

Boesi A. 2005. Fisiologia e fisiopatologia della medicina tibetana. *Medicina Naturale*, 2:64-67.

Fisiologia e fisiopatologia nella medicina Tibetana

Il sistema medico tibetano, tradizione millenaria, prodotto della sovrapposizione di conoscenze mediche provenienti dal mondo indiano, cinese e mediorientale, su un substrato autoctono permeato di credenze magico-religiose, possiede un'individualità ben precisa che gli ha permesso di essere incluso tra le grandi tradizioni mediche dell'umanità.

Le fonti storiche attestano che la medicina tibetana si sviluppò in Tibet tra il VII ed il IX secolo, molto più recentemente rispetto alle grandi tradizioni mediche eurasiatiche, che ebbero origine alcuni secoli prima della nostra era. Con la creazione di un vasto impero tra il VII ed il IX secolo e l'introduzione della scrittura, il Tibet entra in contatto con culture e popolazioni che esercitano una notevole influenza sulla regione. E' introdotta la religione buddista insieme a tutte le scienze ad essa connesse, tra cui la medicina. Da questo periodo in poi, trattati di medicina ayurvedica, cinese e mediorientale sono tradotti in lingua tibetana. Nel corso dei secoli questi saperi e tecniche sono amalgamati alle conoscenze preesistenti nella regione e sono adattati all'ambiente tibetano nel testo fondamentale della Medicina Tibetana: "I Quattro Tantra" (*rGyud bzhi*, pron.: ghiu sci) ed in una serie di commentari.

Le teorie fondamentali della medicina Tibetana sono per la gran parte di derivazione indiana: il principio fondamentale del sistema medico tibetano si basa su una teoria cosmologica apparsa per la prima volta in India intorno al VI secolo a.C.. La teoria atomistica della scuola *Vaisesika* è all'origine della concezione secondo cui la materia è composta di cinque grandi elementi (*pancabhuta*): Terra, Acqua, Fuoco, Vento e Spazio. I termini che designano ciascun elemento esprimono un concetto che va oltre il loro semplice significato. Così, l'elemento terra possiede la proprietà di dare base e fondamento, l'acqua è responsabile dell'aggregazione e della coesione, il fuoco genera calore e induce la maturazione, il vento determina lo sviluppo e il movimento, lo spazio permette la crescita di tutte le sostanze. Le proprietà attribuite alle sostanze risultano dal rapporto quantitativo e qualitativo con cui i cinque elementi partecipano alla loro stessa costituzione.

Le teorie classiche dell'ayurveda sono assimilate dal sistema medico tibetano. In particolare quelle esposte da Caraka e da Susruta nei trattati *Carakasamhita* e *Susrutasamhita*, il primo redatto tra il I e il II secolo d.C.. Vagbhata, famoso medico indiano vissuto nel VII secolo,

riprende le teorie mediche esposte nei due trattati citati, le sviluppa e le organizza in un'opera, l'*Astangahrdayasamhita*, che viene tradotta in lingua tibetana.

Lo yoga è una filosofia e disciplina la cui tecnica fondamentale è quella del controllo della respirazione (*pranayama*), e che sviluppa un'anatomia ed una fisiologia che si basa sulla circolazione dei soffi. Questa psico-fisiologia si ritrova nei trattati medici tibetani. Numerosi sono i canali di circolazione dei soffi, tra cui i più importanti sono il canale sinistro corrispondente al principio caldo, il destro corrispondente al principio freddo, e quello centrale che unisce i due principi opposti. Essi s'intrecciano in vari punti del corpo (*cakra*) che formano dei centri d'energia. Quest'anatomia sottile è alla base delle tecniche di meditazione dello yoga e del tantrismo e permette anche di concepire la malattia come conseguenza di una difettosa circolazione del soffio vitale.

Dopo il raggiungimento dell'illuminazione, il Buddha enunciò le quattro nobili verità, principi che rispecchiano esattamente la procedura cui si attiene un medico per diagnosticare e curare la malattia. In seguito, all'illuminato fu attribuito il titolo di "Re dei Guaritori" (*Bhaisajyaraja*) e soprattutto "Maestro dei Rimedi" (*Bhaisajyaguru*), emanazione di Buddha ancora oggi particolarmente rinomata in Tibet. La tradizione medica tibetana attribuì quindi al Buddha stesso la fondazione della scienza medica, che fino all'inizio del secolo scorso fu praticata nei monasteri tibetani come disciplina buddista.

Il tantrismo indiano influenza fortemente il buddismo Tibetano che prende il nome di buddismo *Vajrayana*. Si tratta di un insieme di dottrine e di tecniche di meditazione che mirano ad ottenere l'illuminazione nello spazio di una sola vita attraverso i *tantra*: la pratica dello yoga, formule esoteriche (*mantra*), gesti rituali (*mudra*) e strumenti per le pratiche di meditazione come i *mandala*. Giunse in Tibet nel XI secolo insieme alla medicina dei *siddha*, iatrochimica sviluppatasi anch'essa in India insieme all'ayurveda per opera di asceti e alchimisti considerati depositari di poteri sovranaturali, disciplina che divenne popolare nel "paese delle nevi" soprattutto dal XIII secolo quando furono tradotte importanti opere provenienti dall'India, tra cui quelle che illustrano l'impiego dei metalli nella preparazione dei farmaci.

La medicina cinese ha esercitato un'influenza minore su quella tibetana, in particolare per quanto concerne il sistema diagnostico basato sull'auscultazione del polso, la moxibustione ed una parte della sua materia medica.

Elementi appartenenti alla medicina greca giunsero probabilmente in Tibet in seguito alla conquista araba della Persia. In particolare, l'importanza data all'osservazione del tipo di

sedimenti presenti nelle urine ricorda la tecnica sviluppata in medio oriente nei secoli successivi a Galeno (II sec. d.C.).

Purtroppo, non disponiamo di documenti scritti che attestino quali tipi di tecniche di guarigione fossero usati in Tibet prima del VII secolo. Sembra tuttavia che la pratica medica si limitasse a tecniche divinatorie ed esorcistiche.

Il corpo umano

Il corpo umano è descritto nei testi medici tibetani secondo un sistema che deriva dall'osservazione concreta delle sue strutture e con riferimento alle teorie buddiste e tantriche. Il corpo, come tutte le sostanze, è il risultato della combinazione dei cinque elementi fondamentali. Ciascuna sostanza presenta proprie qualità particolari come freddo\caldo, pesante\leggero, che interagiscono secondo il seguente principio: l'incontro di qualità simili determina un aumento della sostanza, l'incontro di qualità opposte una sua diminuzione. Il corpo umano è costituito di sette tipi di tessuti corporei fondamentali (chilo, sangue, carne, grasso, ossa, midollo, fluidi riproduttivi) e di tre umori (vento, *rlung*; pron.: lun; bile, *mkhris pa*, pron.: tripa; flemma, *bad kan*, pron.: beken) che esercitano le funzioni fisiologiche. Il sangue scorre nei cosiddetti canali rossi e caldi, i canali bianchi e freddi costituiscono i nervi e i tendini. I sette tessuti corporei si formano attraverso una catena metabolica che parte dal cibo ingerito mentre i tre umori si formano dai tre veleni morali in conformità con la teoria buddista. L'aggressività da origine alla bile, la confusione mentale da origine al flemma e il desiderio da origine all'umore pneuma. I fluidi umorali sono anche associati con l'anatomia mistica tantrica: l'umore bile è associato al canale destro "roma" (*ro ma*), il flemma al canale sinistro "kianma" (*rkyang ma*) e il pneuma al canale centrale "uma" (*dbu ma*).

Fisiologia

I sette tessuti corporali esercitano ciascuno una funzione particolare nel corpo e, attraverso il loro metabolismo, generano i prodotti residuali (feci, urine, sudore, unghie, peli). Il chilo determina la formazione degli altri tessuti, il sangue possiede la proprietà di umidificare e porta la vita, la carne ha la funzione di ricoprire, il grasso fornisce untuosità, le ossa danno sostentamento al corpo. Il midollo produce i liquidi riproduttivi che permettono la fecondazione.

Il chilo, il sangue e gli umori circolano attraverso diversi tipi di sistemi interconnessi di canali complessi la cui elaborazione, come esposto in precedenza, fu influenzata dalla tradizione tantrica.

I tre umori, ciascuno di essi presente in cinque tipi ciascuno con proprie attività specifiche, sono localizzati in diverse parti del corpo e costituiscono fluidi responsabili delle funzioni corporali, dello stato di salute e di malattia del corpo. Ogni umore presenta qualità particolari: la bile, la cui natura è particolarmente legata all'elemento fuoco, è oleosa, incisiva, calda, leggera, fetida, purgativa e umidificatrice; il flemma, associato agli elementi terra e acqua, è oleoso, freddo, pesante, smussato (poco incisivo), morbido, stabile e vischioso; il pneuma, associato all'elemento vento, è rude, leggero, fresco, sottile, solido e mobile. La bile esercita tutte le funzioni relative al processo digestivo, all'approvvigionamento di energia, alla visione, alla pigmentazione della pelle, del sangue e del muscolo. La bile è situata nello stomaco e nell'intestino, nel cuore, negli occhi, nella pelle e nel fegato. Il flemma possiede la proprietà di assicurare e mantenere la coesione e la struttura del corpo. Partecipa, all'inizio della digestione, al processo della decomposizione del cibo, è responsabile del senso del gusto e, in generale, stimola tutte le facoltà sensoriali. Il flemma si trova nelle articolazioni, nel petto, nello stomaco, sulla lingua e nella testa. Il pneuma determina tutti i processi dinamici e, a causa della sua natura intrinseca legata al movimento, diffonde all'interno del corpo. Il pneuma, neutro per natura, regola e sostiene funzioni vitali come la respirazione, l'impulso nervoso, la capacità di memorizzare e di parlare, la circolazione di tutti i liquidi corporei e le fasi dinamiche della digestione e dell'escrezione.

Da quanto esposto fin qui, si evince che gli umori rappresentano delle funzioni piuttosto che dei fluidi direttamente osservabili. In principio furono probabilmente descritti in seguito dell'osservazione diretta di alcuni fluidi corporei, ma successivamente le funzioni attribuite ad alcuni di essi superano quelle del materiale su cui si sono basate le osservazioni iniziali. I termini impiegati bile, flemma e vento rispecchiano quindi soltanto in parte la natura e le funzioni esercitate dai tre umori.

La catena metabolica che parte con il processo digestivo e prosegue con la generazione dei tessuti corporei e delle sostanze residuali, è particolarmente importante in medicina tibetana, come nell'ayurveda. Per questa ragione mantenere un'appropriata condotta alimentare è fondamentale nei due sistemi medici per prevenire e curare le malattie. I tre umori partecipano ad una serie di trasformazioni che occorrono nei tessuti corporei ed ognuna di esse è simile alla

digestione. Il periodo necessario per il completamento di questo ciclo di trasformazioni è generalmente sei sette giorni.

Nel processo digestivo, in un primo momento il flemma che tritura (uno dei cinque tipi di flemma, *myag byed bad kan*, pron.: gnagce beken) macina il cibo ingerito, poi la bile digestiva (*'ju byed mkhris pa*, pron.: sciuce tripa) attraverso la sua proprietà calda legata al fuoco, scioglie il cibo. Il prodotto finale è una sostanza, il chilo, che viene separata dai residui (costituiti in questo caso dal flemma che tritura) per opera del tipo di umore vento chiamato "vento che si accompagna al fuoco" (*me mnyam rlung*, pron.: me gnam lun). Il chilo passa quindi nel fegato dove è trasformato in sangue tramite un processo che, come a livello dello stomaco, coinvolge i tre umori ed in particolare le funzioni da essi esercitate: triturazione (flemma), dissolvimento (bile), separazione (vento). E' così prodotto il sangue che rilascia una sostanza residuale, la bile, e una sostanza che costituisce il precursore del tessuto successivo che si trasforma (ancora grazie all'intervento dei tre umori) in carne, la quale libera come sostanze residuali le secrezioni degli orifizi corporali e produce un precursore. Quest'ultimo si trasforma in grasso. Il tessuto adiposo rilascia il sebo e il sudore come residui e origina un'essenza che si trasforma in tessuto osseo, i cui residui sono denti, unghie, capelli e peli. L'essenza delle ossa si trasforma in midollo osseo che libera come residui sostanze grasse e muco, e produce un precursore in seguito trasformato in succo. Quest'ultimo libera come essenza il fluido della vitalità che diffonde in tutto il corpo (la sua sede è nel cuore) e come residuo il liquido riproduttore maschile e femminile. Il fluido della vitalità sostiene la vita e determina la sua durata. La teoria umorale e la catena metabolica che porta alla formazione di tessuti e residui esposta nei trattati medici tibetani, ed in particolare nei "Quattro Tantra", corrispondono abbastanza fedelmente a quelle presentate nei testi classici dell'ayurveda citati all'inizio dell'articolo.

Fisiopatologia

Quando i tre umori sono in equilibrio il corpo è in buona salute, ma quando l'equilibrio si rompe ed uno o più di essi è sbilanciato, si origina la malattia. A questo punto sono gli umori stessi che diventano agenti patogeni e danneggiano i tessuti corporali e gli organi. Gli umori sono visti piuttosto come elementi patogeni in medicina tibetana che come fluidi responsabili delle funzioni corporee e questo è testimoniato dall'espressione che li designa: *gnepa (nyes pa)*, che in tibetano significa "difetto". In ayurveda invece, gli umori sono designati sia positivamente (*dhatu*: componente) che negativamente (*dosa*: difetto).

L'equilibrio umorale può essere rotto da diversi tipi di cause: immediate e remote. Tra le cause immediate le più importanti sono i cambiamenti stagionali, l'ambiente, la dieta, la condotta, i traumi, e gli spiriti. In particolare, durante le stagioni gli umori sono soggetti ad una serie di fluttuazioni che devono essere opportunamente controbilanciate mediante una dieta e un comportamento adeguati. E' importante ricordare che anche gli stati mentali ed emozionali hanno proprietà in grado di alterare gli umori e quindi di causare le malattie.

Ciascuno di questi fattori possiede proprie qualità, quando esse corrispondono a quelle di un umore, esso aumenta, quando le sono contrarie, l'umore diminuisce. Per esempio, l'esposizione prolungata al calore del sole provoca un accumulo dell'umore bile, caldo per natura.

In principio, quando subentra una causa modificante un umore, esso comincia ad accumularsi lentamente nella sua normale sede. In questa fase, i sintomi della malattia non sono ancora avvertibili. Qualora la causa persista, l'umore trabocca dalla sua sede e diffonde in regioni corporee in cui normalmente non è presente attraverso le sei vie patologiche. A questo punto la malattia entra in una fase più grave ed è chiaramente diagnosticabile mediante le principali tecniche diagnostiche della medicina tibetana: l'auscultazione del polso e l'analisi delle urine. E' importante rilevare che l'umore vento ha un ruolo in tutti i tipi di malattia, assistendo gli altri umori nella loro diffusione nel corpo.

Gli umori subiscono fluttuazioni anche secondo l'età: il pneuma predomina nelle persone anziane che sono più deboli, la bile nelle persone adulte, più aggressive ed arroganti, e il flemma nei bambini piccoli. Durante questi periodi esiste un rischio maggiore che sorgano malattie legate all'umore predominante.

Le cause remote sono quelle determinate da azioni negative commesse in una vita passata, che maturano nella vita presente sotto forma di malattia. Questi disordini sono spesso fatali e raramente possono essere curati. Tuttavia, la causa remota fondamentale di tutte le malattie è l'ignoranza, vale a dire l'incapacità dell'uomo di comprendere la vera natura del mondo. Tutti gli esseri senzienti che vivono sulla terra desiderano la felicità e non vogliono sofferenza e malattia. Tuttavia nessuno è in grado di raggiungere la felicità e di eliminare la sofferenza. Anzi, spesso i loro sforzi danno come risultato effetti opposti a quelli desiderati. Come è riportato nei Quattro Tantra: "La sofferenza è attaccata ad un essere anche quando è in buona salute, così come l'ombra segue un uccello anche quando vola nel cielo". Secondo le teorie buddiste, a causa dell'ignoranza che lo tiene prigioniero dell'infinito ciclo dell'esistenza, l'uomo non può

eliminare le tre affezioni negative, i tre veleni che sono alla base dell'ignoranza: aggressività, desiderio e confusione mentale, che a loro volta danno origine ai tre umori, agenti patogeni. Come è riportato nell'ottavo capitolo del secondo tantra ("Tantra Esplicativo") della medicina tibetana a proposito degli umori: "In equilibrio, essi sono la causa della malattia nel futuro, quando non sono in equilibrio sono la natura stessa della malattia".

Alessandro Boesi