico, sino que es algo muy perceptible, alcanzable y real.

De manera que esta teoría esencial hace que la medicina china no pueda fundarse sobre una concepción

radicalmente materialista; asimismo, tampoco puede basarse en una representación exclusivamente espiritualista, sobre la que a veces se han apoyado los occidentales en la base quedada de una mitología exótica y sobre todo, sobre la que se ha malentendido la cultura de muchos pueblos, tratándolos directamente de estúpidos y retrasados, porque creían en espíritus.

La medicina china es fruto de una filosofía naturalista, en la que las actividades mentales, emocionales, fisiológicas o sociales son las expresiones múltiples de un mismo principio vital.

La terapia y/o la medicina alternativa

La palabra terapia literalmente significa medicina manual y se ha venido practicando desde los tiempos de Hipócrates. Es denominada también medicina complementaria. La terapia alternativa actual fue introducida en 1895; se centra en la prevención y tratamiento de procesos a través de consejos psicológicos, sanidad, higiene, nutrición, y la manipulación de la columna y otras articulaciones. La palabra terapeuta, griega, viene de los tiempos del cristianismo primigenio, palabra asociada con la secta cristiana llamada *gnósticos*. Eran ellos quienes guardaban los verdaderos secretos del cristianismo enseñado por el maestro Jesús, y se les conocía como los terapeutas.

La acupuntura, la moxibustión, la musicoterapia, la fitoterapia (hierbas medicinales), iridología, aromaterapia, el yoga, la ejercitación energética consciente (Tai Chi, Qi Gong) son parte integrante dentro de las prácticas de la Medicina Tradicional oriental y ahora para nosotros los occidentales ellas forman parte de la medicina o terapia alternativa. Estas prácticas están en auge hoy en día en occidente, y son millones de personas quienes las siguen. ¿Cuál es la meta de estas prácticas? Evidentemente, si el paciente presenta una enfermedad congénita del hígado o del cerebro, no te curarás con ellas. Su propósito es elevar el nivel energético del individuo, es decir, ampliar su conciencia. Por decirlo así, y para entendernos, son un conjunto de técnicas destinadas a aumentar el ánimo vital general (es decir, el estado de ánimo, o, si se quiere, la capacidad residual para la felicidad y para la acción). Como lo dirían antiguamente, son las prácticas del espíritu. Para todo ello existen las prácticas de respiración, atención, relajación, aceptación, visualización, meditación, etc.

En la vida moderna este alimento anímico, alimento para el estado de ánimo general, está verdaderamente casi ausente a nivel social. ¿Qué nos encontramos al salir a la calle? Sólo cosas que intentan atraer nuestra atención, es decir, tiendas, letreros, luces, coches, ruidos, asfalto, etc. No sólo eso no nos sube el ánimo sino que intentan robarnos el que traemos de casa. ¿Por qué hablar del estado de ánimo? Actualmente estamos más que demostrada la conexión entre el estado de ánimo y el sistema inmune, así como los factores que determinan el estrés (que es una pérdida del estado de ánimo, en el sentido de pérdida de energía y de pérdida del sentido del yo) y su relación con el propio sistema inmunológico. Es por esto por lo que la medicina china y similares adquieren una gran importancia. Su carácter radica sobre todo en la prevención, aunque también en la curación. Mientras que alguien que se queja de que no puede dormir o tiene depresión se le da un *Diazepam* (que quizás en situaciones cuando el insomnio sea excesivo sea adecuado), en cambio, si nos basamos en principios de la medicina china y similares, quizás antes pueda tratarse el problema con ejercicios de recuperación energética, como respiraciones, meditación, trabajo con los chakras, el Tai Chi, la acupuntura, el movimiento consciente, la relajación activa, trabajo de terapia, autosugestión, hipnosis, cambio de filosofía de vida; acercamiento a los textos taoístas, budistas, zen, hindúistas, gnósticos

En general, todas estas prácticas responden a un sistema teórico y filosófico, sustentado en la investigación y en la observación a través de los últimos milenios; a modo de "pensamiento dialógico" que investiga dentro de las leyes que rigen el macrocosmos así como el microcosmos. ¿Cómo tomar este modelo de analogías para evitar los errores, sobre todo en medicina, del pasado? No tomando este modelo de analogías en las cosas concretas y desde la simple y limitada función del pensamiento, sino utilizando en leyes más generales, y sobre todo en estados energéticos más altos,

es decir, en estados de conciencia ampliada, que son los \tilde{A}^o nicos desde los que se permite al hombre conocer las leyes generales bajo las que se basan los fen \tilde{A}^3 menos existentes, tanto externos como internos, y sus relaciones. Es muy posible que muchos errores de interpretaci \tilde{A}^3 n de este sistema de analog \tilde{A} -as tengan como ra \tilde{A} -z el hecho de que el aparato intelectual no es la funci \tilde{A}^3 n superior del hombre si no va acompa \tilde{A}^3 ado de un estado de conciencia ampliada o superior. \tilde{A} ; \tilde{C} mo conseguir dicho estado? La meditaci \tilde{A}^3 n, el ayuno, la pr \tilde{A} ; \tilde{C} tica del silencio activo, los trabajos con la atenci \tilde{A}^3 n y con la energ \tilde{A} -a, activando los chakras, el recuerdo de s \tilde{A} - y una sexualidad sana son maneras bajo las cuales un hombre puede acercarse a estos niveles de conciencia. De todas maneras no debe sustituirse este sistema de analog \tilde{A} -as macrocosmos–microcosmos por la observaci \tilde{A}^3 n directa y el m \tilde{A} ; \tilde{C} todo cient \tilde{A} -fico de observaci \tilde{A}^3 n y experimentaci \tilde{A}^3 n. Uno complementa al otro, y esta complementaci \tilde{A}^3 n debe servir al hombre en su b \tilde{A}^o squeda y en la soluci \tilde{A}^3 n de los problemas m \tilde{A} ; \tilde{C} dicos que se le presentan. Demasiado variada, extra \tilde{A}^3 a, plural y compleja es la vida en su conjunto como para reducirla en unas cuantas analog \tilde{A} -as, analog \tilde{A} -as que, bien utilizadas, pueden ense \tilde{A}^3 arnos nuestro lugar en el universo y el lugar en \tilde{A} ; \tilde{C} ste de las cosas con las que ocupamos nuestro tiempo de estudio.

El sentimiento religioso, si es sano, es decir, si no tiene complicaciones neur \tilde{A}^3 ticas, tambi \tilde{A}^3 n puede servir en la b \tilde{A}^o squeda de dicho estado de conciencia antes mencionado, y que pod \tilde{A} -a ayudarnos a tener vislumbres de comprensi \tilde{A}^3 n que nos permit \tilde{A} -an trazar verdaderas analog \tilde{A} -as entre macrocosmos y microcosmos. Por cierto que muchos errores en dichas analog \tilde{A} -as vienen por el hecho de considerar al hombre como microcosmos, cuando es la c \tilde{A}^3 lula tal microcosmos, ya que el ser humano es una agregaci \tilde{A}^3 n de microcosmos; en otras palabras, un conjunto de c \tilde{A}^3 lulas.

Ahora bien, mediante el deporte tambi \tilde{A}^3 n pueden lograrse tales estados. Podemos trazar cierto paralelismo entre los ascetas o los *fakires hind \tilde{A}^3 es* y la disciplina necesaria para ciertos deportes. En el filme *Siete a \tilde{A}^3 os en el T \tilde{A} -bet*, dirigida por Jean-Jacques Annaud, y que cuenta la historia ver \tilde{A} -dica del alpinista Heinrich Harrer, puede verse este hecho. Muchas pr \tilde{A} ; \tilde{C} ticas de la medicina china tratan estos temas, y es mucha la literatura existente al respecto. En la obra *Tao Te King*, de Lao Tse, por ejemplo, se habla de alcanzar el Tao, que no es otra cosa que el nombre de este estado de claridad y atenta receptividad, que justifica por s \tilde{A} - solo la existencia humana para el propio ser humano, llamado de conciencia ampliada, y que es posible para el ser humano.

\tilde{A} ; \tilde{C} Por qu \tilde{A}^3 darle tanta importancia y hablar tanto de dicho estado? Porque es en lo que se basa toda la medicina china. Es decir, la medicina se basa en el Tao, que no es otra cosa que dicho estado. Dicho estado no s \tilde{A}^3 lo previene enfermedades, no s \tilde{A}^3 lo permite vivir en equilibrio tanto con uno mismo como con el mundo exterior y los dem \tilde{A} s; sino que es la \tilde{A}^o nica fuente de la que el ser humano puede beber un agua y no volver a tener sed jam \tilde{A} s. Claro que no es beber una vez y ya est \tilde{A} para siempre, sino que es un trabajo de cada d \tilde{A} -a, hora tras hora; trabajo \tilde{A} ; \tilde{C} ste de velar, o de mantener la l \tilde{A} mpara de aceite encendida, que ser \tilde{A} lo que nos permitir \tilde{A} mantener la salud.

El Yin–Yang, la teor \tilde{A} -a de los cinco elementos, los Zang–Fu, la escencia, el Qi, la sangre (Xue), los fluidos corporales, los meridianos, la etiolog \tilde{A} -a, la patog \tilde{A} ; \tilde{C} nesis, los sistemas de diagn \tilde{A}^3 stico, las reglas de prevenci \tilde{A}^3 n y tratamiento, son pilares fundamentales en pos de salud y larga vida. Los conceptos de la medicina oriental, como ya se ha dejado entrever, tienen sus bases en el tao \tilde{A} -smo, escuela de pensamiento que data de tiempos prehist \tilde{A}^3 ricos. El *Tao Te King* es una obra de extraordinaria pureza, que no debe ser entendida con el raciocinio, al pie de la letra, sino con esa funci \tilde{A}^3 n superior de hombre que es la conciencia, y que es capaz de entender el llamado lenguaje simb \tilde{A}^3 lico. Por conciencia no se entiende intelectualidad o inteligencia o razonamiento. Es otra cosa, es otra funci \tilde{A}^3 n diferente que, ciertamente, no es el devaneo psico–religioso de todas las \tilde{A} ; \tilde{C} pas, sino que existe en realidad y es f \tilde{A} cilmente verificable. Veamos los diferentes nombres de dicho elemento en diferentes sistemas y \tilde{A} ; \tilde{C} pas: el m \tilde{A} ; \tilde{C} dico alem \tilde{A} n vitalista Georg Stahl llam \tilde{A} a esta conciencia el esp \tilde{A} -ritu vital, los isl \tilde{A} amicos barakah (Existe la pel \tilde{A} -cula *Baraka*, dirigida por Ron Fricke), los hind \tilde{A} es la obten \tilde{A} -an respirando el Prana (la energ \tilde{A} -a); los cristianos gn \tilde{A}^3 sticos la llamaban el Cristo, los tao \tilde{A} -stas el Tao, los budistas estado de sam \tilde{A} dhi, Plat \tilde{A}^3 n,

metafísicamente, lo llamaba el mundo de las ideas, etc.

A lo largo de la historia, han ido apareciendo escuelas como los masones, los rosacrucianos, la teosofía (de la cual cogió sus ideas Adolf Hitler, sobre la supuesta raza aria) o los alquimistas, los cuales trabajaban cada una a su manera con esta energía que permite la conciencia. Algunos santos cristianos, como San Agustín o Santo Tomás de Aquino, lo llamaban el *Ágostasis*. Los sufíes, que son una secta islámica, lo llaman la presencia o el encuentro con el amado (Jalaludin Rumi). Burke, junto con Kant, aunque no se refiere a la conciencia, sino a la experiencia estética, lo llamaba lo sublime, que es un estado de conciencia inducido por un elemento que en la mente de quien lo percibe provoca la idea del infinito. Wilhelm Reich habló, no de la conciencia, aunque sí de la energía biológica, en su teoría sobre el orgasmo (la energía orgiásmica). G. I. Gurdjieff lo bautizó como el recuerdo de sí. En la *Philocalia* se dice que la manera de llegar a ese estado es mediante la oración, mientras que el Tantra utiliza el sexo y la famosa kundalini para alcanzarlo. Actualmente, disciplinas como la bioenergética (terapia creada por el psiquiatra americano Alexander Lowen), la anti-gimnasia, la psicología positivista, el yoga, la práctica samurai, el psicoanálisis, el Tai Chi, el Aikido y alguna otra arte marcial (a poder ser no de origen norteamericano), escuelas de la llamada New Age americana, la gestalt (de Claudio Naranjo y predecesores), el Tao sexual, y otros, trabajan esta función en sus pacientes o alumnos, con buenos resultados en general. Finalmente, en el campo de la ciencia tenemos a Einstein, que postuló que la materia era energía que, aplicado a un organismo vivo, nos lleva a conclusiones de tipo casi religioso.

Esta conciencia, o esta energía, o este algo más es fácilmente demostrable: una práctica diaria de 20 minutos de meditación es suficiente para comenzar a entrar en contacto con esta fuente interior y exterior. Toda la verdadera felicidad de cualquier persona se basa en la posibilidad de la adquisición de este estado, llamado en este escrito conciencia ampliada o autoconciencia. Es en el trabajo de este elemento y en la armonía o equilibrio de las energías psiquicas que lo permiten en lo que se basa la medicina china. En la medida en que la conciencia del individuo se expande y está conectada a lo que le rodea, sin perder por ello la percepción sutil de la propia individualidad (lo que es psicología se denomina la toma de tierra), la persona experimentará un estado de ánimo mayor, es decir, se llenará de energía (esto es un hecho irrefutable). ¿Cómo se experimenta este hecho irrefutable? Aumenta la confianza del individuo en sus propias capacidades, lo que se percibe como un aumento de fuerza psiquica; su sentido, sentimiento y sensación del yo se solidifican; mejora la capacidad de entrega en cualquier actividad; aumenta su sentido de independencia, tanto de las cosas como de las personas; mejora su visión y su esperanza de futuro; reduce el estrés; y provoca la aparición de ondas cerebrales gamma, que son percibidas por el individuo como lo que comúnmente denominamos felicidad.

Por el contrario, si a esta persona estados emocionales negativos le acucian, sufre por la imagen que desea proyectar a los demás (el ego), no es capaz de dormir por el estrés, va siempre con prisas, tiene tensiones crónicas en los músculos (el ano, perineo, trapecio y hombros, cuello y entrecejo), tiene tensiones que le impiden respirar completamente (tener una capacidad vital reducida), etc., su sistema inmune no tendrá la misma capacidad de respuesta.

Los taoístas postulan que hay un constante movimiento entre dos polos, el *yin* y el *yang*, y que la energía (vibración) entre estos dos polos opuestos es la fuerza propulsora de todos los fenómenos biológicos. Mantienen un flujo constante, o movimiento, que es observable con facilidad en todos los seres vivos, desde una pequeña molécula del cuerpo humano hasta un gran planeta. El *yin* se puede definir como la tendencia hacia la expansión y el *yang* la tendencia hacia la contracción (ejemplos de *yin* son: el polo negativo, lo femenino, lo pasivo, la tierra, la luna; ejemplos de *yang* son: el polo positivo, lo masculino, lo activo, el cielo, el sol, lo espaldado, la guerra). Estos principios también han sido definidos de modos muy parecidos en otras culturas, como los dioses hindúes, la trinidad cristiana, los mitos griegos, el tantra, la ley de triamazikamno gurdjieffiana o lo apolíneo y lo dionisíaco en Nietzsche. Actualmente, dos películas, por ejemplo, muestran la danza de estas dos fuerzas: *Muerte en Venecia*, basada en la novela de Thomas Mann y dirigida por Luchino Visconti; y *El anti-cristo*, del año 2009, dirigida por el director

danÃ©s Lars Von Trier. Estos filmes son buenos ejemplos de cÃ³mo experimenta la persona tanto el ying como el yang, y de cÃ³mo danza la vida a travÃ©s de estos dos elementos.

En esencia, *yin* y *yang* son fuerzas complementarias que deben equilibrarse para crear la salud y el bienestar. La energÃ-a dinÃ¡mica que hay en todas las cosas, el vehÃculo por el cual el *yin* y el *yang* actÃºan, se denomina *ki* en JapÃ³n y *chÃ-* en China.

En tÃ©rminos sencillos, la comida y la bebida que consumimos a diario nos da *ki* (nos dan estado de Ã¡nimo), y el objetivo de la medicina oriental es regular la ingesta de la comida y la bebida para maximizar el flujo armÃ³nico del *ki* dentro del organismo.

La llegada de la medicina china a Europa

Las relaciones entre europeos y chinos, debido a las separaciones geogrÃ¡ficas, tardaron mucho tiempo en llegar a producirse. Para los europeos, los tiempos antiguos fueron durante mucho tiempo exclusivamente griegos y romanos. Las civilizaciones china e hindÃº eran desconocidas por los manuales. De China, los antiguos no conocÃ-an mÃ¡s que la seda, y Asia no aparece mÃ¡s que con la expediciÃ³n de Alejandro Magno. Los viajes del italiano Marco Polo a finales del siglo XIII permitieron hacer una alusÃ³n a ella. MÃ¡s tarde la China se cita, pero sÃ³lo por aventuras militares e intereses econÃ³micos tomados en consideraciÃ³n.

Los chinos tampoco tuvieron verdadero conocimiento de la existencia de Occidente, mÃ¡s que al principio del siglo XVI, con los primeros contactos que establecieron portugueses, diecisiete aÃ±os despuÃ©s del viaje de Vasco de Gama. Tuvieron entonces la revelaciÃ³n de una civilizaciÃ³n compleja, potente, pero bÃ¡rbara y mercantil.

Los occidentales ignoraron por tanto la medicina china hasta el siglo XVII, Ã©poca en la cual los primeros misioneros, en particular los jesuitas de la MisiÃ³n cientÃ-fica, fueron enviados a PekÃ-n por LuÃ-s XIV. Estos jesuitas residieron en ese paÃ-s, estudiaron y comprendieron las instituciones de la civilizaciÃ³n china y quedaron maravillados por lo que les revelaron, con pruebas palpables, los mÃ©dicos chinos. De regreso en Europa dieron conocimiento de aquello a sus compatriotas. Fueron ellos precisamente quienes forjaron la palabra acupuntura, del latÃ-n acupuntura (*acus, aguja y punctura, picadura*). El primer tratado de acupuntura, publicado por el R.P. Harvieu, apareciÃ³ en 1671.

La obra mÃ¡s notable del siglo XIX se publicÃ³ en 1863 por Dabry, cÃ³nsul de Francia en China: *La MÃ©decine chez les Chinois*, un capÃ-tulo de la cual estaba dedicado a las agujas. Su exposiciÃ³n era muy exacta, pero, desgraciadamente, el seÃ±or Dabry no formÃ³ alumnos.

Hubo que esperar a George SouliÃ© de Morant, (1878–1955) el hombre a quien la acupuntura debe su difusiÃ³n en Occidente, para que Ã©sta tomase un auge verdadero.

Enviado a China a la edad de veinte aÃ±os por cuenta de un banco, con su estimable conocimiento del chino, por el que habÃ-a recibido en 1898 uno de los primeros diplomas de la Escuela de Lenguas Orientales, SouliÃ© de Morant hizo que lo contratara el Ministerio de Asuntos Extranjeros. AsÃ- se vio CÃ³nsul de Francia en Shanghai. Su destino fue Yunnan–Fu, donde hacÃ-a estragos una epidemia de cÃ³lera, y se sintiÃ³ sorprendido al observar en los hospitales que los enfermos curaban mejor gracias al tratamiento de las agujas que bajo el efecto de los medicamentos de que se disponÃ-a en aquella Ã©poca.

De regreso en Francia, despuÃ©s de veinte aÃ±os de residencia en China, los mÃ©dicos le pidieron a SouliÃ© de Morant que les transmitiese sus conocimientos. Su primera demostraciÃ³n pÃºblica fue en el Hospital Saint–Antoine. DemostrÃ³ el poder de las agujas en un caso de hemiplejÃ-a, una mujer que tenÃ-a el brazo paralizado desde hacÃ-a varios aÃ±os. Tres punzadas le devolvieron el uso de su miembro. MÃás tarde, mostrÃ³ los resultados asombrosos que se podÃ-an obtener con medios tan dÃ©biles. Durante un

cuarto de siglo todos los conocimientos que recibió Europa sobre la acupuntura fue un legado de Morant. Los norteamericanos le ofrecieron fundar, en su honor, una cátedra de acupuntura en una prestigiosa universidad de USA. En 1950, la comisión para el premio Nobel de fisiología lo propuso como único candidato de Francia.

Hoy, después de su muerte, a los 77 años, Soulié de Morant hizo conocer a Occidente los beneficios que se pueden esperar de las agujas de metal. Gracias a él, esta especialidad de la medicina china se ha esparcido por el mundo.

L A A C U P U N T U R A

Introducción

Al querer realizar una síntesis coherente de la historia de la medicina china nos encontramos con varios obstáculos. Primeramente tenemos un problema metodológico. En efecto, China ocupa una gran superficie y su unidad geopolítica no ha sido siempre la misma. Además, en los tiempos Antiguos se componía de diferentes reinos, y aún luego de su relativa unificación, mediada por el emperador Qing Shi Huang Di (en el 221 a. de C.), surgen dinastías una tras otra, cada una de las cuales controlaba una parte del país, lo que hace complicado establecer una cronología. Además, las distintas etnias, la diversidad de dialectos y de costumbres, los climas completamente diferentes según las regiones, no simplifican el problema.

En el momento en que se toma conciencia de la importancia que puede tener el contexto histórico sobre un descubrimiento o sobre el desarrollo de una técnica, la comprensión de sus orígenes adopta connotaciones de necesidad que vienen a reforzar todavía más el uso médico y, por tanto vital, que se hace de él.

La asombrosa mezcolanza de complejidad y de coherencia, de variedad en los objetos tratados y de unidad de los postulados de base hace que aumente la dificultad a la hora de tratar el desarrollo histórico de la medicina china como el de cualquier otra ciencia. El hecho de que la metodología moderna permita, con resultados comprobados, explorar teorías o sistemas complejos, enunciados desde hace más de veinte siglos, sigue causando admiración en todos aquellos que han penetrado en el conocimiento de la medicina china.

La historia de la medicina china comienza hace más de dos mil años. Se descubrió por casualidad. En aquella época se observaba que los soldados que eran heridos con flechas, se recuperaban de enfermedades que sufrían desde hacía años.

En la antigüedad, el vulgo, antes de que propia acupuntura se hubiera inventado, había vivido un largo período en el que, cuando alguien se sentía indisposto, se masajeaba o se golpeaba instintivamente en las zonas corporales afectadas, hasta que se aliviaban o desaparecían los síntomas de la indisposición. Luego de innumerables prácticas, se llegó al convencimiento de que cuando se sentía dolor o indisposición en alguna parte del cuerpo, era bueno darse masajes o golpes en dicha zona e incluso pincharla o presionarla con objetos agudos, para aliviar los síntomas o hacerlos desaparecer. Esto constituye el germen de la acupuntura, y a partir de esas zonas del cuerpo, en donde se daban los masajes o golpes, se constituyeron más tarde en el punto de inicio para encontrar los puntos acupurtales.

Los principios de la acupuntura

Debido a que en el ser humano se pone de manifiesto el encuentro armonioso de los principios celestes y terrestres (como antes hemos dicho, un encuentro entre el macrocosmos y el conjunto de microcosmos, que eran las cíclulas), cualquier modificación obtusa de dicho equilibrio se traduce en él por desórdenes fisiológicos y es reconocible por un desarreglo más o menos apreciable de las pulsaciones rítmicas de la vorágine de energía/fuerza anímica que recorre continuamente el cuerpo, causando estrés, ansiedad,

angustia, pÁrdida de autoconciencia, etc.; haciendo asÁs vulnerable el sistema inmunitario. Mediante la examinaciÁn cuidadosa de los pulsos, entre otros medios, el mÁdico chino es capaz de percibir estas anomalÁs, cosa que pone al alcance de su mano el aplicar una terapÁutica eficaz, consistente en restablecer el equilibrio aportando al organismo el elemento deficiente o haciÁndole eliminar el que tiene en exceso.

Los pulsos chinos

En todas las Áocas, el examen del pulso siempre ha formado parte del diagnÁstico mÁdico. HipÁcrates y Galeno lo mencionaban, junto con el de las orinas y el de los excrementos. Pero nunca, en ningÁn pueblo, se hizo distinciÁn entre el pulso y los pulsos, que no son precisamente la misma cosa.

Los pulsos chinos, que son en total catorce (14), estÁn situados a una parte y otra de la apÁfisis radial y se encuentran ejerciendo una cierta presiÁn sobre la arteria. Cada uno de ellos tiene una correspondencia con un Árgano o con una funciÁn determinada.

La muÁeca izquierda

1.– Entre la apÁfisis y la muÁeca:

- En la superficie: intestino delgado.
- En profundidad: riÁones.

2.– Al nivel de la apÁfisis:

- En superficie: vesÁ-cula biliar.
- En profundidad: hÁ-gado.

3.– Arriba de la apÁfisis,

- En superficie: vejiga.
- En profundidad: riÁones.

La muÁeca derecha

1.– Entre la apÁfisis y la muÁeca,

- En superficie: intestino grueso.
- En profundidad: pulmones.

2.– Al nivel de la apÁfisis

- En superficie: estÁmago.
- A nivel medio: pÁncreas.
- En profundidad: bazo.

3.– Arriba de la apÁfisis,

- En superficie: triple calentador (conjunto de las funciones digestivas, respiratorias, gÁnito-urinarias).
- En nivel medio: dueÁo del corazÁn.
- En profundidad: Árganos sexuales.

Entendemos por pulso superior: el que se percibe apoyando ligeramente el dedo sobre el sitio indicado; el nivel medio se encuentra ejerciendo una presión más acusada; apoyando fuertemente se siente latir el pulso profundo.

La aplicación de la acupuntura

La técnica se basa en la inserción de agujas en puntos concretos y determinados del cuerpo, lugares donde se cree que fluye la energía vital. Se utiliza la acupuntura a modo de anestesiante (para aliviar o bloquear la sensación de dolor), uso que comenzó en 1958 cuando se empleó por primera vez para aliviar el dolor postoperatorio. Más adelante se fue utilizando como anestésico general en quirófano.

El tratado

La acupuntura forma parte del gran tesoro que es la medicina y la farmacología chinas. Durante largo tiempo de práctica, los médicos de las diversas dinastías de China han enriquecido, desarrollado y perfeccionado esta especialidad de la medicina tradicional china, que abarca diversas teorías básicas, tales como yin-yang, los cinco elementos (movimientos), qi-xue (energía y sangre), jing-luo (meridianos y colaterales); así como distintos métodos de manipulación de agujas y ricas experiencias clínicas del tratamiento según los síntomas y signos.

En el pueblo chino goza de amplia diseminación, y poco a poco se ha ido afianzando en diversos países en todo el mundo. En diciembre del 1979, la Organización Mundial de la Salud (OMS) tomó la decisión de recomendar el tratamiento acupuntural en la curación del resfriado, la amigdalitis aguda, la jaqueca, la neuralgia trigeminal, la ciática, la gastritis aguda y crónica, la constipación, la odontalgia y otras afecciones, hasta un total de 43 enfermedades.

Por medio de agujas, así- trata la acupuntura la enfermedad. Se inserta una aguja metálica, de cuerpo liso y punta fina, en determinadas zonas (puntos), aplicando ciertos métodos de manipulación para producir en el paciente sensaciones de dolor, entumecimiento, distensión y pesadez, con el fin de curar la enfermedad.

Los antiguos identificaron 26 meridianos, vías o canales en el organismo por los que fluye la energía (*chá*). Los meridianos unen una serie de puntos donde la energía y la sangre convergen, de los cuales hay unos 800 en total, en el cuerpo humano.

Cada punto o grupo de puntos se corresponde con un órgano específico o función corporal. La enfermedad es considerada la consecuencia del bloqueo de la energía a través de alguno de estos meridianos y para conseguir un estado saludable de autopercepción, se precisa un flujo de *chi* sin obstrucción. Localizando el punto de obstrucción o relajando el sistema con la acupuntura se elimina el dolor o la enfermedad y se restaura el flujo equilibrado de energía. Al conocer el punto exacto que precisa tratamiento, el acupuntor inserta una aguja en la piel, cuya profundidad dependerá de la extensión de la enfermedad y del sistema corporal afectado. Según el tratamiento que se precise, la aguja puede permanecer en el lugar desde unos pocos segundos hasta varias semanas. En los países occidentales la acupuntura se utiliza sobre todo para aliviar el dolor.

La técnica de la acupuntura

A la hora de tratar una determinada enfermedad o dolencia, existen una serie de normas más o menos complicadas que se han ido desarrollando a lo largo de la historia, teniendo su punto de partida en una acupuntura primitiva. Un ejercicio de la acupuntura que recurre al conocimiento de los meridianos y de los pulsos utilizando los puntos de tonificación y de dispersión, da resultados más apreciables y permite normalmente restablecer el equilibrio.

Existe un grado superior en el manejo de las agujas. Es el de la verdadera acupuntura, que exige no solamente el conocimiento de los puntos, de los meridianos y de los pulsos, sino el de la circulación de la energía, de las relaciones de órganos sin olvidar la comprensión del Yin y el Yang.

Originalmente, el manejo de la energía resulta de la extrapolación de la concepción que tenían los antiguos chinos del cuerpo humano. Para ellos tenía doce órganos en relación con los doce meridianos y la circulación de la energía vital estaba regulada en ellos como un sistema hidráulico. De modo que cuando los ríos se desbordaban, allí estaban los canales para evitar las inundaciones. Eran los ocho vasos fuera de meridianos cuyos ocho puntos servían para asegurar el derrame del exceso de las aguas en las presas de desvío. De esta concepción se deriva el papel de todos los meridianos y vasos.

La teoría de los meridianos

En el cuerpo se clasificaron los puntos, originalmente en 14 grupos separados. La lnea que une los puntos en cada grupo se llama Meridiano. De estos 14 meridianos, 12 son bilaterales (a la derecha y a la izquierda del cuerpo), los restantes 2 se encuentran en la línea media. Estos últimos fueron descubiertos más recientemente y no pertenecen al sistema clásico de Meridianos y se denominan extrameridianos.

Las agujas

Hay que decir que dicho instrumento ha sido objeto de grandes controversias. En el periodo del tratamiento acupuntural se curaban las enfermedades con agujas de piedra denominadas *bian*, *chan* y *zhen*. En la edad neolítica, además de agujas de piedra artificialmente pulidas, se usaban también agujas de hueso o de bambú como instrumentos para la acupuntura. En consonancia con el desarrollo social, luego de la creación de la metalurgia, aparecieron sucesivamente agujas de diferentes metales; por ejemplo, las agujas de hierro, de plata y de aleaciones metálicas. Hoy se fabrican agujas de acero inoxidable muy finas y de fácil manejo.

Los chinos de las épocas lejanas debieron observar que al arrancarse en las rocas o al pincharse con los arbustos de las zarzas, sentían inmediatamente una recuperación de vitalidad. De aquí la idea de pincharse ellos mismos, cuando se sentían debilitados, para procurarse cierta energía. Habían notado que, por el contrario, una herida los agotaba, pero tenía a veces efectos inesperados. Como se ha sugerido, un enfermo que sufría dolores renales, habrá-a podido darse cuenta de que, después de haberse cortado en el pie, por un accidente, la sangre vertida le aliviada sus dolores.

Los antiguos chinos habían adoptado nueve (9) tipos de agujas. Hoy día, los Acupuntores emplean generalmente agujas de acero inoxidable con un mango que a menudo consiste en un relieve metálico en espiral. Son muy finas, tienen de 1 a 10 cm. De largo, según el uso a que están destinadas.

Las formas que toman las agujas son muy numerosas. Algunos modelos tienen una cabeza que facilita la entrada y la salida permitiendo una sujeción más segura. Otras están dotadas de una punta en sus dos extremidades. Se las fabrica también con una espiral que ayuda a imprimirlas un movimiento de tornillo que se hunde o que se extrae para reforzar la acción tonificante o dispersiva.

La técnica de la punzada

Lo que importa, con la aguja apropiada, es la manera de punzar. No basta con plantar una aguja en el punto preciso para restablecer un equilibrio comprometido. Para obtener el efecto buscado, existen manipulaciones complejas. Reglas extremadamente precisas prescriben la manera de hundir la aguja para dispersar o tonificar: rápidamente o lentamente, perpendicularmente a la piel, inclinada en el sentido del meridiano o en sentido contrario.

La profundidad de las punzadas

No se puede punzar tan profundamente en los dedos de la mano, en los del pie o en la cabeza donde el hueso estÃ¡ cerca de la piel, como en las zonas musculares que permiten hundir la aguja de dos a cinco centÃ-metros. Las agujas pequeÃ±as sirven para la cara y los dedos; las medianas, para los miembros y el tronco. Las grandes se utilizan para las partes carnosas. Para los niÃ±os, conviene punzar ligera y rÃ¡pidamente.

El tiempo que debe estar puesta la aguja

Es variable, dependiendo de la acciÃ³n que se busque, del estado del enfermo, de la naturaleza de la enfermedad, de la estaciÃ³n, etc. Las agujas se dejan puestas de algunos segundos a algunos minutos. Por regla general, para estimular se pone la aguja muy poco tiempo, en cambio, para calmar, al contrario.

Â¿Se punza a todos los enfermos de la misma manera? No, cuando un paciente es de constituciÃ³n robusta, hay que puncular profundamente y dejar la aguja en el sitio mucho tiempo. Cuando es muy gordo, hay asimismo que puncular profundamente varias veces seguidas. Se puncula menos profundamente a un paciente delgado y se dejan menos tiempo la aguja en el sitio.

El nÃºmero de las agujas de de las sesiones

TeÃ³ricamente, una sola puncura deberÃ¡-a bastar para cada sesiÃ³n. El Tchen Tsiu I Sio (Estudio fÃ¡cil de las agujas y moxas), publicado en 1798, indica: Una sola puncura puede hacer desaparecer centenares de enfermedades. Haced como mÃ¡ximo cuatro (4) puncuras.

En la prÃáctica, corrientemente se hacen de seis a ocho puncuras en cada sesiÃ³n, y el nÃºmero de Ã©sta varÃ¡-a de 3 a 5, segÃºn los casos. Sin embargo, no es raro encontrar en Occidente a Acupuntores que ponen una cincuentena de agujas.

Algunos Acupuntores afirman que los fracasos son menos numerosos cuando el nÃºmero de puncuras es mÃ¡s elevado. Lo que podrÃ¡-a significar solamente que tienen mÃ¡s posibilidades de punzar exactamente un punto Ã©til multiplicando el nÃºmero de puncuras y que si los puntos fueran elegidos y localizados de modo certero, la cantidad de puncuras disminuirÃ¡-a.

Los consejos para punzar

El Acupuntor debe mostrarse siempre tranquilo y firme y tener buen cuidado en cautivar la atenciÃ³n del enfermo. Debe, con sus palabras, calmarle la inquietud. Debe fingir varias veces que va a punzar y no hacerlo verdaderamente mÃ¡s que despuÃ©s de haber comprobado que el enfermo no tiene ya temor. La respiraciÃ³n y el aspecto del enfermo deben corresponder a su rostro. Sus ojos no deben mirar ya de soslayo. Su corazÃ³n no debe tener ya latidos suplementarios. Sus manos no deben estar crispadas Entonces asÃ- se obtendrÃ¡n mejores efectos de la puncura.

Contraindicaciones

- Cuando el enfermo tiene demasiado calor.
- Cuando el pulso estÃ¡ muy turbado.
- Cuando el enfermo tiene sudores abundantes.
- Cuando de halla en estado de embriaguez o cÃ³lera.
- Cuando estÃ¡ cansado en exceso, hambriento, jadeante o cuando ha comido demasiado.
- Cuando estÃ¡ bajo la impresiÃ³n de un gran miedo.

Indicaciones

- Las afecciones del sistema nervioso, las neuralgias, en particular la neuralgia ciática y las neuralgias intercostales y faciales.
- Los reumatismos en general, los dolores agudos o crónicos.
- Las parálisis, calambres, cefaleas, jaquecas, lumbago, torticolis, espasmos.
- La gota.
- Las enfermedades de la piel, prurito, eczema, urticaria o dolores de la zona.
- Todos los trastornos orgánicos: las afecciones respiratorias, laringitis, bronquitis, enfisema; los trastornos cardíacos y circulatorios, palpitaciones, taquicardia, hipertensión o hemorroides.
- Las infecciones gastrointestinales, estreñimiento, diarrea o víboras.
- Los trastornos psiquicos, neurosis, ansiedad; los estados psicóticos, obsesiónares, impulsos, tips o miedos.
- Alguna disfunción psico-sexual, impotencia o frigidez.

CONCLUSIÓN

La medicina china tiene un campo de aplicación muy amplio, porque se practica desde hace tiempo y en el país más grande del mundo en términos demográficos y, esto le confiere una experiencia única, primero empática y, después científica.

La Acupuntura, como terapia alternativa de la medicina china es un sistema completo y no una simple técnica oriental de aplicaciones limitadas. Es necesario establecer la diferencia, más allá de sus valores y de sus límites. Es un sistema terapéutico que ha servido a la humanidad desde hace más de 5,000 años. No ha sido utilizada solamente en China, sino en todos los reinos de su influencia como Japón, Corea, Vietnam, etc. Y desde el siglo XVII en occidente.

En toda Europa se enseña en las universidades y en muchos países entra en la Seguridad Social y es reconocida por el Estado.

Es claramente recomendable basar también las conclusiones en los conocimientos médicos occidentales y muy específicamente en la Teoría Hormonal.

La picadura de la aguja libera sustancias desde los tejidos a las células autónomas e histaminas que, por su foco inflamatorio, actúan sobre el tejido retículo-endotelial y el sistema endocrino, por la producción de mediadores químicos del tipo adrenalina y acetilcolina. Las agujas son, pues, un stress bienhechor que, con su picadura, sostiene el esfuerzo del organismo, estimula sus medios de defensa y facilita la adaptación.

En presencia de una agresión de orden físico, el frío, el calor o de orden psiquico, una emoción, la hipnosis, puesta en estado de alerta, moviliza sus efectos de hormonas. Si la defensa tiene una debilidad, el equilibrio orgánico no puede restablecerse y sobreviene la enfermedad. La hipnosis, director de orquesta del concierto endocrino, como se la ha llamado, depende a su vez del diencéfalo, por medio del cual, y por transmisión a la corteza cerebral, las reacciones se hacen conscientes. Por mediación del sistema glandular, el Acupuntor provoca por vía refleja, al escoger la agresión, la reacción de defensa saludable. La excitación física de los puntos chinos, ricos en terminaciones nerviosas, explica la acción sobre los órganos a los cuales corresponden.

La medicina china, como la medicina occidental, posee una experiencia de un estatuto oficial y, al mismo tiempo, al igual que la mayoría de las medicinas alternativas, un enfoque más humanista y más global del ser humano, de la salud y de la enfermedad. Aunque ambas puedan desarrollarse y servir por separado, numerosos estudios en el medio hospitalario han demostrado que, frente a un gran número de patologías, los mejores resultados se han obtenido asociando los dos sistemas.

LA VIDA DEL HOMBRE ES EL RESULTADO DE LA CONCENTRACIÓN DE ENERGIA. SI LA

ENERGIA SE CONCENTRA, APARECE LA VIDA. SI LA ENERGIA SE DISPERSA SOBREVIENE LA MUERTE" (ZHUANG ZI)

A LO YANG PERTENECE LO LUMINOSO, EL CIELO, LO CLARO, LO EXPANSIVO. TODA ACTIVIDAD, EXPRESION EXTERNA, LO QUE SUBE, LO QUE BRILLA.

A LO YIN PERTENECE LO INTERNO, LA TIERRA, LO QUE DESCENDE, LO OSCURO, LO QUE RETROCEDE, LA DISMINUCION DE UNA ACTIVIDAD.

2. adj. Se dice de cada uno de los individuos de una secta religiosa, al parecer de origen judaico, que en los primeros siglos de la Iglesia observaba algunas prÁcticas del cristianismo. Fuente: Diccionario de la Real Academia EspaÃ±ola.

G. I. Gurdjieff, *Del todo y de todo, Relatos de BelcebÃº*. Editorial Ganesha.

Ver *La funciÃ³n del orgasmo de Wilhem Reich, o mi propio libro llamado Sexo y orgasmo, publicado por Editorial Popular*.

Ver *Tertium Organum* de P. D. Ouspensky.

Cuando hablo de autoconciencia no me refiero al hecho de que somos conscientes y los animales no, sino al hecho de mantener la atenciÃ³n en nuestra yo durante un perÃ±odo de tiempo. Ver *Fragmentos de una enseÃ±anza desconocida: En bÃºsqueda de lo milagroso* de P. D. Ouspensky. Editorial Klier ediciones.

La actividad cerebral, que se calcula en hertz (Hz) o en ondas (bandas de Hz), varÃ-a considerablemente. Las ondas delta (0,5 a 4 Hz) corresponden al dormir profundo sin sueÃ±o; las ondas theta (de 4 a 7 Hz) a la relajaciÃ³n profunda; las ondas alfa (de 8 a 13 Hz) a la relajaciÃ³n ligera o al despertar tranquilo; las ondas beta (14 Hz y mÃ¡s) a las actividades corrientes asÃ- como, curiosamente, a los perÃ±odos de dormir teniendo sueÃ±os. Las **ondas gamma** (por encima de 30-35) darÃ-an prueba de una activaciÃ³n de neuronas excepcional, tal como se encuentra durante los procesos de creaciÃ³n y resoluciÃ³n de problemas y otras actividades cognitivas complejas. Fuente: Estudios llevados a cabo en la Universidad de Wisconsin, con monjes budistas, entre ellos el francÃ©s Matthieu Ricard, autor y mano derecha del Dalai Lama. Los resultados fueron comparados con los obtenidos en cientos de voluntarios cuya felicidad fue clasificada en niveles que iban del 0.3 (muy infeliz) a -0.3 (muy feliz). Matthieu Ricard logrÃ³ la asombrosa puntuaciÃ³n de -0.45, desbordando los lÃ¡mites previstos en el estudio, superando todos los registros anteriores y ganÃ;jndose el tÃ-tulo de "el hombre mÃ¡s feliz de la tierra".

Ver *IntroducciÃ³n, bases e historia de la medicina tradicional china, J. A. Lafuente Tierra, 2006.*

Ver *Historia de la acupuntura y moxibustiÃ³n china, Weikang Fu, Cabal, 1980.*

Actualmente sabemos que eso se hace porque se activan una serie de interneuronas de la mÃ©dula, que inhiben la transmisiÃ³n del dolor por el asta posterior.

Ver *Tratado de Acupuntura, Yang Mingde, Alhambra, 1988.*