# Dal Tao agli Shen



## INDICE

1) Il Tao:	pag.3
2) Hun Tun-il Caos e i Diecimila Esseri:	pag.4
3) I Tre Tesori	pag.6
4) Evoluzione embriologica	pag.7
a) Embriologia generale	pag.9
b) L'embrione	pag.12
5) La nascita	pag.15
6) I Cinque Shen: Shen, Hun, Po, Yi e Zhi	pag.17
a) Shen	pag.18
b) Hun e Po	pag.21
Po e Jing	
Hun e i sogni	
c) Yi e Zhi	pag.23
<ul> <li>Yi come idea e come intento</li> </ul>	
<ul> <li>Zhi come volere, emozione e come mente</li> </ul>	
7) Emozioni e patologie correlate	pag.25
<ul> <li>Paura-Kong e lo Zhi. Il soggetto Acqua.</li> </ul>	
<ul> <li>Tristezza-bei ed il Po. Il soggetto Metallo.</li> </ul>	
<ul> <li>Collera-nu e lo Hun. Il soggetto Legno.</li> </ul>	
<ul> <li>Euforia-xi e lo Shen. Il soggetto Fuoco.</li> </ul>	
<ul> <li>Pensiero-si e lo Yi. IL soggetto Terra.</li> </ul>	
7) Processi patogenetici degli Shen e relative sindromi	pag.28
B) Visita clinica	pag.35
a. Shen e diagnosi della lingua	
b. Il polso del sentimento	
9) Punti Principali in relazione allo Shen	pag.38
a) Punti Principali di Ren Mai e Du Mai in relazione allo	
b) Punti Shu del dorso e relativi punti del ramo laterale	di Vescica in relazione allo Shen
c) Punti di Cuore e Pericardio in relazione allo Shen	
10) Lo Shen universale e lo Shen animale	pag.45
11) "Potenzialità dello Shen." Conclusioni	pag.46
12) Bibliografia	pag.49

### **IL TAO**



Il taoismo, pur affondando le sue radici in antichissime tradizioni, diventò un pensiero coerente ed articolato nell'epoca degli Stati Combattenti. Secondo la tradizione fu fondato da **Lao Tsu**, vissuto probabilmente nel VI secolo a.C. ed autore del *Tao Te Ching* (Libro della Via e della Virtù).

L'ideogramma Tao è morfologicamente costituito da due parti. Secondo alcuni traduttori, la parte destra rappresenta la testa di un personaggio importante, un capo presumibilmente, e ciò è intuibile dall'acconciatura dei capelli che per taluni autori è simile ad una vera corona. IL radicale al suo fianco sembra essere costituito dall'impronta del piede di un uomo che cammina a grandi passi secondo una direzione precisa e con un'andatura ritmata. Altri autori ritengono si tratti del letto di un fiume che fluisce a partire da una sorgente. In entrambi i casi si tratta di un flusso, di un procedere sinuoso secondo la direzione di un cammino. Un cammino determinato da un motivo importante che incide sulla volontà dell'uomo, ecco perché talvolta viene impiegato nel senso di progresso.

Senza cambiare il concetto di fondo per taluni traduttori l'ideogramma Tao rappresenta una testa con capelli sciolti, come quella di un mago, associata a tre passi che evocano un'andatura danzante. Il passo di un mago. Perciò l'ideogramma esprimerebbe l' atto compiuto da un iniziato, detentore di un sapere efficace in grado di modificare il reale.

Tao viene generalmente tradotto in italiano come "Via", ma in realtà è praticamente impossibile rendere il concetto di Tao con una sola parola. Esso vuol dire *via, percorso, guida, indirizzo, metodo* e possiede singolarmente ognuno di questi significati e tutti questi significati insieme. Comunque fin dalle prime righe del 'Tao Te Ching', Lao Tsu lascia intendere che è vano ogni tentativo di definire il Tao, perché nel momento in cui fosse definibile e catalogabile perderebbe la sua identità.

#### Egli dice:

"La via percorribile non è l'eterna Via, il nome definibile non è l'eterno nome".

Lo stesso Chuang Tza a proposito del Tao annota:

"Nominare Tao è nominare ciò che non è.. Tao è nome che indica e non definisce. Tao è al di là delle parole, ed è al di là delle cose, e non viene espresso né dalla parola né dal silenzio. Dove non vi è più parola né silenzio, lì è l'esperienza del Tao."

Come concetto filosofico può essere esemplificato nel concetto di un flusso o scorrimento interminabile, quindi di un insegnamento, di una via da percorrere con saggezza nella vita, del metodo con cui mantenere l'armonia nelle relazioni tra la vita del singolo individuo (sia esso uomo o animale) e la natura. Il Tao inteso come ordine della natura, ricorda il Logos di Eraclito di Efeso, che presiede al susseguirsi dei processi di mutamento.

L'intero universo segue un corso immutabile, caratterizzato da una sua peculiare ritmicità che si palesa a noi nel ciclico avvicendarsi di giorno/notte, giovinezza/vecchiaia, crescita/diminuzione, e che induce a seguire una via concepita in pieno accordo con la natura, secondo una modalità binomia.

Il Taoismo promuove il *Wu Wei*, "azione senza azione", l'agire spontaneo senza interferire con il corso naturale delle cose ma assecondandone il flusso. Ognuno deve adeguarsi alle leggi naturali, conformandosi come un microcosmo al macrocosmo che lo circonda e lo comprende (ed è proprio la corrispondenza tra macrocosmo ed individuo che fa si che mari, fiumi, montagne, Sole e Luna diano il nome a zone del corpo ed a punti di agopuntura). Da quanto sostenuto dalle dottrine taoiste si comprende quindi che una "via" è emulare il fluire dell'universo, attingendo direttamente al Tao, origine di tutte le cose. Esso modula e codifica i ritmi di vita del singolo individuo, costituisce e regola tutta la realtà ed il suo fluire avviene secondo un particolare processo dialettico.

Le due categorie contrapposte, ma complementari in questo ritmicità bifasica, sono rappresentate dallo **Yin e Yang** (Klide A.M. e Coll., 1977).





Ricordiamo infine che Do è l'equivalente di Tao, in Giapponese, mentre Dao in Vietnamita.

#### **HUN TUN-IL CAOS E I DIECIMILA ESSERI**

Chuang Tzu scrisse: "L'Imperatore del Mare del Sud si chiamava Cambiamento, l'Imperatore del Mare del Nord si chiamava Incertezza ed il Sovrano della zona Centrale era chiamato Primordiale. Cambiamento ed Incertezza spesso si riunivano nel territorio di Primordiale ed essendo sempre trattati bene da lui, decisero di ripagare la sua gentilezza. Essi dissero: "Tutti gli uomini hanno sette fori per vedere, sentire, mangiare e respirare. Solo Primordiale di questi non ne ha nessuno. Cerchiamo di fargliene qualcuno." Così ogni giorno cominciarono ad aprirgli un foro, ma il settimo giorno Primordiale morì."

Nella tradizione di molti popoli, l'Universo è generato dal Caos, tuttavia è necessario intendersi sul significato di questo nome.

Nella lingua cinese si parla di Hun Tun o Caos primordiale. Esso non deve essere confuso con la visione occidentale di caos nel senso del termine"caotico" e dell'idea di disordine. Il Caos è totalità, unicità e natura. Il Caos rappresenta lo stato primordiale (lo stato naturale) del mondo. Scavare buchi sulla testa del Caos significa distruggere lo stato naturale del cosmo ma può significare anche generare altro da esso. Per i cinesi Caos rappresenta un mirabile stato estetico.

Hun Tun è composto da due ideogrammi. Entrambi comportano la chiave di acqua, forse per evocare che la vita proviene da questo elemento. Hun indica un uomo sopra la scogliera (anche se viene rappresentato sotto per motivi grafici) con, ad un livello più basso, il sole collocato al di sotto dell'orizzonte, ad esprimere il concetto di oscurità. Tun rappresenta una pianticella con la radice curva, stante ad indicare lo sforzo di radicarsi. L'insieme potrebbe essere interpretato come lo sbocciare della vita nell'oscurità e nell'acqua.

Hun Tun rappresenta perciò lo stato di indifferenziazione preesistente alla formazione del Cielo e della Terra. Una realtà informe, in stato di amalgama, silenziosa, illimitata ed inalterabile.

"Esiste un essere caotico la cui vita è anteriore al Cielo e alla Terra. E' silenzioso, vuoto, solitario, immutabile. E' dotato di movimento rotatorio incessante. Può essere stata la Madre del Mondo. Non ne conosco il suo nome, lo chiamo Tao. La norma del Tao è se stesso."Tao Te Ching.

Lieh-tzu scrisse: "I saggi dei tempi antichi si basavano sullo Yin/Yang per ordinare i moti del cielo e della terra. Ciò che ha forma nasce da ciò che non ha forma, allora da dove provengono il cielo e la terra? Perciò è detto: ci furono la Grande Mutazione, il Grande Primordio, Il Grande Inizio ed il Grande Elemento Base. La Grande Mutazione(Taiyi) corrisponde al Qi, Yin, Yang nella loro forma non manifesta, il Grande Primordio(Taichu) è l'inizio del Qi, il Grande Inizio(Taishi) corrisponde all'inizio della sostanza. La fase in cui Qi, forma e sostanza esistevano ma non erano ancora discernibili viene detta turbolenza caotica(HUN TUN); si intende quel tempo in cui tutte le cose erano ancora tra loro confuse e indistinte. Se si guarda non si vede, se si ascolta non si ode, se si segue non si raggiunge. Perciò gli fa dato il nome di "mutazione"."

La *Grande Mutazione-Taiji* corrisponde perciò al passaggio dal Wuji("il non polo") al Taiji (radice dell'essere), è il passaggio dal nulla al latente, dall'imperscrutabile all'unità di fondo dei principi polari.

Il *Grande Primordio-Taichu* corrisponde alla distinzione tra Yin e Yang da cui tutte le cose hanno inizio. E' il big bang e la divisione tra chiaro e scuro.

Il *Grande Inizio-Tashi* corrisponde alla fase in cui Yin e Yang interagiscono ed ha origine la forma: "*La femmina riceve l'inizio e gli da vita, l'embrione ha origine e viene portato a compimento."* 

Il *Grande Elemento Base-Taisu* corrisponde all'inizio della sostanza: "*Ossia ciò che determina le cose: pertanto il quadrato e il tondo, il duro e il morbido, il cheto e l'agitato, il profondo e il superficiale, ognuna di queste cose ha una sua natura."* (Lieh-tzu)

E' interessante ricordare che secondo altri autori la cosmogonia cinese origina con l'apertura di un uovo contenente il Caos. Ne fuoriescono elementi pesanti Yin e leggeri Yang che costituiscono la Terra che sostiene ed il Cielo che la copre.

Invece, la Scuola Cosmogogena HUN TIAN rappresenta il Cielo come il guscio di un grande uovo e la Terra è raffigurata come il tuorlo. IL Cielo è grande e la Terra piccola. All'interno della parte inferiore del Cielo c'è l'acqua. Il Cielo avvolge la Terra come il guscio avvolge l'interno dell'uovo, il cielo è sostenuto dal vapore (Qi) mentre la Terra galleggia nell'acqua.

Ritorna il concetto di uovo che nel processo alchemico è rappresentato dal recipiente di cottura, il vaso contenitore degli elementi da cui nascerà nuova vita, simbolo di rigenerazione. Dal vaso alchemico si leverà l'aquila o la fenice, l'anima sarà finalmente libera, come la farfalla che esce dalla crisalide.



Come abbiamo precedentemente visto Lieh-tzu fa del Caos uno stato di indifferenziazione, preesistente alla creazione, in assenza di confusione e disordine. In questo stato sarebbe apparso in un dato momento un soffio, il soffio originale Yuan Qi che con un movimento di espansione avrebbe creato la separazione del chiaro e del leggero, del torbido e del pesante. Così si sarebbero originati il Cielo e la Terra con la formazione, come apprendiamo dal Su Wen, di uno spazio mediano esteso tra i due, lo Spazio di Mezzo, nel quale si sarebbero manifestate tutte le forme della creazione.

Questa descrizione può essere rappresentata anche in chiave numerologica. Il Cielo corrisponde al numero Uno, la Terra al numero Due e lo Spazio mediano contenente i Diecimila esseri, al Tre.

L'Uomo nasce quindi dalla coagulazione dei soffi combinati del Cielo e della Terra e con essi forma una triade che si influenza e trasforma reciprocamente. E così i diecimila esseri.

#### I TRE TESORI

Zhuang zi scrisse: "La vita è concentrazione di soffi(Qi), quando i soffi si concentrano allora c'è la vita, quando si disperdono allora c'è la morte".

La metafisica taoista pone all'origine dell'essere una trinità energetica detta anche San Bao o "I Tre Tesori" e costituita da Shen(Spirito), Jing(Essenza) e QI(Energia) che rappresentano emanazioni dal Cielo, dalla Terra e dallo Spazio Mediano. L'unione di questi tre fattori darà luogo alla formazione della cellula primordiale dalla quale deriverà il corpo umano.

Nel Ling Shu cap.8, leggiamo: "Il cielo in me è Virtù (Tao), la Terra in me è soffi (Qi), la Virtù scorre i soffi si diffondono, ed è la vita. Il fatto che i viventi sopraggiungano, denota le essenze (Jing), il fatto che due essenze si congiungano denota gli spiriti (Shen)."

Possiamo brevemente descrivere i Tre Tesori:

Shen: E' definito come Spirito, è una manifestazione celeste e rappresenta il concetto di fecondità che del Cielo che irradia verso la Terra.

Qi: KE' tradotto con il termine Energia, è il soffio originale, nel senso che proviene dall'origine, cioè dalla Terra inseminata dal Cielo. Ha movimento direzionale opposto a quello di Shen ed infatti proviene dalla Terra, è la risposta della Terra al Cielo. Il suo ideogramma rappresenta un covone di riso sormontato dai vapori che esalano al cielo

dalla sua cottura. Qi rappresenta anche il soffio per eccellenza con un significato molto ampio, ricoprente tutte le energie ivi compresi Shen e Jing.

Jing: F' chiamato Essenza, è la materia prima dalla quale prendono forma tutte le manifestazioni del creato. Il suo ideogramma evoca qualche cosa di molto prezioso come il cinabro, ricco di forza potenziale come può esserlo un seme di cereale, o una pianta apparentemente fragile, ma in realtà capace di spaccare una pietra. Elisabeth Rochat de la Vallee e Padre Claude Larre ne danno la seguente definizione: "il modello di ogni vita e la base del suo mantenimento. La dotazione originale di ciò che organizza lo sviluppo di una forma corporea e che dirige, lungo tutta la vita, il suo rinnovo sullo stesso modello." Nel corpo umano, secondo i criteri del pensiero taoista, il nome Jing viene attribuito anche ai liquidi più preziosi: la saliva, la bile e soprattutto i gameti, cioè l'ovulo e lo speramatozoo.

L'azione congiunta dei Tre Tesori darà origine all'infinita varietà di manifestazioni yin e yang distinte in cinque categorie, ciascuna delle quali farà capo ad un elemento.

## Shen designa il principio che guida Qi nella formazione dell'essere a partire dall'essenza Jing.

Nel momento del concepimento, che è l'unione dell'essenza energetica(Jing) del padre e della madre, quando si realizza la potenzialità vitale dei genitori in un nuovo essere gli spiriti Shen si fissano nella nuova creatura dotandola così delle sue nuove caratteristiche individuali che appartengono sia al corpo che allo spirito.

Il concepimento di un essere è descritto in modo conciso e preciso nel Lingshu: "Due essenze(Jing) si abbracciano, Shen appare".

Il Jing contribuisce allo sviluppo dell'embrione, alla crescita del bambino, alla scoperta ed alla possibilità di interagire con il mondo, fino al momento della morte. Shen e Jing sono indissociabili, se si separano lo Shen ritorna al Cielo ed è la morte.

#### **EVOLUZIONE EMBRIOLOGICA**

A proposito dell'evoluzione embriologica, il Huai Nan Zi, testo del secondo secolo prima di Cristo, precisa:

"Al primo mese è una pasta. Al secondo mese è una tasca. Al terzo mese è un feto. Al quarto mese ci sono le carni. Al quinto mese ci sono i tendini e i nervi, Al sesto mese ci sono le ossa. Al settimo mese si ha l'ultimazione organica. All'ottavo mese si ha il movimento. Al nono mese pesta i piedi per l'impazienza. Al decimo mese si ha la nascita. Man mano che si organizza la forma corporea i cinque visceri prendono forma."

Analizzando questo brano è possibile osservare come lo sviluppo progressivo dell'embrione avvenga in tre fasi principali.

La prima della durata di tre mesi corrisponde al passaggio della materia alla forma. Le cellule si organizzano sotto l'influenza di forze direttrici, dando luogo alla formazione di un lungo filo arrotolato che diventerà un feto. Da questa immagine si evince come la forza che porterà alla formazione dell'embrione sia sostenuta dai meridiani. **E' lo spirito Shen che orienta il dinamismo che darà forma al corpo.** 

Durante la seconda fase, della durata di quattro mesi, sempre sotto l'influenza di Shen che organizza l'essere, si diversificano i tessuti: carni e muscoli, tendini, nervi, ossa ed è in questo periodo che la forma si completa.

Nel corso degli ultimi due mesi, infine, i movimenti diventano manifesti crescendo fino al momento della nascita che nell'uomo avviene all'inizio del decimo mese(lunare) di gravidanza.

Ed una seguenza evolutiva quasi identica viene precisata nel Nei Jing Ling Shu:

"Alla creazione dell'uomo appare dapprima l'Essenza. Poi si formano il cervello ed il Midollo. Le Ossa formano in seguito un'armatura per il cervello e per il midollo. I Vasi alimentano tutto il corpo. I Muscoli assolvono il ruolo della trama di un tessuto. In seguito la Pelle si forma come il muro di cinta di una casa."

#### **EMBRIOLOGIA GENERALE**

La Medicina tradizionale cinese, fondata sul principio ispiratore secondo cui la vita è "Qi che fluisce", ha inquadrato lo sviluppo embriologico dell'essere umano, dall'unione tra cellula maschile e femminile fino al parto, secondo questo principio.

L'embriogenesi si svolge sotto il governo della funzione energetica del rene. Delle funzioni del rene quelle che vanno evidenziate per la loro relazione con le fasi di nascita, crescita e mantenimento della vita sono:

- Il Rene è la radice dello Yin e quindi fonte della radice materiale della vita;
- Il Rene è la radice dello Yang e quindi fonte dell'energia della vita;
- Il Rene conserva il Jing la fonte dell'Essenza Ancestrale trasmissibile attraverso la cellula seminale (spermatozoo e ovulo);
- Il Rene è in rapporto con il Ming Men è quindi connesso con la Porta della Vita, quella regione del corpo che fornisce il fuoco originario necessario per ogni funzione dell'organismo.

In MTC la storia della nascita di una nuova vita è la storia del passaggio dal Cielo Anteriore al Cielo Posteriore.

Il Cielo Anteriore è tutto ciò che precede e prepara la vita manifesta di un individuo, è la risultante del patrimonio cromosomico dei propri antenati, dello stato energetico dei due genitori ma anche dello stato energetico dell'ambiente naturale(macrocosmo)al momento del concepimento. Il Cielo Anteriore è l'energia del passato che si proietta in una nuova esistenza sotto forma di progetto, sotto forma di massima potenzialità.

IL Cielo Posteriore è invece la vita manifesta dell'individuo, intesa come fase di realizzazione del progetto formulato nel Cielo Anteriore, in cui vanno compresi sia l'aspetto materiale che quello energetico necessari alla realizzazione della vita stessa.

Si è molto discusso su quale sia il momento della vita in cui si realizza il passaggio dal Cielo Anteriore a quello Posteriore, secondo quanto indicato fino ad ora dagli insegnamenti diretti ed indiretti in MTC l'inizio del Cielo Posteriore si colloca al momento della fecondazione quando due cellule, parti di due diversi individui, si fondono per formare una nuova vita.

Tali concetti rivestono grande importanza anche ai fini della distinzione tra Jing Innato e Jing Acquisito.

Il Jing Innato è l'energia ereditaria, l'energia dell'uovo, dello spermatozoo su cui ha agito anche l'energia del cosmo, è il codice di sviluppo di ogni individuo, è il progetto immodificabile che ne determinerà le fasi vitali fino alla morte. Un Jing Innato debole produrrà inevitabilmente problemi durante la vita, di entità variabile a seconda della gravità della debolezza. Il Jing Innato dall'inizio della vita va incontro ad un progressivo decremento.

Il Jing Acquisito invece, è la parte più pura delle energie derivanti dall'alimentazione e dalla respirazione ed il suo ruolo è quello di sostenere e nutrire il Jing Innato durante il corso dell'esistenza dell'individuo.

Si vuole così sottolineare che non solo il Jing Acquisito appartiene al Cielo Posteriore ma anche il Jing Innato, pur provenendo dal Cielo Anteriore e derivando da presupposti sviluppatisi nel passato, appartiene alla medesima sfera e sussiste nell'individuo che vive nel presente.

La MTC considera che nel periodo della vita intrauterina siano tre le energie che agiscono sul processo di strutturazione dell'organismo e cioè i cosiddetti "Tre Tesori" di cui abbiamo parlato in precedenza. Grazie all'azione di Yuan Qi sul Jing, energie entrambe correlate al sistema energetico del Rene, e sotto la direzione di Shen, la cellula primordiale si divide per dare origine ad un numero incalcolabile di cellule figlie e queste vengono orientate subendo delle differenziazioni che le porteranno a costruire il corpo umano in tutta la sua complessità.

La Yuan Qi eserciterà la usa azione lungo delle linee di forza, rappresentate dai Vasi Straordinari, ai quali verrà affidato il compito di trasformare una cellula in un corpo umano.

L'unione tra la cellula maschile e quella femminile avviene nel rispetto della legge Yin/Yang. Già nel processo di maturazione delle cellule germinali la sequenza di divisioni meiotiche nella femmina porta alla maturazione di un numero ridotto di cellule uovo. Nell'uomo generalmente matura un'unica cellula, negli animali il numero varia di specie in specie, ma tale processo è per analogia assimilabile ad una concentrazione e come tale di natura Yin.

Nel maschio invece, tutte le cellule potenziali giungono a maturazione dando luogo ad un processo di espansione e come tale di natura Yang.

Anche le caratteristiche morfologiche delle cellule germinali mostrano il rispetto della medesima legge, la cellula uovo è di grosse dimensioni con abbondante citoplasma e priva di movimento autonomo (caratteri Yin), al contrario lo spermatozoo è di piccole dimensioni, con scarso citoplasma e dotato di spiccata motilità (caratteri Yang).

Nella fecondazione è la cellula maschile che penetra nell'uovo grazie all'azione di enzimi litici situati sulla sua superficie tuttavia, tali enzimi risultano efficaci solo se attivati da sostanze secrete dai tessuti dell'apparato genitale femminile.

In questa interazione si può chiaramente individuare la legge secondo cui Yin e Yang non possono sussistere senza il sostegno reciproco.

Appena formata la nuova cellula inizia la fase delle prime divisioni cellulari che, attraverso una rapida moltiplicazione porterà alla formazione di circa sedici cellule(blastomeri) dopo sessanta ore dalla fecondazione dando luogo alla formazione policellulare che prende il nome di "morula".

Se ci soffermiamo attentamente sulle primissime divisioni cellulari osserviamo che la cellula originaria va incontro ad una prima divisione dando luogo a due cellule di cui una più grande ed una decisamente più piccola, dalla fase bicellulare non si passa subito ad una fase a quattro cellule, ma accade che soltanto la cellula più grande si divide dando così luogo ad una fase a tre cellule dalla quale poi si procede rapidamente fino alla formazione della morula.

In questa sequenza è possibile ravvisare una forte similitudine con quanto citato nel cap.5 del Tao Te Ching a proposito della creazione del mondo: "Il Tao ha generato l'unità, l'unità ha generato la dualità, la dualità ha generato la trinità, la trinità ha generato la miriade delle creature".

Anche nelle prime fasi di sviluppo di un essere umano si verifica quindi la stessa sequenza che descrive le fasi di creazione del mondo, il microcosmo uomo si mostra così del tutto simile al macrocosmo e come tale regolato dalle stesse leggi.

Dopo la formazione della Morula iniziano dei processi di differenziazione cellulare e di segregazione. A causa dell'attività secretiva dei blastomeri, al centro della morula si forma una cavità a contenuto liquido (Blastocele) la cui parete è formata da uno strato di cellule (Trofoblasto), all'interno del Blastocele in corrispondenza di un polo si forma un ammasso di cellule (Embrioblasto). L'insieme di queste parti costituisce la "Blastocisti", stadio di sviluppo in cui l'embrione si trova ancora libero nella cavità uterina. L'impianto nella parete dell'utero avviene nell'uomo dopo circa 7-8 giorni dalla fecondazione.

Le diverse parti delle Blastocisti avranno un destino diverso nelle successive fasi dello sviluppo. L' Embrioblasto darà luogo al *Disco Embrionale* formazione da cui si svilupperà l'embrione vero e proprio. In esso dopo 9-10 giorni dalla fecondazione è possibile identificare uno strato di cellule dorsale che rappresenta il "*Foglietto Ectodermico*" ed uno strato ventrale che rappresenta il "*Foglietto Entodermico*", tra questi due strati nella regione caudale prenderà origine dopo qualche giorno il "*Foglietto Mesodermico*".

Anche l'esame di questo stadio è particolarmente ricco di notazioni significative, la formazione dei foglietti germinativi rappresenta la prima ma già definita costituzione del nuovo essere sia dal punto di vista spaziale che funzionale, essendo essi le strutture da cui si formeranno tutte le parti del corpo.

Secondo la MTC anche nella comparsa dei Foglietti Embrionali è possibile ritrovare la sequenza delle fasi che ha portato alla generazione del mondo citata nel Tao Te Ching. I tre strati infatti, compaiono in fasi successive, quasi a scandire una sequenza predefinita in cui prima compaiono i foglietti Ectodermico ed Entodermico e successivamente quello Mesodermico, dalla trinità dei foglietti derivano successivamente tutte le strutture del corpo.

All'inizio della terza settimana compare sul versante dorsale (amniotico) del foglietto ectodermico la "Linea Primitiva", un solco a margini rilevati che partendo dall'estremità caudale percorre, in posizione mediana, la superficie ectodermica per un terzo della sua estensione.

All'estremità cefalica di tale linea si trova una zona circolare rilevata il "Nodo Primitivo di Hensen" che delimita una fossetta, la "Fossetta primitiva". Queste formazioni derivano

tutte dall'invaginazione di cellule Ectodermiche verso la profondità, all' invaginazione segue poi la migrazione e la differenziazione delle stesse in varie direzioni con la formazione di altre strutture.

Dalla linea primitiva alcune cellule Ectodermiche si differenziano in cellule mesodermiche le quali iniziano una moltiplicazione ed una migrazione tra l'Ectoderma e l'endoderma in direzione laterale dando luogo al foglietto mesodermico. Una porzione di cellule mesodermiche migrano verso l'estremità cefalica dando luogo alla "Lamina Cardiogenica". Dalla linea primitiva alcune cellule Ectodermiche si moltiplicano e migrano in direzione cefalica dando luogo ad una formazione tubulare che prende il nome di "*Notocorda*".

Tutti questi eventi sono fondamentali per una lettura energetica dello sviluppo embriologico e meritevoli di un commento specifico.

Innanzi tutto rappresentano il passaggio di una fase di sviluppo in cui non è possibile individuare un orientamento spaziale dell'embrione ad una fase in cui sono evidenti una parte caudale ed una cefalica e questo per la MTC rappresenta il segno della comparsa delle prime linee di forza che modellano l'embrione e consentono lo scorrimento del Qi che come è noto sono rappresentate dai Meridiani Curiosi di prima generazione (Chong Mai, Dai Mai, Ren Mai, Du Mai). Non a caso la Linea Primitiva si disegna come un percorso che prefigura evidentemente quello del Chong Mai mentre il Nodo Primitivo appare corrispondere alla regione del Ming Men.

Dal primitivo asse formato dalla Porta del Destino, Ming Men e dallo Xu Li, si va presto differenziando una struttura dotata di polarità yin-yang che si manifesta ed evolve verso le quattro direzioni dello spazio-inizialmente specie in direzione del cielo e della terra, cioè verso l'alto e verso il basso. La prima struttura embrionaria assume presto una forma allungata e lo scorrimento energetico si struttura via via sempre più precisamente determinando la formazione dei primi meridiani.

Durante questa fase l'embrione comincia a configurarsi come un organismo formato da diverse strutture che prendono a formarsi ed a disporsi secondo un programma di orientamento interno; le direttive spaziali di sviluppo, a partire dalla terza settimana, vengono dettate dall'apparire dell'azione energetica del Chong Mai.

Chong Mai, dal concepimento in poi, sarà responsabile della formazione del sangue, dei soffi e di tutti i meridiani e sarà incaricato di effettuare tutte le trasformazioni che condurranno alla formazione degli Zang e dei Fu.

Fra la terza e la quarta settimana, con l'accrescersi dei foglietti Ectodermico e Mesodermico, si realizza un altro evento di importanza notevole nello sviluppo dell'embrione: il ripiegamento cefalo-caudale e laterale. Il foglietto Ectodermico si accresce rapidamente in senso longitudinale e determina una flessione dell'intero insieme lungo la linea che congiunge l'estremità cefalica e caudale. Lo strato mesodermico si accresce prima in senso laterale e poi in direzione ventrale, fino a far congiungere i due settori laterali e ad avvolgere le strutture entodermiche.

L'effetto complessivo del ripiegamento nelle due direzioni consiste nel trasformare una struttura essenzialmente piatta in un insieme grossolanamente cilindrico e contestualmente, nel formare la parte anteriore dell'addome.

Proseguendo nella lettura attuata secondo la MTC si può affermare che in questa fase prende corpo l'azione energetica dei Meridiani Curiosi Du Mai, Ren Mai e Dai Mai.

Il primo rappresenta la direttrice energetica che guida lo sviluppo ed il ripiegamento cefalo-caudale nella sua faccia dorsale Yang.

Il Dai Mai rappresenta invece la direttrice energetica che guida il ripiegamento laterale.

Nel cap. 44 del Suwen, viene indicata la sua relazione con Zong Jin, il muscolo ancestro, luogo da dove deriveranno tutti i muscoli del corpo. A partire da Zong Jin l'embrione si svilupperà lateralmente formando i muscoli che avvolgeranno gli Zang-Fu e gli arti.

Il Ren Mai rappresenta il polo di attrazione ventrale, Yin, verso cui tendono le parti laterali del disco embrionale. Durante il periodo della gestazione questo meridiano raccoglie direttamente i soffi e il sangue della madre mediante il cordone ombelicale ed essi serviranno a compiere le trasformazioni che condurranno alla formazione ed allo sviluppo dell'embrione.

Non va mai dimenticato che tutti questi meridiani prendono origine 'energeticamente' ed anatomicamente nel Ming Men.

Dopo i Meridiani Curiosi di Prima Generazione compaiono quelli di Seconda Generazione: Yin Wei, Yang Wei, Yin Qiao, Yang Qiao che sono duplici e simmetrici ed originano dal meridiano del Rene.

Secondo la tradizione il loro compito è di collegare l'individuo al Cielo ed alla Terra e nello stesso tempo di collegare tra loro tutti gli altri meridiani.

In particolare Yin Wei e Yang Wei collegano l'uomo al Cielo che attraverso loro, trasmette l'ordine cosmico, per questo si afferma che Yin Wei e Yang Wei controllano lo spazio. Possiamo inoltre affermare che essi rapportano interno ed esterno su un piano vegetativo. Yin Qiao e Yang Qiao collegano l'uomo alla Terra trasformando in realtà concreta le leggi emanate dal Cielo, da ciò deriva che Yin Qiao e Yang Qiao controllano il tempo.

Essi sono responsabili della vita di relazione.

In definitiva, attraverso i meridiani Curiosi di Seconda Generazione l'embrione acquista un'organizzazione energetica che gli conferisce la capacità d'interagire col mondo esterno.

Altre correnti energetiche formeranno il sistema protettore dell'embrione, conferendogli una forma esterna, queste saranno rappresentate dai Jing Jin o Meridiani Muscolari. Infine, comunicazioni tra i diversi vasi e organi si organizzeranno per dare origine, nel tempo della gestazione, ad un insieme funzionale in grado di diventare autonomo al momento della nascita.

La progressione completa dello sviluppo dei meridiani sarà la seguente:

Qi Mai(Canali Curiosi)
Pi Bu e Jing Jin(Regioni Cutanee e Canali Tendino-Muscolari)
Jing Bie(Canali Distinti)
Luo Mai(Canali Collaterali)
Jing Mai(Canali Principali)

#### L' EMBRIONE

In un essere vivente, in ogni momento nel suo corpo, nel fisiologico rinnovamento cellulare, i Tre Tesori si riuniscono.

Secondo la Tradizione Cinese questo luogo si identifica con il Ming Men, la Porta Mandato o del Destino, luogo dove appare la vita e dove questa si ricrea in ogni istante.

Wieger così lo definì: "Nel linguaggio filosofico, Ming Men rappresenta l'ordine per mezzo del quale il Cielo chiama l'uomo all'esistenza e attraverso il quale fissa a lui un destino."

Il Ming Men viene identificato come un luogo simbolico di passaggio dal Cielo Anteriore al Cielo Posteriore. In questo modo esso costituisce, nel centro dell'individuo, un luogo privilegiato in cui viene custodita l'eredità cromosomica ed è anche la connessione con il tempo e lo spazio antecedenti al concepimento ed alla manifestazione della vita. Come sappiamo il Cielo posteriore rappresenta il divenire di queste forze dopo il concepimento stesso e durante tutta la vita.

Nel NanJing leggiamo: "Il Rene è costituito da due organi: a sinistra vi è il Rene, a destra c'è il Ming Men. Ming Men è la residenza di Jing/Shen, è la riunione di Yuan Qi. L'uomo a questo livello tesaurizza le sue essenze (Jing o sperma), la donna vi ancora il bao(utero)".

Ma il primo fremito di vita si manifesta dopo il concepimento ad opera della Zongqi. Come Shen, Zongqi si manifesta dopo il concepimento, il primo immediatamente, la seconda in un tempo successivo. Tuttavia da questo momento, ambedue dovranno essere necessariamente mantenuti attraverso apporti energetici, provenienti inizialmente, dal sangue materno e dopo la nascita attraverso l'alimentazione e la respirazione.

Zongqi è responsabile di tutti gli automatismi che compaiono nell'embrione, il primo dei quali è rappresentato dal battito cardiaco che si manifesta pochi giorni dopo il concepimento e dopo la nascita è responsabile della respirazione.

Nel Lingshu al cap. 71 la circolazione di Zongqi nell'adulto viene così descritta: "Zongqi si accumula nel mezzo del petto, si manifesta alla laringe, si immette nel mo di cuore azionando così la inspirazione e la espirazione".

Nei testi viene detto "Xuli è Zongql", infatti il primo fremito di vita si propaga a tutto il campo d'azione di Xuli, il Grande Luo dello Stomaco.

Se analizziamo i due ideogrammi che compongono Xuli Inotiamo che sono entrambi fondamentali nel pensiero cinese.

Xu identifica il vuoto nel senso di soffi talmente armoniosi che danno l'impressione di uno spazio vuoto e rimanda al Cielo Anteriore.

Li identifica l'organizzazione Interna dell'organismo, il primitivo nucleo funzionale e rimanda quindi all'ancestro del Cielo Posteriore.

La tradizione cinese ci informa così di come all'inizio dell'embriogenesi il Vuoto stesso, l'impronta stessa dell'indifferenziato, si realizzi nella nuova vita, segnandone la profondità con un'impronta che rifugge ogni geometrica evidenza.

Alcuni autori ne hanno dedotto che: l'essere vivente, emblema della pienezza e della differenziazione, viene così a strutturarsi intorno ad un Centro Organizzatore Vuoto ed Asimmetrico, emblema dell'indifferenziato da cui deriva.

Naturalmente, da un punto di vista funzionale somatico, il rimando è alla cavità della via digestiva. IL corpo evidenzia coso la presenza di un condotto cavo, il lume intestinale, che procede dalla bocca all'ano percorrendo longitudinalmente l'organismo ed avviluppandosi in una forma ricurva e spirale che fugge ogni geometria.

Nel pieno sviluppo organico, Xu Li si struttura poi come Grande Canale di Collegamento dello Stomaco, ma il suo valore principale, che per altro rimane immutato durante la vita, pare risiedere in questa essenza di vuoto intorno a cui ed in virtù del quale, il pieno, si individua e realizza.

Xuli, vaso animato da Zongqi viene così descritto nel Suwen: "Il grande collegamento luo dello stomaco si chiama Xuli, esso attraversa il diaframma per risalire al polmone e mostrarsi sotto al seno sinistro dove i battiti si trasmettono ai vestiti. Questo è i maestro dei soffi dei vasi.. I battiti che si trasmettono ai vestiti al di sotto del seno sono una emissione del soffio Maestro (Zongqi)".

Molto precocemente nell'embrione si delimitano alle sue estremità due zone di estrema importanza, si tratta dell'estremità caudale che diventerà pelvi e dell'estremità craniale che costituirà la testa. Tra le due si colloca la zona mediana, che riceve sangue e Qi provenienti dalla madre attraverso il cordone ombelicale.

Si ha in questo modo un organismo formato da tre parti, così come lo sarà dopo la nascita il triplice riscaldatore che rappresenterà un sistema di collegamento di tutte le funzioni del corpo. Le due estremità vengono comparate a delle scatole che contengono due visceri straordinari, rispettivamente il cervello e gli organi della riproduzione.

L'estremità caudale viene anche definita Zonjin, muscolo ancestro, per sottolineare il suo rapporto con i soffi straordinari costituenti l'embrione. Al suo centro si incontrano tutti i soffi Yin. Inoltre in esso sbocca BaoMai, il vaso dell'utero che separandosi in tre vie si occupa del trasporto dei soffi Yuan responsabili dell'embriogenesi: cioè di Chonmai, di Dumai, di Remai.

Durante lo sviluppo embrionale Zongjin sarà la sede di orifizi e degli organi genitali esterni. Nelle cultura cinese, l'ano assume un ruolo del tutto particolare. Definito anche la Porta del Po è attraverso questo orifizio che i Sette Po lasceranno il corpo al momento della morte per raggiungere la Terra. Allo stesso momento gli Hun insieme a Shen, usciranno dalla cima della testa per diffondersi al Cielo.

L'orifizio anteriore, diviso in due parti nella donna, lascia fuoriuscire oltre l'urina anche dei liquidi puri(Jing), ossia le secrezioni utero vaginali nella donna e lo sperma nell'uomo. Va ricordato che durante tutta la prima parte della vita embrionale, questi orifizi si presentino chiusi dalla membrana cloacale per permettere a tutto il Qi e lo Jing di essere utilizzati per la costruzione del corpo.

Tutta la letteratura medica tradizionale cinese mette in guardia controllo spreco del liquor seminale(Jing), fonte di Qi e di Shen.

Viene raccontato come Huangdi l'Imperatore Giallo, fosse in grado di accoppiarsi con Cento Donne (cifra simbolica) in una notte senza emettere seme. D'altro canto va ricordato che l'atto sessuale fa circolare il Qi e stimola la formazione di grandi quantità di Jing che bisogna però risparmiare per vivere a lungo.

Va sottolineato anche che l'estremità caudale viene messa in relazione con la Terra.

L'estremità craniale è formata da un involucro osseo rappresentato dal cranio e dal viscere straordinario cervello che è "il mare del midollo", (Ling shu) ed è prodotto dal Jing del Rene.

L'estremità Cefalica viene messa in relazione con il Cielo, con i suoi orifizi che vengono considerati come pianeti.

Nel Lingshu cap. 78 troviamo scritto. "I sette pianeti sono per l'Universo ciò che i sette orifizi sono per l'uomo. Pianeti ed orifizi sono delle manifestazioni degli Spiriti del Cielo e dell' Uomo".

Attraverso gli orifizi della faccia gli Zang comunicano con il mondo esterno Nell'embrione questa zona è il punto di riunione di tutti gli otto vasi straordinari. Dopo il concepimento, a partire dal Jing sottoposto all'azione di Yuanqi e grazie alle linee guida dei Qimai e sotto il controllo e la guida di Shen, gli Zang Fu si accrescono per arrivare a fine gestazione ad un grado di maturazione anatomica e fisiologica tale da garantire la vita autonoma. Mentre gli Zang sono già attivi durante la vita embrionale i Fu entrano in funzione solo dopo la nascita.

Il Cuore, considerato in Medicina Tradizionale Cinese come l'Imperatore, è il primo a manifestarsi con delle pulsazioni che si notano già dalla terza settimana di sviluppo.

Va fatto notare come quest' organo si sviluppi, all'inizio, fuori dal corpo dell'embrione, in modo da sottolineare la differenza con gli altri Zang, esattamente come nella società cinese antica l'Imperatore viveva isolato nel suo palazzo. Il cuore appare inoltre situato in questo contesto temporale, sotto l'estremo cefalico dove si svilupperà il cervello con i quale esso condividerà la custodia di Shen.

Ricordiamo che, durante lo sviluppo embrionale gli Shen (espressione Yang), si legano agli organi (Yin) per formare unità somato-psichiche contribuendo innanzitutto a permettere la corretta crescita e le specifiche funzioni di ciascun organo e garantendo, nel loro complesso, lo spirito vitale dell'individuo e strutturandone gli aspetti psichici ed emotivi. Nel pensiero tradizionale cinese infatti, ogni Zang ospita uno dei cinque aspetti di Shen che nel taoismo sono considerati come Spiriti abitanti del corpo.

Di Questi Spiriti denominati Hun per il Fegato, Shen per il Cuore, Yi per la milza, Po per il Polmone, Zhi per il rene parleremo in modo esaustivo e specifico successivamente. Ricordiamo brevemente che essi sono all'origine delle sensazioni corporee più sottili come le emozioni e i sentimenti, derivanti dai loro movimenti di energia nel corpo.

Nell'iconografia taoista, sono simboleggiati in diversi modi: a volte appaiono come dei ragazzi vestiti di colore verde, rosso, giallo, bianco o nero,in rapporto ai Cinque Elementi. Altre volte si mostrano come degli animali mitici: il drago verde per il fegato, l'uccello rosso per il Cuore, la fenice per la Milza, la tigre bianca per il Polmone, la tartaruga oppure il Guerriero nero, per il rene.

A questi cinque organi viene unita la vescicola biliare, viscere straordinario di colore verde e giallo, rappresentato da una tartaruga accompagnata da un serpente.



#### LA NASCITA

La nascita corrisponde al passaggio da un mezzo acquoso yin ad uno aereo yang.

Il passaggio che annuncia una completa trasformazione della fisiologia interna del neonato è segnato e rimarcato da un grido. I polmoni iniziano a funzionare in modo ritmico, affiancando il cuore nello svolgimento della funzione cardio-respiratoria. Inizia la peristalsi intestinale con l'espulsione del meconio e la funzione vescicale con l'emissione di urina.

Con il primo atto respiratorio viene messo in funzione il Triplice Riscaldatore.

Per la Medicina Tradizionale Cinese questo è il momento in cui il nuovo nato, uscito dal ventre della madre, è esposto ai soffi celesti e terrestri che lo compenetrano da ogni direzione, facendone un essere vivente.

Durante i mesi di gestazione attraverso l'apporto nutritivo mediato dalla madre e sotto la direttiva di Shen, si è avuta la formazione e la maturazione dei vari organi e visceri del feto, facenti capo per motivi di risonanza energetica ad un movimento nel quale ogni zang-fu si trova accoppiato secondo un rapporto yin-yang.

Perciò alla nascita, ogni Zang- Fu si trova in risonanza con soffi che gli sono specifici per ogni organo e per ogni viscere.

Nel Suwen al cap. 66 leggiamo:

"Lo spirito(Shen) è vento nel cielo e legno sulla terra; calore nel cielo e fuoco sulla terra; umidità nel cielo e terra sulla terra; secchezza nel cielo e metallo sulla terra; freddo nel cielo e acqua sulla terra. Il Qi del cielo è completato dalla terra che gli conferisce una forma sensibile ed evidente."

I sei soffi Celesti che compenetrano il nuovo nato sono di natura Yin e Yang. Questi si distinguono in: taiyang (Yang massimo o vecchio Yang), shaoyang (piccolo Yang o giovane Yang), yangming (Yang luminoso), taiyin (Yin massimo o vecchio Yin), shaoyin (piccolo Yin o giovane Yin) e jueyin (fine dello Yin). I loro punti di penetrazione sono detti Shu antichi e si localizzano sugli arti. Dall'estremità, il Qi percorre il corpo seguendo una direzione centripeta verso gli organi, lungo le vie tracciate dai Qi Mai.

I cinque soffi terrestri nutrono il nuovo nato sin dal momento della nascita. La Terra gli fornisce un duplice apporto Yin e Yang. Yin sono gli alimenti che raggiungono il Riscaldatore Medio, Yang è l'aria respirata che entra nel Riscaldatore Superiore. La trasformazione di questi soffi terrestri nel Triplice Riscaldatore fornirà l'energia necessaria ad alimentare i Cinque Zang. I cinque soffi terrestri hanno una direzione centrifuga verso la pelle, alla quale portano nutrimento, difesa, calore, sensibilità.

I Meridiani JingMai hanno la loro origine da questo doppio movimento, centrifugo e centripeto ed è per questo che gli viene attribuito un doppio nome: il nome del soffio celeste, che ha donato loro la nascita e quello del movimento terrestre, in rapporto con l'organo che alimenta.

In questo modo si riproducono nell'uomo, come nell'universo, dei movimenti discendenti di soffi celesti, chiamati Rami Terrestri e ascendenti di soffi terrestri, o Tronchi Celesti, soffi che presiedono al mantenimento della vita.

Leggiamo nel Suwen cap.8:

"IL terreno dove si scambiano il Qi del Cielo e della Terra è quello dell'Uomo, e da lui procedono tutte le creature".

I Tronchi Celesti sono Dieci, nascono in Cielo e si manifestano sulla Terra e rappresentano i Cinque Movimenti nei loro aspetti Yin e Yang. Ogni tronco corrisponde ad un'energia celeste, ha un nome ed un simbolo.

I Rami Terresti sono Dodici e rappresentano la risposta della Terra agli ordini impartiti dal Cielo. Ogni Ramo corrisponde ad un'energia celeste, ha un nome ed un simbolo, inoltre vengono relazionati alle ore del giorno ed ai meridiani principali.

Queste energie del Cielo e della Terra si presenteranno in modo ciclico nel tempo e nello spazio.

Un essere tuttavia è in rapporto con il mondo esteriore anche attraverso gli orifizi rappresentati dagli occhi, dalle orecchie, dal naso, dalla bocca e dalla lingua, che comunica coni cinque organi e gli orifizi del perineo che sono in relazione con i sei visceri. Anche la cute rappresenta un passaggio con l'ambiente esterno.

Perciò anche attraverso questi passaggi i Soffi del Cielo e della Terra si fanno profondi per raggiungere l'insieme degli zang-fu.

In questo modo il microcosmo comunica continuamente con il macrocosmo.

## I CINQUE SHEN: SHEN, HUN, PO, YI, ZHI

Shen, Hun e Po, Yi e Zhi sono gli aspetti psichici specifici, le anime, dei singoli organi: "I/ Cuore conserva Shen, il polmone Po, il fegato Hun, la milza Yi, il rene Zh!'.(Suwen cap.23) Si dice che "Hun, Shen, Po, Yi e Zhi prendono Shen come loro sovrano, perciò sono chiamati Sher!" e che "lo Shen del cuore si raccoglie e unisce Hun e Po e si combina con Yi e Zhi".

Shen in questo senso è uno, è il sovrano che dimora nel cuore, l'imperatore degli organi, ma esiste anche un livello categoriale paritetico in cui i cinque Shen che hanno dimora e sono conservati nei cinque organi, possiedono uno status uguale. I Cinque Shen infatti si situano all'interno del sistema Wu Xing in corrispondenza analogica con i cinque organi, direzioni, stagioni, climi, sapori, odori, organi di senso, tessuti, emozioni ecc.

Perciò possiamo dire che Shen può essere letto come ciò che riunisce ed integra, oppure si può articolare nel sistema a cinque, o può essere visto in una prospettiva ancora differente, in cui lo Shen dell'uomo è l' espressione individuale dello Shen universale.

Po e Hun costituiscono una coppia con polarità Yin-Yang, forze in parte autonome che informano l'individuo, mentre Zhi e Yi rimandano ad una sorta di attualizzazione del soggetto nel mondo.

Come abbiamo precedentemente sottolineato, lo spirito Shen è concepibile come il raggio celeste che benedice la comunione sessuale e ne testimonia e realizza la fertilità. Il suo incarnarsi nella nuova vita ci viene spiegato attraverso i Tronchi Spirituali "Ben Shen".

Manifestandosi nell'organismo, lo Spirito, Shen, si concretizza infatti in Cinque Ben Shen. Analizzando il termine Ben Shen vediamo che all'ideogramma Shen è preposto

l'ideogramma Ben che indica un tronco e le sue radici.

Viene usualmente tradotto come Tronco, Radice, Base, Fondamento, Origine, Sorgente. Una traduzione significativa può essere Tronchi Spirituali ed il suo significato appare prossimo ad Anime.

Perciò possiamo affermare che questi Principi Animici rappresentano sorgenti spirituali della vita, anime che danno origine alla vita. Esse si incarnano nell'embrione e divengono i fulcri centrali attorno a cui si va organizzando l'organismo.

I Ben Shen rappresentano i principio energetico intorno a cui prendono letteralmente corpo gli Elementi Fondamentali, I Wu Xing, i Cinque Movimenti che sono il fondamento

degli equilibri cosmici. Data la loro derivazione macrocosmica I Ben Shen, sono in stretta relazione con il Cielo e con la Terra.

Va ricordato come la tradizione precisi la relazione tra gli organi interni ed i pianeti del sistema solare.

Queste indicazioni tradizionali che mettono in rapporto le stelle agli Shen sembrano introdurre un concetto ed una realtà, non certo propria solamente della tradizione cinese, conosciuti come Shen Ming, Luminosità Spirituale.

#### **SHEN**

#### Il Nei Jing Ling Shu dice:

"I due spiriti dell'uomo e della donna si incontrano e si uniscono, e nasce un corpo."

#### E nel Suwen troviamo scritto:

"Ciò che il Cielo da all'uomo è la potenza e virtù-De, ciò che la Terra da all'uomo è il Qi, De e Qi si muovono l'uno verso l'altro, allora c'è vita; l'origine della vita è detta Jing, quando i due Jing si afferrano mutuamente è detto Shen."

#### E così similmente nel Lingshu:

"I due Shen si incontrano, si uniscono, dall'unione si costituisce la forma; tale sostanza che viene prima del corpo è detta Jing."

Etimologicamente l'ideogramma Shen è formato dalla parte fonetica, Shi, il carattere di sinistra che significa: "mostrare, indicare", "destino celeste" e che nella forma antica era formato da due linee orizzontali (il Cielo) da cui scendevano tre linee (ciò che scende dal Cielo) e dal carattere a destra, Shen "spiegare", "estendersi a tutte le cose".

In realtà, se sul primo carattere vi è un accordo, essendovi rappresentato il cielo ed i vari corpi celesti, che dall'alto del cielo rivelano le verità degli dei, perciò esso indica gli influssi che dal Cielo discendono sull'uomo, il secondo carattere è un ideogramma diversamente interpretato.

Certo la linea verticale rappresenta un chiaro sviluppo alto-basso, da taluni concepito come corda tenuta tra due mani. Si tratterebbe dunque di un uomo, con le mani congiunte, in relazione con un raggio terrestre, cioè in un atteggiamento di devozione.

Altri notano come questo ideogramma non sia che un'evoluzione dell'ideogramma Zhong, Centro, un dardo nel quadrato terrestre, cui è stato aggiunto un segno orizzontale, a rappresentare forse la continuità della vita.

Altri ancora sottolineano come l'ideogramma arcaico di Shen indicava il ciclico alternarsi delle forze naturali ed i loro dinamici equilibri.

Comunque sia, Shen pare rappresentare gli influssi celesti che discendono sull'uomo e la tensione dell'uomo verso il cielo, il suo anelito verso ciò che lo sovrasta, la sua ricerca verso ciò che lo precede, come un'insopprimibile nostalgia dell'origine.

Shen è dunque un raggio trascendente, uno Spirito che si fa immanente ed illumina un progetto di nuova vita e lo trasforma in un progetto in attuazione.

Dall'attimo in cui esso si concretizza all'incontro delle essenze dei due genitori riuniti, Shen diviene parte integrante e centrale della nuova vita e la vitalizza dirigendo ed organizzando l'armonico sviluppo del corpo e della personalità.

Shen è dunque l'organizzazione spirituale di ogni vivente e ne rappresenta la consapevolezza corporea e mentale.

I dizionari cinesi contemporanei traducono Shen come: 1)divinità, Dio 2)spirito, mente 3)sovrannaturale, magico 4) espressione, sguardo 5) vigoroso, intelligente 6) vitalità, energia.

Gli autori francesi usano per lo per lo più "Les Esprits", al plurale. Molti anglosassoni tra cui Wiseman, traducono Shen con Spirit, mentre altri utilizzano il termine Mind, definendo invece Spirit come l'insieme dei cinque Shen. "Forza configurativa individuale" è la traduzione scelta dal sinologo tedesco Porket.

Molte leggende e racconti di tempi e luoghi diversi sono animati dagli Shen. I praticanti taoisti che si ritiravano sui monti portavano con se uno specchio per rivelare gli Shen-volpe nascosti dietro le apparizioni. La precocità nel parlare dell'Imperatore Huangdi è considerata segno di uno Shen fuori dall'ordinario.

La sede elettiva di Shen è il Cuore.

IL Cuore (Xin) pare svolgere nel Microcosmo Corporeo quella funzione di emanatore vitale che nel Macrocosmo è svolta dal sole. In particolare il Cuore è l'organizzatore di ogni funzione organica, il depositario dell'ordine corporeo. Per questo Xin indica ad un tempo l'organo cardiaco e la consapevolezza mentale, la coscienza ed il Sangue, Xue, che dal cuore dipende, è detto Casa dello Spirito.

I globuli rossi sono considerati in MTC i messaggeri del cuore ed è attraverso Xue che lo Spirito è onnipresente nel corpo.

Il Cuore risulta essere il luogo del Pensiero, la Casa della Mente.

Perciò l'attività mentale e l'attività spirituale si attuano, secondo questa tradizione, nel cuore, che risulta in tutto il coordinatore generale della funzione psichica, il vero direttore di questa trama di pulsioni, sensazioni, intuizioni, sentimenti, pensieri, astrazioni, ove il razionale e l'emotivo e l'irrazionale così spesso si intrecciano.

Dice il Weng Tzu in proposito:

"Se la tua vita è in periferia, ma sei al centro del tuo cuore, significa che prendi seriamente la tua vita e ne trarrai naturalmente vantaggio.

Se ancora non sai mantenere il centro di se stesso, allora segui il tuo cuore ed il tuo spirito non ne verrà danneggiato.

Se ancora non sai mantenere il centro te stesso e neppure sai seguire il tuo cuore, allora sarai doppiamente danneggiato, e chi è doppiamente danneggiato non ha lunga vita."

Se il cuore è il palazzo dello Shen, non va dimenticato che Nao, il cervello è nella tradizione cinese anch'esso un'abitazione del pensiero e della mente e svolge un ruolo complementare a Xin. Nao rappresenta infatti la struttura, l'impalcatura portante della funzione mentale ed è una delle strutture ancestrali tra le prime a realizzarsi durante l'embriogenesi. Di pertinenza dell'elemento Acqua, da corpo ad un fondamentale complemento della funzione di Cuore, di pertinenza dell'elemento Fuoco.

#### Dice il *Lao Chuang Teng Hun*:

"Cuore e Mente devono essere una cosa sola. Puri e scevri da ogni desiderio men che onorevole. Solo una Mente pura può toccare il Cielo. Solo un Cuore onesto può onorare gli Spiriti." Viene qui da aggiungere una nota di Leonardo da Vinci: "Il corpo nostro è sottoposto al cielo come il cielo è sottoposto allo spirito".



Shen può acquisire anche un carattere trascendente. L'espressione di Shen infatti è anche ciò che va al di là della norma, ciò che di mirabile vi è nell'uomo. I testi filosofici classici si riferiscono a questa conoscenza superiore e definiscono uomo-Shen il saggio, cioè considerano lo Shen come il grado più alto della virtù-potenza-de e descrivono lo Shen come "conoscere ciò che altri non conoscono".

In senso generale il termine è paragonabile al greco *daimon*. "Shen viene usato più come verbo che come sostantivo, per indicare il potere e le capacità intellettive che irradiano da una persona o da una cosa."

Anche nei testi medici viene elaborato un significato di Shen come aspetto divino-spirituale posseduto dall'uomo: ad esempio nel paragone tra un modo più ordinario, detto xing (forma, nel senso di tangibile), di percepire il malato e un modo Shen, di rivelazione improvvisa dopo una concentrazione mentale intensa, che ignora i segni irrilevanti per tenere la mente aperta e chiara, per cui l'intuizione arriva "come il vento che soffia via le nuvole".

Il Neijing inizia affermando che "un medico abile è chi è in grado di vedere lo Shen del paziente", Lingshu cap1.

Il più antico testo medico ci dice che 'se non c'è Shen è inutile tentare di guarire un paziente'. Shen è ciò che permette la vita, il fondamento della vita che quando lascia il corpo porta a morte. E' la differenza tra la vita e la morte: "Chi ha Shen vive, chi lo perde muore".

Avere Shen non influisce semplicemente sulle condizioni mentali ma fa "gli occhi brillanti, chiara la parola, bello l'incarnato e regolare il respiro. Suwen, cap13.

La vitalità di una persona si vede dallo Shen degli occhi mentre lo Shen del polso è un'importante fattore prognostico.

Inoltre lo Shen armonizza le emozioni, governa la coscienza e permette di percepire.

Esso in quanto aspetto del luminoso trascende Yin e Yang.

"Ciò che è oltre Yin e Yang è detto Sherl", afferma lo Yijing e similmente il Suwen, cap.66: "La nascita delle cose si dice trasformazione, il limite delle cose si dice mutamento, il non misurabile dello Yin e dello Yang si dice Shen."

Nell'ambito della fisiologia Shen è Qi, la forma più sottile del Qi e la sua radice è il Jing. "Se si fa tesoro del Jing lo Shen è luminoso, se lo Shen è luminoso si vive a lungo. Enciclopedia imperiale di Medicina, 1117.

Shen ha inoltre funzioni cognitive: da Shen dipendono intelligenza, consapevolezza, pensiero vigile, ragionamento, giudizio e coscienza. Dalla sua funzione integrante nascono saggezza e conoscenza intuitiva.

Da Shen dipende anche la percezione: è attraverso lo Shen che i sensi esplicano la loro funzione, ad esempio, "Il naso dipende dal polmone, ma la sua funzione dipende dal Cuore". Nanjing, cap14.

#### **HUN E PO**

Per descriverli gli autori francesi utilizzano il termine *entitès viscérales*, mentre gli anglosassoni li traducono in genere come *corporea*l and *ethereal soul*.

Come Shen, anche Hun e Po sono termini che derivano da un discorso filosofico precedente ai primi testi medici e venivano riconosciuti come forze ben presenti nel sistema di credenze che ad essi riservava culti e cerimonie specifiche

Forme di Qi collegate essenzialmente alla vita psichica appartengono all'individuo, ma allo stesso tempo sono contraddistinte da aspetti fortemente interpersonali.

Po e Hun si individuano anche in quanto coppia con polarità opposte che si influenzano reciprocamente. La descrizione più completa e suggestiva è probabilmente quella di Zhu Xi: "Hun è Shen, Po è Ling, Hun è Yang, Po è Yin; Hun è movimento, Po è quiete. Alla nascita Hun entra nel Po e Po contiene il suo Hun; alla morte Hun si disperde fluttuando e torna al Cielo, Po cade affondando e torna alla Terra. Quando l'uomo nasce Hun e Po si accoppiano, alla morte si allontanano l'uno dall'altro. Ciò che muove ed agisce è Hun, ciò che non si muove e non agisce è Po. Il lato nero della luna è Po, la sua luce è Hun. Hun è fiamma di Po, Po è la radice di Hun. Il fuoco è Hun, lo specchio è Po; la lampada ha fuoco, la materia ne viene bruciata, lo specchio riflette le immagini, che però ne sono all'interno. La fiamma del fuoco è luce esterna, l'acqua del metallo è luce interna, uno è Hun, l'altro è Po. Lo Yin governa la concentrazione e la raccolta, perciò Po può registrare e ricordare all'interno, lo Yang governa movimento e azione, perciò Hun può suscitare l'azione".

Dalle sue parole si evince che come lo Yin nutre lo Yang e lo Yang muove lo Yin, così Po e Hun sono rispettivamente radice e fiamma l'uno dell'altro.

Po e Hun appaiono anche come forze in parte autonome, che si uniscono nel singolo individuo e si separano alla sua morte.

Sono ciò che sta in quiete e ciò che si muove, rispettivamente in relazione con il corpo più denso ed il Qi più sottile.

#### **PO E JING**

Questo aspetto spirituale che ha sede nel Polmone viene solitamente tradotto con

"Anima", "Spirito", "Umore". Po contiene il radicale Gui-fantasma, preceduto dalla parte fonetica bai-bianco che è il colore dell'elemento metallo-polmone-autunno a cui è collegato.

Nel ciclo dei cinque elementi corrisponde al crescere dello Yin nello Yang, all'ovest, al tramonto, ad un passaggio cioè che addensa il Qi. In questa fase il Qi tende ad assumere

una forma, con un movimento di costruzione e di delimitazione. Il tessuto che corrisponde al polmone è la pelle, sistema di scambio con l'esterno ed insieme limite del corpo.

Di certo Po è la forza terrestre, legata alla forma concreta, al corpo e questo costituirsi di forme più dense, presupposto della vita individuale, può anche essere la condizione che separa ed allontana dal tutto originario: Po contiene i germi della morte, ossa e carne sono già potenzialmente la morte.

Po si richiama al Jing "Ciò che entra ed esce con Jing è Po"(Lingshu, cap.8), essenza vitale legata al cielo anteriore, aspetto più denso del Jing e quintessenza che giunge attraverso i genitori e gli ancestri ed informa il nostro assetto costituzionale.

Po correlato al Jing ed alla forma ha una rilevanza particolare durante la vita intrauterina e benché Hun sia già presente al terzo mese lunare, la funzione predominante è svolta da Po. Si dice che entra nell'embrione al terzo giorno(in analogia con la luna crescente che compare al terzo giorno) e che nel quarto mese di gestazione il ling dello Yin stabilisce i sette Po. IL Po materno sostiene il Po dell'embrione e del feto fino all'ottavo mese, quando diventa autonomo ed il feto lascia vagabondare il su Po.

Il Po rappresenta il "contenitore" di tutti i dati, le informazioni ed i codici che consentono all'essere appena nato di vivere. L'istinto a respirare, a cercare i capezzolo della madre, a camminare, ad apprendere e crescere, sono tutte funzioni del Po. Esso governa quindi tutti gli automatismi del corpo, sia quelli della specie, sia quelli acquisiti attraverso l'apprendimento.

#### Il Po è quindi:

- La memoria genetica dei processi della specie(istinto).
- La memoria corporea delle esperienze acquisite nel corso della nostra vita individuale.
- La memoria delle vite passate.

Il Po rappresenta il programma della cellula. Laville Méry parla di memoria del futuro, espressione corretta se si considera che il Po presiede a comportamenti ancestrali iscritti geneticamente nella struttura che si manifestano ogni qual volta l'organismo si trova confrontato a determinati rapporti con l'ambiente.

Al Po è associata la capacità introspettiva. I testi dicono che il Fegato-Hun guarda avanti ed il Polmone-Po guarda indietro. Il Polmone-Po fa le sue esperienze passate, sia fisiche che psichiche e da questo materiale getta le basi per l'azione presente.

Po è l'ultimo "Shen" a scomparire al momento della morte.

#### **HUN E I SOGNI**

Questo aspetto spirituale che ha sede nel Fegato, viene solitamente tradotto come "Anima", "Vigore".

Hun contiene

Hun contiene

di radicale Gui-fantasma, preceduto dalla parte fonetica Yun, la stessa di nuvola, di parlare e anche di seme di colza, rotolare, quindi con una forte idea di movimento(contenuta anche nell'elemento collegato ad Hun, il vento-fegato-primavera).

L'ideogramma Hun, formato dagli elementi parola e spettro, designa gli ordini e le difese degli spettri, degli antenati dopo la morte, con allusione all'eredità. Secondo Souliè de Morant gli elementi di questo piano sarebbero le memoria inconscia degli ordini-difese ereditari, così come la memoria dapprima cosciente, poi parzialmente inconscia, degli ordini-difese dell'ambiente sin dalla nascita.

Rispetto al Po, Hun è l'apetto Yang, il fuoco, accompagna lo Shen ed ha la caratteristica di agire. Può essere pensato come spirito dell'agire più che il movimento in senso concreto, tanto che si dice "lo Yang governa movimento e azione, perciò Hun può suscitare l'azione." A Hun fanno capo ideazione, creatività, fantasia e anche previsione che può divenire in alcuni casi chiaroveggenza.

Hun è il primo atto creativo, l'idea che porta alla realizzazione di qualcosa.

Hun permette di muoversi liberamente nel mondo del pensiero, dell'immaginazione e delle sensazioni. " Hun di giorno vive negli occhi, di notte risiede nel fegato; quando vive negli occhi esso vede, quando dimora nel fegato esso sogna. I sogni sono il vagare di Hun attraverso i nove cieli e le nove terre." Taiyi jinhua, cap2.

Hun, essendo di natura Yang ha la tendenza a salire verso l'alto.

'A tal proposito l'andare ed il venire caratterizza gli Hun, il loro è un movimento delicato e leggero, è un andare e venire che non fa rumore. Compiono voli misteriosi e lontani, soprattutto di notte quando si entra in un mondo in cui si dissolvono i limiti razionali del giorno che ci vincolano all'agire concreto. Si entra allora in un'altra dimensione in cui l'inconscio viene a galla,gli Hun volano lontano per raggiungere gli aspetti più profondi del nostro essere. Questo nostro andare e venire è sottile ma anche molto delicato.

Quanto più il cuore è calmo e sereno, tanto più gli Hun potranno volare liberamente e lontano, senza danni, senza timore che non facciano più ritorno. Ed allora, al ritorno dai loro viaggi porteranno doni meravigliosi che si chiamano fantasia, creatività, ideazione, chiaroveggenza e illuminazione. Sono regali che ci troviamo volte al risveglio, senza sapere da dove sono venuti ne come'.

Nell'ordine di manifestazione, lo Hun succede allo Shen di cui è l'ombra.

Vicino allo Shen, Hun se ne differenzia per la minor integrazione: gli attributi dello Shen sono la luminosità, la chiarezza, l'intelligenza, mentre a Hun appartengono gli stati fluttuanti, onirici, allucinatori e visionari.

Hun segue lo Shen, perciò se lo Shen non è tranquillo, integrato, ben radicato, Hun va errando. "Così se diciamo che Shen e Hun sono entrambi Yang, cosa significa che Hun va e viene seguendo lo Shen? La virtù-de dello Shen appartiene alla categoria della luminosità, della chiarezza, della coscienza. Se invece parliamo di Hun, appartengono ad esso gli stati di sogno e di sonno, l'assenza, le allucinazioni mutevoli, le fluttuazioni. Lo Shen è conservato nel cuore, perciò se il cuore è tranquillo lo Shen è puro; Hun segue lo Shen, perciò se lo Shen perde coscienza Hun va vagabondando". Leijing, libro III cap14.

#### Yi E ZHI

Yi e Zhi vengono collegati secondo il sistema di risonanza ed interazione tra i cinque elementi agli organi Milza e Rene, ma si riferiscono anche a stati o ad attività mentali di cui si occupano sia la riflessione filosofica, sia il linguaggio comune. Proprio per recuperare il senso delle varie accezioni di Yi e Zhi consideriamo il capitolo, "Benshen" del Lingshu nel cui contesto i cinque Shen sono inseriti all'interno di un processo di creazione, costituzione e strutturazione del pensiero.

Anche se traduzioni ed interpretazioni non sempre coincidono perfettamente, esse concordano comunque nell'individuare un processo in cui si passa da forme più aspecifiche come Hun e Po, ad una sequenza che inizia con il permanere del ricordo, prosegue con il formarsi dell'idea e con l'elaborazione del pensiero, si sviluppa nella progettualità, per arrivare infine all'agire correttamente: "Ciò che va e viene con lo Shen è detto Hun, ciò

che entra ed esce con il Jing è detto Po, ciò che si occupa delle cose è detto cuore, ciò che il cuore ricorda è detto Yi, il permanere di Yi è detto Zhi, conservare e trasformare attraverso Zhi è detto pensiero-si, fare progetti lontani attraverso il pensiero è detto riflessione-lu, trattare le cose attraverso la riflessione è detto saggezza Zhi."

Questa linea interpretativa si riscontra anche nei testi contemporanei cinesi, per cui Yi corrisponde in modo più specifico alla capacità della mente di cogliere la realtà esterna, registrarla e riportarla alla memoria: "Perciò Yi comprende tutto il processo di costituzione del pensiero che comprende le successione di dirigere l'attenzione, ricordare, riflettere, congetturare ed analizzare".

## YI Come "idea" e "come intento"

Questo aspetto spirituale che ha sede nella Milza, viene solitamente tradotto con "Idea", "Pensiero".

Il carattere Dè composto da Yin, "Suono" e dal radicale "Cuore", perciò per questa struttura ha dato origine ad interpretazioni che ne riportano il significato a "ciò che risuona nel cuore", oppure che ne privilegiano il senso di "suono-voce che proviene dal cuore". Nel termine sono quindi compresi sia aspetti di ordine cognitivo, quale il concetto di idea, sia elementi di tipo soggettivo quali l'intenzione che si mette nell'atto, il proposito

contenuto nell'agire. In questo senso i testi filosofici antichi intendono Yi come intelligenza conoscitiva che si muove in accordo con il Dao. Lo Yi rappresenta nell'ambito dei vari aspetti dello Shen la capacità di dare una forma, una concretezza a quanto ideato dallo Hun del fegato ed approvato dal cuore, affinché l'idea si materializzi, si definisca, si strutturi. E' quindi la capacità di organizzare e strutturare il pensiero. Ritroviamo ancora una volta il senso di solidità e centralità tipici della milza, che permette di formalizzare ciò che è presente nel

cuore, di dargli appunto una forma, attraverso parole, discorsi, comportamenti. La capacità di concentrazione, di organizzazione del pensiero e di memorizzazione sono quindi strettamente legate alla Milza.

A partire dalla definizione del Neijing "ciò che il cuore ricorda si chiama Yi" si dipartono i diversi significati che nel nostro modo di ordinare si rifanno essenzialmente ad un'area analitico-razionale e ad una emotivo-soggettiva. Yi è infatti traducibile con "idea", "pensiero", "opinione", "significato" ma significa anche "intenzione", "proposito", "attenzione", "aspirazione", "desiderio", "sensazione".

Nel Neijing il termine Yi assume il valore di significato ad esempio nella domanda sui diversi aghi: "Ho sentito parlare dei nove capitoli dei nove aghi.., vorrei capire fino in fondo il significato-Yi". Suwen cap27

La componente soggettiva del desiderio e dell'intento appare nella frase: "Lo Yi del cuore dell'uomo appare agli otto venti". Suwen cap 54.

Yi si trova anche riferito ad una sensazione di ordine emotivo: "Quando si ha mal di pancia è detto jue-rovesciamento, Yi non è felice, il corpo è pesante, c'è irrequietezza". Suwen cap. 69

Infine **nell'atto medico** Yi possiede una precisa valenza del pensiero, è l'intento che si deve avere nel fare terapia. Poiché questa sia efficace, il Neijing con la sua tipica concisione dice: "Tenere l'ago senza abbandonarlo, stabilizzare Yi", Suwen, cap 64.

## ZHI Come "volere", "emozione" e come "mente"

Questo aspetto spirituale che ha sede nei Reni, viene solitamente tradotto con "Volere" ed il suo significato più profondo è quello di una potenza che si esprime.

L'ideogramma Zhi è composto dal radicale Xin che significa 'Cuore', 'Intenzione', 'Sentimenti', 'Natura' e dal radicale Shi che significa 'Letterato', 'Funzionario'.

Da ciò si evince che Shi è l'esecuzione delle intenzioni, la realizzazione di un desiderio, l'intenzione nell'esecuzione, è la volontà (tensione del cuore). Questo volere rappresenta la capacità di tradurre in azione le spinte vitali espresse dallo *Shen* del Cuore.

E' la capacità di focalizzarsi su degli obbiettivi e di perseguirli e la sua potenza nasce quindi da una conoscenza reale e profonda di sapere cosa fare e come farlo, la decisione e l'azione ne scaturiscono allora spontaneamente, senza forzatura. E' dote innata (Cielo Anteriore), ma anche coltivabile mediante la pratica (Cielo Posteriore).

Non è naturalmente un caso che questo aspetto dello Shen sia collegato ai Reni che sono detti la base della vita stessa ed il primo atto che rende possibile la vita è il voler vivere.

Il voler vivere è questa forza di potere incommensurabile che genera tutte le manifestazioni di vita dell'universo. Dalle rotazioni delle galassie al crescere di un filo d'erba, tutto esiste perché mosso da un inconscio e profondo desiderio di vivere. Questo stesso volere infinito trova poi espressione e dimora nei reni, fonte e base della vita.

Il volere è anche qualcosa di più individuale, sono i desideri e le aspirazioni soggettive, come si legge nel Neijing: "Tutti desiderano che il proprio volere/sentimenti-Zhi siano assecondati".

Zhi significa anche attività della mente in senso lato. Wiseman lo traduce in primo luogo con Mind.

Spesso, quando il discorso si riferisce a un luogo dove avvengono attività mentali si parla in alternativa di Zhi oppure di Shen o di Cuore, con significato sovrapponibile.

Nei testi contemporanei il termine corrente per dire "Mente"è Shenzhi, ma esso si ritrova anche nei classici. In medicina vi si riferisce con la tipica frase "calmare lo Shen e stabilizzare la mente" (anshen dingzhi).

L'accezione specifica di mente è chiara ad esempio nei passaggi che descrivono la folliadiankuang come perdita di Zhi o in frasi quali: "Se Qi nutritizio e Qi difensivo sono entrambi in vuoto, si hanno parestesie e perdita in funzione, i muscoli sono come insensibili, nell'uomo corpo e Zhi non esistono l'uno per l'altro". Suwen, cap.34

#### **EMOZIONI E PATOLOGIE CORRELATE**

Le emozioni modificano i movimenti del Qi.

In genere le alterazioni emotive compromettono in prima istanza il livello funzionale del Qi per poi produrre danni organici.

E' associata al fuoco-cuore.

Va ricordato che vi è una differenza tra Xi e Le per cui la prima è un'allegria più vicina a uno stato euforico mentre la seconda è una gioia più armonica, mentre l'euforia o eccesso

di gioia si esprime nel paziente per lo più come uno stato di eccitazione magari lieve ma continua, un essere sempre sopra le righe. Le persone sono in genere iperattive, comunicano un senso di agitazione, si riempiono la vita di impegni e di divertimenti e spesso più sono angosciate più devono darsi da fare. Altri sintomi associati sono la scarsa concentrazione e l'insonnia, inoltre l'incapacità di sentirsi nel posto in cui si è o di riconoscersi in ciò che avviene. Il fuoco, con le sue fiamme agitate, si può manifestare anche in atteggiamenti di grandiosità maniacale.

Quando c'è "Euforia, il Qi si allenta", si perde il centro, tutto sfugge. Colpita l'armonia del cuore con la sua azione integrante, l'insieme si disgrega.

E nei quadri estremi si ha la frammentazione delle varie parti: sono gli stati deliranti delle psicosi, nelle quali viene perso il riconoscimento della realtà.

IL SOGGETTO FUOCO: YANG. E'il classico amicone con gli altri animali. Scodinzola con gli estranei. Gli piacciono le coccole. Si lascia massaggiare. Non è paziente. E' facilmente eccitabile e molto sensibile agli aghi.

## 非 TRISTEZZA-BEI 心EDIL PO

E' associata al metallo-polmone.

Bei significa "tristezza, dolore, pena, angustia, melanconia".

Quando c'è tristezza, "il Qi si dissolve". Il dolore consuma la vita, il Qi si esaurisce ed è proprio questa la sensazione, fin troppo precisa, che non rimanga più nulla. Il paziente è schivo ma non sempre la tristezza è facilmente riconoscibile poichè se la ferita è molto profonda egli si ritira, come se contatto e comunicazione rischiassero di far fuggire un pò di Qi. Ovviamente, nella maggior parte dei casi, il dolore non è così pervasivo ma si tratta di un'angustia che va identificata nella la pena della vita.

Un tono piangente-lamentoso (pianti e lamenti sono del polmone) può aiutare a rintracciare la tristezza.

IL SOGGETTO METALLO: YIN(YIN/YANG). Non ha problemi con gli altri ma preferisce la solitudine. Con gli estranei è indifferente. E'paziente. E'timido, non osa. Si lascia trattare ma sta sulle sue.

### 奴 COLLERA-NU 心 E LO HUN

E' associata al legno-fegato.

Nu significa "collera, rabbia, ira".

E' importante seguire questo movimento del Qi che sale poiché questo moto repentino, immediato ed incontrollabile in seguito agli eventi più svariati è come un grido interno(il gridare-urlare è del fegato), è quell'irritazione che proviene anche da piccole cose, può essere anche solo un'insofferenza, ma è sempre pronta lì a scattare e possiamo percepire come tutto rimanga in tensione, come il polso a corda di violino Xuan, tipico del fegato.

E'importante sottolineare che questo movimento può non avere un seguito immediato, non esprimersi cioè in modo diretto nelle parole o negli atti, per un suo naturale rientrare, se non è troppo potente, oppure per una costrizione che lo tiene a bada giudicandolo inopportuno con infelici conseguenze sull'equilibrio psichico.

Ricordiamo anche che la relazione tra paura ed aggressività viene riconosciuta nel Neijing quando afferma che se il Qi di fegato è in vuoto, c'è paura.

IL SOGGETTO LEGNO: Yang. Costituzione longilinea. Può essere aggressivo con altri animali. Abbaia o attacca le persone. Non è paziente. E'sempre attento. E'eccitabile. Si lascia trattare con gli aghi e accetta il massaggio ma per un tempo limitato.

## PENSIERO-SI LO YI

E' associato alla terra-milza.

Si significa "pensare, considerare, deliberare".

Nella pratica clinica il meccanismo più comune rimane la rimuginazione ossessiva, i pensieri circolari che non si trasformano ne generano azione.

Il pensiero è in relazione alla milza, il cui Qi esplica funzioni di trasformazione e trasporto, così possiamo dire che analogicamente ad un pasto pesante, i pensieri pesanti sovraccaricano questo movimento e diventano rimuginazione.

Se c'è un pensiero, allora il Qi si annoda ed un QI che si ostruisce e si chiude corrisponde a sintomi somatici di oppressione, gonfiore, pesantezza. Il paziente, tende a tornare continuamente con il pensiero a ciò che è accaduto,è preoccupato da pensieri ricorrenti fino a soffrire di ossessioni vere e proprie. In cui la mente non può che ripetere gli stessi percorsi all'infinito.

IL SOGGETTO TERRA:YIN(YIN/YANG). E'socievole con gli altri animali. E'paziente e facilmente gestibile. Lento. Si lascia toccare. E' dolce. Tendenzialmente soprappeso. Con gli estranei ha reazioni minime. E' facilmente addestrabile.

## paura-kong 心 e lo zhi

E' associata all'acqua-rene.

Essa è la radice delle altre emozioni, vi sono collegate la collera dell'aggressività, la tristezza della mancanza e della perdita, il pensiero che tenta di controllare tutto, l'euforia che nasconde il panico della disperazione, la paura che le abbraccia tutte.

Mentre lo spavento è la risposta a una minaccia improvvisa e in genere reale, paura e timore sono invece in relazione ad uno stato in continua attesa di qualcosa di pericoloso e in molti casi si riferiscono ad una sensazione persistente, pervasiva, spesso indeterminata. IL Suwen dice: "spavento, allora il Qi va in disordine", e "Paura, allora il Qi scende".

Più che di paura di qualcosa di specifico, è spesso un timore che possa succedere qualcosa, paura di quello che può portarci il futuro: più semplicemente possiamo parlare di ansia. Si tratta di quel sintomo "facili sussulti ai rumori improvvisi, che ricorre nella descrizione delle sindromi, di quei casi di agitazione e di paura profonda che invade alcune persone appena un loro caro è un po' in ritardo, o del vero e proprio disturbo da attacco di panico.

IL SOGGETTO ACQUA: YIN. E' timido con gli altri animali, scappa. Con gli estranei scappa. E'paziente e non è agitato. Con le persone ha paura, può morsicare. Si nasconde. E'sensibile agli aghi.

#### PROCESSI PATOGENETICI E RELATIVE SINDROMI

Le emozioni sono movimenti del QI.

Qualora la forza dell'emozione risulti eccessiva si avrà un'alterazione dei movimenti fisiologici del qi e quindi malattia. In particolare la tristezza consuma il Qi e la vita, l'euforia disperde lo Shen, preoccupazioni ed angustie ostacolano il fluire del QI, la collera porta a smarrimento e a perdita di controllo, la paura confonde e agita lo Shen, fa scendere il Qi. Nel Suwen si legge: "So che tutte le malattie nascono dal QI. Collera, allora il QI sale. Euforia, il QI si rilascia. Tristezza, il Qi si dissolve. Paura, il QI scende. Freddo, il QI si contrae. Calore, il QI deborda. Spavento , il Qi diventa disordinato. Fatica, il Qi si esaurisce. Pensiero, il QI si annoda."

Queste alterazioni del movimento del QI costituiscono la base da cui si sviluppano i diversi quadri clinici con le loro manifestazioni sintomatiche.

### PRINCIPALI QUADRI DI PIENO-SHI

Il pieno è sempre patologico. Nei quadri che riguardano lo Shen il pieno consiste essenzialmente nel ristagno o nella costrizione del Qi, nell'eccesso di calore o di fuoco che agitano sangue e Shen, nell'accumulo di flegma che ostruisce gli orifizi del Cuore o infine nella stasi di sangue che ne ostacola il nutrimento.

#### **RISTAGNO DI QI DI FEGATO**

#### **EZIOPATOGENESI**

Un ristagno di emozioni corrisponde al ristagno di Qi, tutte le emozioni che permangono a lungo agiscono sul Qi, ostacolandone il movimento fisiologico e viceversa, un Qi che circola con difficoltà, non permette alle emozioni di scorrere. Di questa costrizione risente in particolare il Qi di fegato, dato il suo ruolo principe nel favorire la circolazione del Qi. Frustrazioni, rabbia repressa, risentimento, sono tutti sentimenti correlati alla collera e colpiscono in modo particolare il fegato. Un pieno di Qi di fegato genera il movimento dell'ira e quando il Qi ristagna si manifesta nello stato di irritabilità.

#### **EVOLUZIONE**

Il ristagno di QI di fegato può evolversi in :

- Trasformazione in fuoco, che si può trasmettere a stomaco, polmone e/o cuore, oppure consumare lo yin con risalita di yang di fegato in alto ed eventuale liberazione di vento.
- Attacco dell'elemento terra, con alterazione dell'appetito, della digestione e dell'alvo:una delle sindromi più comuni è la disarmonia tra fegato e milza.
- Ribellione dell'elemento controllante metallo, con disturbi a livello toracico e respiratorio.
- Trasformazione in annodamenti del Qi con produzione di flegma, che può offuscare gli orifizi del cuore.
- Stasi di sangue poiché manca il movimento fornito dal Qi.

#### SINTOMATOLOGIA CLINICA

- Irritabilità, instabilità dell'umore.
- Tensione muscolare, astenia psicofisica, sonno poco riposante.
- Oppressione al petto, sospiri frequenti, sensazione di peso o dolore all'ipocondrio

- Fastidio epigastrico, eruttazioni, rigurgiti acidi, nausea, disturbi dell'appetito.
- Meteorismo, gonfiore addominale, alvo alterno.
- Dismenorrea, alterazioni o irregolarità del ciclo.
- Lingua normale o con bordi rilevati-contratti.
- Polso a corda.

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

Regolare il Qi di fegato, risolvere il ristagno.

Punti principali, LI4, LI3, SP4, PC6, GB20, GB34 altri punti: PC7, LR2, SP3, ST36, BL20, BL21, LU9, LU1, BL13, GB13, PC5, ST40, BL17, SP10, LU7, KI4, GB41, BL18, BL19, LR5, LR13, LR14.

#### **FUOCO DI CUORE**

Il ristagno di Qi di fegato si trasforma con grande facilità in calore e fuoco che possono trasmettersi al cuore e attaccare lo stomaco. Anche ogni altra stasi, accumulo, che persista nel tempo genera calore e fuoco, che facilmente colpiscono lo Shen.

Tutte le emozioni ed i modus vivendi quando diventano patologici possono trasformarsi in fuoco e danneggiare il cuore.

Data la sua natura yang, il calore si muove naturalmente verso l'alto anche nei casi in cui si produce nel jiao medio e inferiore e tende ad accumularsi nel jiao superiore, disturbando lo Shen.

#### **EVOLUZIONE**

- Il fuoco attiva troppo intensamente lo Shen, lo agita e lo esaurisce.
- Può trasmettersi alla terra, con fuoco di stomaco.
- Può trasmettersi al piccolo intestino e attraverso il taiyang alla vescica, per cui irritabilità, sete e segni di fuoco al cavo orale si aggiungono diuresi scarsa con bruciore alla minzione e urine cariche o ematuria.
- Può asciugare i liquidi e dare origine a flegma-fuoco
- Può penetrare nel sangue e agitarlo, causandone così la fuoriuscita dai vasi ed emorragie.
- Nel tempo esaurisce il Qi e danneggia lo Yin dando luogo ad un quadro di fuoco da vuoto di Yin
- Può asciugare e consumare il sangue, con quadri di vuoto o di stasi di sangue.
- Può interferire con la regolazione di cuore e utero attraverso il canale di collegamento baomai o disturbando remai e chongmai.
- Può penetrare nel sangue e risultare in malattie febbrili con offuscamento del pensiero e disturbi della coscienza.

#### SINTOMATOLOGIA CLINICA

- Irrequietezza, irascibilità, insonnia, palpitazioni.
- Sete o bocca secca.
- Stipsi, urine cariche.
- Emorragie
- Lingua di forma allungata; fessurazione longitudinale lunga e profonda, colore rosso(fuoco), rosso scuro(calore nel sangue);bordi rossi e gonfi(fuoco di fegato), punta rossa(fuoco di cuore); presenza di punti rossi;induito giallo e grasso(flegma) o secco(deficit di liquidi), o quasi nero(grave consumo di liquidi da parte del fuoco).
- Polso pieno, rapido.

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

Eliminare il fuoco, risolvere il ristagno e calmare lo Shen.

Punti principali, HT8(o PC7), KI3

#### **FUOCO DI FEGATO E FUOCO DI STOMACO**

Il fuoco di cuore spesso è associato a fuoco di fegato e di stomaco.

#### **FUOCO DI FEGATO**

- Deriva dalla costrizione e dal ristagno di Qi(irritabilità, fastidio o dolore all'ipocondrio, senso di oppressione).
- Disturba cuore, Shen e sangue(palpitazioni, irrequietezza, insonnia).
- Divampa verso l'alto(cefalee shaoyang, occhi arrossati, vertigini e acufeni).
- Invade lo stomaco(rigurgiti acidi, bruciore e sensazione di vuoto allo stomaco).
- Si ribella al polmone(oppressione del respiro, tosse secca).

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

LR2, Punti di GB da GB1 a GB20.

#### **FUOCO DI STOMACO**

- Proviene spesso dal fuoco di fegato che invade lo stomaco o dal fuoco di cuore che si trasmette direttamente allo stomaco.
- Viene alimentato da cibi che producono calore tossico.
- Sale a manifestarsi con segni e sintomi a livello del tratto superiore del canale yangming(irritazione o ulcere del cavo orale, ascessi o infiammazioni delle gengive, cefalee frontali).
- Produce calore al viscere(alitosi, bruciore epigastrico, rigurgiti acidi, sete di bevande fredde, appetito frequente o eccessivo, vomito post-prandiale, stipsi).

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

ST44, ST21, altri punti: SP6, HT6,KI6, SI3, SI7,CV3, BL40, PC5, ST40, BL17,SP10, BL15, BL44, HT7.

#### **OSTRUZIONE DA FLEGMA-TAN**

Il flegma è sempre patologico e si può produrre nelle seguenti situazioni:

- La milza non esplica correttamente la sua funzione di trasformazione e trasporto, per cause emotive, alimentari, congenite oppure perché viene invasa dal fegato.
- Ci sono carenze nella funzione di diffusione e discesa del polmone o nella funzione di regolar ele vie dell'acqua del rene.
- Il ristagno di Qi rallenta la circolazione dei liquidi.
- Un calore o un fuoco, sia pieno che vuoto, asciuga i liquidi.
- IL Qi costretto ristagna-zhi, si annodajie, si accumula-chu, si addensa-ning in flegma.

#### **EVOLUZIONE**

- Il ristagno di flegma può produrre calore, con quadri di flegma-fuoco.
- Il flegma si può insediare in ogni zangfu, canale o regione del corpo.
- L'ostruzione degli orifizi del cuore porta a disturbi della coscienza più o meno gravi.

#### SINTOMATOLOGIA CLINICA

Coprono un arco di patologie che vanno dal catarro dell'albero respiratorio fino all'ostruzione degli orifizi del cuore. Si possono insediare in tutti gli oorgani, nei canali e in tutte le zone del corpo(testa, gola, torace, addome, arti), con sintomi e segni differenti secondo la localizzazione prevalente.

- Sonnolenza.
- Vertigini, cefalee, disturbi della vista, disturbi dell'equilibrio.
- Difficoltà di concentrazione, scarsa memoria, scarsa reattività, perdita di coscienza, crisi convulsive.
- Palpitazioni, oppressione toracica, catarro dell'albero respiratorio, sospiri.
- Peso epigastrico, nausea, gonfiore addominale.
- Artralgie con deformazione articolare.
- Parestesie, ipoestesie, paresi.
- Lipomi, aumento di volume dei linfonodi, noduli tiroidei.
- Calcoli biliari e renali.
- Lingua con induito grasso.
- Polso scivoloso, in casi più gravi annodato.

#### FLEGMA-FUOCO

- Sonno interrotto.
- Stipsi, urine cariche.
- Agitazione, confusione mentale, deliri e allucinazioni, crisi convulsive, perdita della coscienza.
- Lingua con induito giallo e grasso.
- Polso rapido, pieno, scivoloso.

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

Trasformare il flegma, tonificare il Qi di milza, muovere il Qi, liberare gli orifizi del cuore, calmare lo Shen, eliminare il calore se è presente.

PC5,ST40,altri punti: LI4, LI3 GB34, PC6, SP3, ST36, BL20, BL21, LU9, LU1, BL13,LU7,KI4.

#### STASI DI SANGUE-XUE

#### **EZIOPATOGENESI**

Può derivare da cause emotive, in genere in seguito ad un ristagno di Qi o a calore che asciuga il sangue o ad un esaurimento del Qi. Questo quadro accompagna altre alterazioni patologiche che persistono nel tempo.

- Ristagno di Qi che non muove il sangue.
- Calore interno ceh condensa e blocca il sangue.
- Vuoto di Qi e Yang per cui la funzione di movimento è carente.
- Vuoto di sangue
- Vuoto di Yin per cui mancano i liquidi che fanno fluire liberamente.
- Freddo interno che rallenta la circolazione.
- Traumi fisici che causano stasi locale.

#### **EVOLUZIONE**

- Emorragie(intermittenti e scure, mentre quelle da calore sono più improvvise e abbondanti), perché la stasi blocca il sangue che si accumula e viene forzato fuori dai vasi, o perché produce calore che muove il sangue disordinatamente.
- Vuoto di sangue, poiché la stasi impedisce la generazione di nuovo sangue.

- Calore nel sangue.
- Vuoto di Qi a cui manca il nutrimento(il sangue è madre del Qi).

#### SINTOMATOLOGIA CLINICA

- Irrequietezza, continuo stato di allarme, disturbi del sonno e della memoria, labilità emotiva.
- Palpitazioni, senso di costrizione e dolore cardiaco che può salire alla gola o irradiarsi al dorso.
- Aggravamento dei sintomi durante la notte(agitazione,palpitazioni, cefalea).
- Bocca secca, colorito scuro.
- Lingua porpora, rosso viola(calore) o pallida bluastra(vuoto), presenza di petecchie, vasi sublinguali congesti.
- Polso ruvido, in casi più gravi può essere annodato.

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

Muovere il sangue, attivare il Qi e calmare lo Shen.

Punti principali: PC4, BL17, SP10, SP6, altri punti: LI4, LR3, GB34, PC6, PC7, LR2, ST36, BL23, BL18, BL20, BL15, BL44, HT7.

#### PRINCIPALI QUADRI DI VUOTO-XU

#### VUOTO DI CUORE E MILZA

#### **EZIOPATOGENESI**

Un'alterazione grave o persistente dell'equilibrio di Yin e Yang tende ad esaurire il Qi risultando in quadri di vuoto. La malattia aumenta il consumo di Qi e ne rende più difficile la ricostituzione.

Dolore, tristezza e sofferenza esauriscono il Qi, così come consumano i lQi le malattie croniche, l'affaticamento e l'eccesso di attività, gli accumuli di patogeni e i deficit di sangue.

Il vuoto di Qi genera anche uno stato di vuoto di sangue per cui lo Shen non viene nutrito e vaga senza dimora. Nella clinica dei disturbi dello Shen il vuoto di milza e cuore, sinonimo di vuoto di Qi di milza e di sangue di cuore è una condizione estremamente frequente.

#### SINTOMATOLOGIA CLINICA

- Palpitazioni, irrequietezza, ansia, insonnia, mancanza di memoria.
- Astenia, affaticabilità, labbra e viso pallidi.
- Lingua pallida, gonfia o sottile a seconda che prevalga il vuoto di Qi o di sangue.
- Polso sottile, debole.

#### **VUOTO DI SANGUE**

- Parestesie, ipoestesie, prurito sine materia.
- Secchezza degli occhi, disturbi della vista, spasmi muscolari.
- Pelle secca, unghie fragili, capelli deboli, colrito spento e labbra pallide.
- Ciclo ritardato fino all'amenorrea
- Lingua pallida, punta indentata se grave.

• Polso sottile, debole, a pelle di tamburo se grave.

#### VUOTO DI QI

- Stanchezza fisica e mentale, faticabilità
- Respiro corto, sudore con sforzi minimi, colore pallido.
- Voce debole.
- Tendenza alla freddolosità e facilità alle invasioni di freddo esterno.
- Aggravamento dei sintomi dopo lo sforzo.
- Lingua pallida, improntata o molle.
- Polso debole, corto o rallentato.

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

Tonificare il Qi, nutrire il sangue, calmare lo Shen.

Punti principali, HT7, ST36, SP6(o SP3), KI4, HT5(o LU7), BL15, BL44, GV11, GV24(o EX3 YINTANG), CV17o CV14 o CV12), CV6(o CV4).

#### **QUADRI SPECIFICI**

#### **VUOTO DI QI DI MILZA**

- Sensazione di affaticamento e di pesantezza che aumenta dopo i pasti.
- Diminuzione dell'appetito, gonfiore, feci poco informate o diarrea.
- Emorroidi, perdita di urine con lo sforzo.
- Facilità al sanguinamento.
- Lingua molle e improntata.
- Polso vuoto, debole.

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

SP3, CV12, BL20, BL21,, GV20, LR3, LR13, SP15, ST25, CV6, SP9, ST37, ST39, PC5, ST40.

#### **VUOTO DI YANG**

- Maggiore gravità di tutti i sintomi presenti nel vuoto di Qi.
- Sensazione di freddo, arti freddi, sudore spontaneo.
- Dolore o freddo alla regione lombare o alle ginocchia:vuoto di Yang di rene.
- Poliuria, incontinenza, diarrea all'alba: vuoto di Yang di rene.
- Diarrea grave, con cibo non digerito: vuoto di Yang di milza.
- Edemi: vuoto di Yang di milza o rene(edemi declivi).
- Aritmie:vuoto di Yang di cuore.
- Sudore freddo, arti gelidi, dispnea, cianosi, perdita di coscienza: collasso dello Yang.
- Dolore cardiaco improvviso e grave: collasso dello Yang di cuore.
- Lingua molto molle, pallida anche in punta.
- Polso debole, profondo, lento, galleggiante.
- Polso intermittente o nascosto: collasso dello Yang.

### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI BL23, BL52, GV4, KI3, KI7

#### VUOTO DI QI DI CUORE E VESCICA BILIARE

- Incertezza, indecisione, mancanza di coraggio e di determinazione.
- Stato di apprensione e di allarme.
- Sogni che risvegliano il paziente nel terrore, palpitazioni.

PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI BL19, GB40, GB24, GB34

#### **VUOTO DI SANGUE DI FEGATO**

- Sonno disturbato, parestesie, vertigini, acufeni, cefalee
- Vertigini, acufeni, cefalea, tremori, contratture, convulsioni e perdite di coscienza: Yang in alto e vento.
- Occhi arrossati e dolenti,bocca amara, induito giallo: fuoco di fegato.
- Lingua con bordi pallidi.
- Polso sottile, debole, a pelle di tamburo se grave, ruvido se c'è anche stasi di sangue.

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

BL17, BL18, LR8, LR3, GB20, GB21, GB7, GB12, GB43, GB13, Taiyang, HT6, SP6, KI6

#### VUOTO DI YIN DI CUORE, CON FUOCO DA VUOTO

#### **EZIOPATOGENESI**

Anche il vuoto di Yin come nel caso di vuoto di Qi e di sangue, risulta da condizioni patologiche croniche, siano esse emozioni, malattie croniche o abitudini di vita quali eccesso di attività sessuale o lavoro mentale. Quest'ultimo tende a nuocere più lo Yin della fatica fisica, le emozioni infatti vanno a colpire direttamente lo Yin.

Se lo Yin di rene è in deficit non può nutrire il cuore, lo Shen ha la sua radice nel Jing e se il Jing è insufficiente lo Shen è colpito. Se l'acqua del rene non controlla il fuoco del cuore ne segue disequilibrio tra yin e yng, agitarsi del fuoco ed irrequietezza dello Shen.

#### SINTOMATOLOGIA CLINICA

- Lingua rossa o con punta rossa, secca, fessurata, induito assente oppure scuro alla base se il cuore ha consumato lo Yin.
- Polso sottile, rapido.

Segni di vuoto di yin di cuore con calore da vuoto: palpitazioni, irrequietezza, mancanza di memoria, stato di allarme, ansia, sonno interrotto.

Segni di vuoto yin di rene con calore da vuoto: acufeni, vertigini, debolezza o dolore alla zona lombare o alle ginocchia; sudori notturni, bocca asciutta, calore ai cinque centri, diuresi frequente con urine cariche, feci secche.

#### PRINCIPI TERAPEUTICI E RELATIVI PUNTI

Nutrire lo Yin di cuore e rene, eliminare il fuoco da vuoto, calmare lo Shen.

Punti principali, HT6, KI6, KI4, HT7, SP6 altri punti: BL23, BL52, GV4, KI4, KI3, GV20, GV24, LU1, LU9, BL13, BL42, BL43, LU3, EX1 SHENTING, Ex3 YINTANG.

#### **VISITA CLINICA**



Come ben sappiamo la Medicina Tradizionale Cinese conferisce grande importanza nella fase diagnostica, all'osservazione delle manifestazioni esterne dell'animale malato. Queste infatti, ci consentono di conoscere cosa sta avvenendo all'interno del soggetto, poiché tutte le patologie degli organi interni inducono manifestazioni sulla superficie del corpo.

Vorrei sottolineare come la fase ispettiva della diagnosi inizia proprio con la valutazione dello Shen. Ling Shu dice infatti "Perdere il mentale è la morte, recuperare il mentale è la vita".



Come sappiamo Shen è il risultato dell'insieme dei fenomeni fisiologici che intervengono nella trasformazione di Qi in energia mentale.

Lo stato dello Shen di un soggetto si valuta perciò osservandone:

- Gli occhi che possono essere luminosi o spenti
- Le espressioni della faccia e la mobilità dei padiglioni auricolari
- La postura e l'atteggiamento della colonna vertebrale(GV)
- La qualità e la coordinazione dei movimenti
- Il comportamento generale

Trung Y Hoc afferma: "L'esame della trasformazione dell'energia mentale permette di conoscere non lo stato di debolezza o di forza dell'individuo, ma anche il livello di gravità della malattia a scopo prognostico; infatti patologie con manifestazioni cliniche gravi, ma con coesistenza di un buon stato mentale, prevedono una prognosi favorevole; al contrario, patologie con manifestazioni cliniche lievi, ma con coesistenza di un cattivo stato mentale, prevedono una prognosi sfavorevole."

Mentre il So Wen sostiene a proposito della volontà del paziente a recepire i trattamento terapeutico: "Colui che non si presta al trattamento non guarirà mai: il trattamento rimarrà senza effetto".

Perciò l'esame dello Shen assume sia una valenza diagnostica quanto prognostica.

"La casa dello Shen è il Cuore." Barbara Kirshbaum nei suoi testi ha dedicato ampio spazio alla semeiotica della lingua da cui si possono trarre delle indicazioni sull'ambito che viene fornito allo Shen come dimora: la lingua mostra le condizioni energetiche del Cuore che è

la residenza dello Shen, evidenzia inoltre lo stato di Yin e sangue che lo nutrono e lo radicano e le alterazioni di Qi, liquidi, essenza, organi, che partecipano alla qualità della vita emotiva e mentale.

Tuttavia ella ci ricorda che Shen va al di là di Yin e Yang per cui non può essere giudicato nei termini di forza e debolezza né può essere valutato direttamente dalla lingua.

## a) SHEN E DIAGNOSI DELLA LINGUA

L'esame della lingua inizia con l'osservare il suo Shen. Una lingua ha Shen quando è vitale, cioè quando ha un aspetto fresco e lucente.

Il suo corpo linguale, il colore la forma ed l'induito riflettono le condizioni energetiche che garantiscono il nutrimento dello spirito.

In una lingua normale il colore è rosso chiaro, le dimensioni e lo spessore sono coerenti con la costituzione dell'individuo, il corpo linguale è morbido, compatto e mobile, la superficie è liscia e moderatamente umida, l'induito è presente, sottile e bianco, equamente distribuito e ben radicato (alla radice può essere più spesso), le vene sublinguali non sono congeste.

Lo Shen dimora nel Cuore il quale per adempiere a questa funzione deve essere nutrito da sangue e Yin. La mente infatti può prosperare solo quando sangue ed Yin sono in buono stato. Allora si dorme bene e le facoltà mentali ed emotive sono vigorose.

Per quanto concerne la diagnosi della lingua è soprattutto la punta della lingua che rivela le condizioni del Cuore. Essa è l'area topografica che corrispondendo al Cuore e ne rivela le eventuali patologie. Cambiamenti della forma e del colore di quest' area indicano le disarmonie del Cuore e quindi le alterazioni delle condizioni della dimora dello Shen.

- Ad esempio, in caso di insufficienza di sangue di Cuore, il colore del corpo linguale sarà sempre pallido. Se l'insufficienza di sangue perdura a lungo, la punta non sarà solo pallida ma mostrerà anche un' indentatura pronunciata. Ciò è dovuto al fatto che la carenza cronica di sangue non permette di riempire la punta della lingua che viene perciò privata della sua forma naturale. I soggetti che presentano questo tipo di lingua sono in genere molto ansiosi, con una tendenza a sussultare facilmente o ad avere difficolta' ad addormentarsi.
- Quando invece l'insufficienza di sangue di cuore evolve in calore vuoto, la punta diventa rossa e poiché il calore agita lo spirito, il soggetto risulta più irrequieto.
- Quando la comunicazione tra Rene e Cuore (acqua e fuoco) è disturbata, il quadro
  clinico mentale può diventare molto grave. Se vi è una sottostante insufficienza di
  Yin di rene, lo Yin di cuore resterà privo di nutrimento ed il calore vuoto che ne
  deriva produrrà insonnia, ansia, sudorazioni notturne, agitazione e nervosismo. In
  questo caso il corpo linguale sarà rosso e la punta della lingua marcatamente
  arrossata, mentre l' induito sarà poco evidente.
- Per quanto concerne il fuoco di Cuore che divampa invece, la punta della lingua sarà molto rossa o incurvata verso l'alto ed il corpo linguale sarà rosso e coperto da un induito giallo, spesso e grasso. Naturalmente l'agitazione mentale sarà più

marcata ed il soggetto tenderà ad essere molto agitato, con sete, insonnia e talvolta presenterà afte nel cavo orale.

 Il fuoco di Cuore danneggia i fluidi e questo può comportare la formazione di flegma-fuoco che disturba il Cuore. Ciò può esitare in gravi disturbi mentali che in medicina umana vengono descritti sotto forma di allucinazioni, eloquio incoerente, confusione mentale e depressione. I segni che si evidenzieranno sulla lingua saranno una fessurazione longitudinale al centro della lingua con induito giallo, secco e granuloso ed il colore della lingua e della punta sarà più o meno marcato.

In medicina umana si sottolinea l'esistenza di segni che denotano disarmonie costituzionali del cuore e che a lungo andare possono influenzare lo Shen. Un esempio consiste nelle lunghe fessurazioni longitudinali al centro del corpo linguale (che iniziano nel terzo posteriore e si estendono fino alla punta della lingua o quasi). Se il suddetto segno si associa ad un corpo linguale arrossato può indicare una tendenza costituzionale a sviluppare calore nel Cuore. Le persone con questo segno possono avere la tendenza ad iper-reagire, a preoccuparsi molto, a dubitare di se stesse e ad avere un umore instabile.

### b) IL POLSO DEL SENTIMENTO

Anche la valutazione del polso assume una rilevanza per quanto concerne la valutazione dello Shen. Ricordiamo che i globuli rossi sono i messaggeri del Cuore e portano l'ordine dell'Imperatore a tutto l'organismo.

Le evidenze cliniche hanno evidenziato come le qualità manifestate dal polso sono in stretta relazione con lo stato emotivo dei pazienti.

Per quanto riguarda la frequenza del polso va detto che la variazione dell'intensità dei battiti manifesta uno stato di tensione spesso generato da eventi stressanti che provocano conflitti interiori.

L'ambiente esterno influisce in modo sostanziale sullo Shen e sul il Qi di un organismo.

Dicevamo quindi: una frequenza molto elevata ci può indicare un vuoto di sangue che può essere accompagnato a sintomi quali insonnia, scarsa memoria, agitazione.

Mentre una frequenza che varia ripetutamente a riposo è segno di uno spirito inquieto e di uno stato d' animo che cambia facilmente.

Anche la forma dell'onda è in relazione con le condizioni psicoemotive.

Al polso si possono percepire vibrazioni più o meno fini sia a livello superficiale che profondo. Le vibrazioni superficiali e fini significano delle preoccupazioni transitorie, mentre quelle più grossolane che coinvolgono tutte le profondità del polso possono essere messe in relazione a sensi di colpa e paure.

La percezione di un polso"soffice"-cioè di una specie di sostanza soffice che si avverte passando dalla superficie alla profondità nella presa del polso- è tipica del cosiddetto "polso triste", associato ad un ristagno di Qi e ad uno stato emozionale caratterizzato da rassegnazione e tristezza nei confronti di una situazione percepita come non modificabile e accettata malvolentieri.

Un polso scivoloso indica invece la presenza di flegma che offusca gli orifizi del Cuore. In questo caso se il polso è scivoloso e lento, prevale in genere la condizione depressiva con

ritiro psichico, mentre se diventa rapido e scivoloso, predomina lo stato maniacale ed estroverso.

Un polso veloce (ricordiamo che la frequenza va sempre valutata in relazione all'età del soggetto), testimonia presenza di calore. Il Qi di fegato costretto genera nel tempo calore ed il polso acquisisce caratteristiche di rapidità e tensione.

Un polso particolarmente rapido che batte con forza, sta a significare uno Yang di Fegato che tende a salire e a produrre facilmente scatti di ira e collera.

IL polso di un soggetto con sistema nervoso "teso", è comunque generalmente rapido e teso in tutte o quasi le posizioni a livello superficiale.

Un polso lento viene associato con la presenza di freddo all'interno dell'organismo ma può essere associata anche a deficit di Qi o di Yang di Cuore.

Un polso sottile significa un vuoto di sangue ed è di comune riscontro nelle patologie psichiche da vuoto di sangue quali irrequietezza, insonnia.

Le qualità cedevoli e con vari gradi di vuoto rivelano dal punto di vista psicologico disequilibrio, smarrimento.

Inoltre è interessante valutare che un polso vuoto a livello della posizione distale destra ( Polmone) può significare dolore, rimpianto inconsolabile, difficoltà di fronte ai cambiamenti, con incapacità di accettare il nuovo e lasciare il passato.

A livello della posizione media destra (Fegato) le qualità vuote possono invece significare una tendenza a vivere in un stato di costante delusione, con piani grandiosi mai attuati, frustrazioni continue ed una tendenza all'instabilità emotiva, in particolar modo alla rabbia. Un polso vuoto nella posizione media sinistra (Milza)mostra invece una tendenza alla rimuginazione continua e improduttiva.

Infine il costante riscontro di vuoto nelle posizioni prossimali, particolarmente in soggetti di giovane età, può significare una tendenza a una depressione profonda.

Anche il polso profondo si associa ad uno stato depressivo, lo yang non è sufficiente a vitalizzare ed energizzare l'individuo.

Il polso rugoso invece, denota un ristagno di sangue ed in senso psichico la presenza di problematiche fisse ed ostinate.

Il polso saltellante manifesta un trauma psichico improvviso, un forte shock recente.

## **PUNTI PRINCIPALI IN RELAZIONE ALLO SHEN**

# a) PUNTI PRINCIPALI DI RENMAI E DUMAI IN RELAZIONE ALLO SHEN

I QiJing, Meridiani Straordinari o Curiosi fungono da riserve energetiche e possono fornire Qi e sangue al sistema dei Meridiani Principali e Secondari in caso di deficit o riceverne in caso di eccesso.

I Meridiani Vaso Concezione e Vaso Governatore formano un circuito detto "piccola circolazione" lungo il quale si muove il Qi nei suoi aspetti Yin e Yang.

#### **RENMAI**

Il meridiano di Vaso Concezione è il Mare dello Yin ed ha una funzione di nutrimento. La sua azione sulle alterazioni psichiche è legata alla funzione dei suoi punti di nutrire lo Yin ed il sangue, dimora dello Shen, ed alla loro capacità di regolare i movimenti del Qi in caso di costrizione, annodamento e risalita verso l'alto.

# CV 4 GUANYANG- BARRIERA DELLA YUAN QI

Punto di riunione dei meridiani di Milza, Fegato, Rene; punto Mu di Piccolo Intestino.

# Azioni principali

- -Nutrire Yin e sangue
- -Rinforza la Yuanqi, tonifica il Rene e giova al Jing
- -Regola utero e piccolo intestino
- -Rafforza lo Yang
- -Radica lo Hun e calma lo Shen

#### Note

Nutrendo Yin e sangue calma lo Shen guando è agitato a causa della mancanza di dimora.

# CV 6 QIHAI-MARE DEL QI

# Azioni principali

- -Tonifica il Qi e rinforza lo Yang
- -Regola il Qi e lo conduce verso il basso
- -Tonifica la Yuan Oi
- -Dissolve l'umidità

#### Note

Agisce sulla confusione dello Shen perché regola il movimento disordinato del Qi e lo porta in basso.

## CV 12 ZHONGWAN-CENTRO DELL'EPIGASTRIO

Punto Mu di Stomaco e del Triplice Medio, punto Hui—riunione dei fu, punto di incontro con i meridiani di Stomaco, Piccolo Intestino e Polmone.

## Azioni principali

- -Tonifica Stomaco e Milza
- -Regola il Qi di Stomaco
- -Dissolve l'umidità

#### Note

E' importante nei disturbi dello Shen sia perché tonifica il Triplice Medio e quindi l'insufficienza di Qi e sangue, sia perché muove e regola il Qi che le emozioni spesso colpiscono nella sua funzione di trasformazione e trasporto.

# CV 14 JUQUE-GRANDE PALAZZO

Punto Mu di cuore

## Azioni principali

- -Regola il Qi di cuore e calma lo Shen
- -Fa scendere il Qi controcorrente ed apre il torace
- -Purifica il calore e risolve il flegma

#### Note

Poiché regola il Qi di cuore di cui è punto Mu e fa scendere il Qi controcorrente, agisce nelle alterazioni dello Shen soprattutto in caso di sintomi epigastrici di origine emotiva che nei classici vengono spesso chiamati Xinfan-irrequietezza al cuore.

# CV 15 JIUWEI-CODA DI GAZZA

Punto luo di remai, Punto Yuan dei 5 organi

# Azioni principali

- -Attiva sangue e Qi di cuore
- -Calma lo Shen e risolve il flegma
- -Regola e fa scendere il Qi di polmone ed apre il torace
- -Giova alla Yuangi

#### Note

In quanto punto luo è utile per muovere il Qi quando c'è costrizione ed annodamento del Qi con sensazione di oppressione e peso, oppure nei casi di flegma che ostruiscono il cuore con offuscamento dello Shen.

#### CV 17 SHANZHONG-CENTRO DEL PETTO

Punto Mu di Pericardio, punto Mu del Triplice Riscaldatore Superiore, punto Hui-riunione del Qi, punto Mare del Qi.

# Azioni principali

- -Regola e tonifica il Qi del triplice riscaldatore superiore
- -Fa scendere il Qi verso il basso e risolve il flegma

#### Note

E' usato anche in caso di Qi controcorrente, costrizione e flegma che possono manifestarsi come peso al torace, nodo in gola, affanno, ostruzione del passaggio del latte.

#### CV 22 TIANTU-GIOIELLO PREZIOSO

Punto di yinweimai

# Azioni principali

- -Purifica il calore e risolve il flegma
- -Regola il Qi e ne libera la costrizione
- -Blocca la tosse, calma l'asma, giova alla gola

#### Note

E 'un punto importante per risolvere il Qi del nocciolo di prugna, Meihegi.

# **DUMAI**

L'azione del Vaso Governatore sullo Shen dipende dalla sua funzione di sostenere il Rene nel nutrire Midolli e Cervello.

Il tragitto interno del meridiano del GV passa per il cervello.

In quanto mare dello Yang i suoi punti agiscono sia sul vuoto di Yang sia sul suo eccesso in alto.

Funzioni importanti nelle alterazioni dello Shen, sono quelle di tonificare Qi e Yang, eliminare il calore, estinguere il vento ed aprire gli orifizi del cuore offuscati dal flegma.

I punti di GV sul capo ricorrono con frequenza nelle prescrizioni classiche e contemporanee per disturbi cognitivi.

#### GV 4 MINGMEN-PORTA DELLA VITA

Azioni principali

- -Tonifica lo Yang del Rene e scalda il fuoco del Mingmen
- -Nutre la Yuanqi e giova al Jing
- -Fortifica la part posteriore della schiena.

#### Note

Localizzato allo stesso livello del punto Shu di Rene, BL 23 Shenchu e di BL 52 Zhishi (detto anche palazzo dell'essenza), i tre punti possono essere tonificati insieme per sostenere il Rene nei suoi aspetti di origine dello Yang e di dimora di Yuangi e di Jing.

## **GV 8 JINSUO-MUSCOLI CONTRATTI**

Azioni principali

- -Calma il Fegato ed estingue il vento interno
- -Rilassa i tendini

#### Note

Localizzato allo stesso livello del punto Shu di fegato BL 18 Ganshu e di BL 47 Hunmen, condivide con essi molte proprietà ed i tre punti possono esser utilizzati contemporaneamente in caso di agitazione dello Yang di fegato.

#### GV 11 SHENDAO-STRADA DELLO SHEN

Azioni principali

- -Tonifica cuore e polmone
- -Elimina il calore ed estingue il vento interno
- -Calma lo Shen

#### Note

Localizzato allo stesso livello del punto Shudi cuore BL 15 Xinshu e di BL 44 Shentang, ne condivide l'azione di nutrire il cuore, eliminare il calore e calmare lo Shen. Questi tre punti vengono spesso utilizzati contemporaneamente.

#### GV 14 DAZHUI-GRANDE VERTEBRA

Punto di incontro con i tre meridiani Yang di mano e piede, punto Mare del Qi.

#### Azioni principali

- -Disperde il vento esterno ed estingue il vento interno
- -Elimina il calore e fa circolare il Qi nei canali Yang
- -Regola e tonifica Oi e Yang
- -Purifica la mente
- -Regola la Wei Qi

## Note

E'un punto molto utile in diversi casi quali: disturbi dello Shen associati ad un ristagno del Qi nella zona di occipite, collo, parte superiore del dorso, serve inoltre per tonificare Qi e Yang nei ritardi dello sviluppo e per sostenere la Wei Qi.

# **GV 16 FENGFU-PALAZZO DEL VENTO**

Punto di incontro con vinweimai, punto mare dei midolli.

# Azioni principali

- -Estingue il vento e calma lo Shen
- -Giova ai midolli e alla testa

#### Note

Da questo punto dumai entra nel cervello e qui emerge anche il ramo discendente posteriore di dumai.

#### GV 20 BAIHUI-CENTO RIUNIONI

Punto di incontro con i tre meridiani Yang di mano e piede e con il canale del Fegato.

# Azioni principali

- -Elimina il flegma che offusca gli orifizi del cuore e calma l'agitazione dello Shen
- -Estingue il vento interno e conduce in alto in Qi

#### Note

Si disperde o si fa sanguinare quando c'è pieno in alto e vuoto in basso. Si tonifica o si stimola con moxa per far salire il Qi.

# GV 24 SHENTING-TEMPIO DELLO SHEN

Punto di incontro con i meridiani di Stomaco e Vescica

# Azioni principali

- -Elimina il flegma, apre gli orifizi e calma lo Shen
- -Estingue il vento e giova al cervello, naso e occhi

#### Note

La sua azione è simile a quella dell'yintang ed i due punti si possono usare in associazione per rinforzarne l'azione.

# GV 26 RENZHONG-CENTRO DELL' UOMO

Punto di incontro con il meridino yangming di mano e piede.

## Azioni principali

- -Apre gli orifizi e calma lo Shen
- -Libera il canale e giova a cervello, viso e colonna

#### Note

Il suo nome, "centro dell'uomo", si riferisce alla sua posizione tra cielo e terra, è infatti localizzato tra il naso/respiro e la bocca/cibo.

Questo punto riporta insieme Yin e Yang quando si stanno per separare, con manifestazioni di perdita improvvisa di coscienza, di un suo indebolimento importante o di alterazioni gravi (convulsioni o coma, ottundimento delle facoltà cognitive, delirio o stati maniacali.)

#### **YINTANG**

Extra Punto.

# Azioni principali

- -Apre gli orifizi offuscati dal flegma e regola il meridiano.
- -Estingue il vento e calma lo Shen.

#### Note

E' una zona fondamentale nella tradizione contemplativa di parecchie culture ed uno dei punti più usati per regolare lo Shen. Anche l'extrapunto Er Jan si utilizza per calmare lo Shen.

# B) PUNTI SHU DEL DORSO E RELATIVI PUNTI DEL RAMO LATERALE DEL CANALE DI VESCICA IN RELAZIONE ALLO SHEN

I punti Shu del dorso sono in rapporto diretto con l'energia dei relativi organi e visceri. Sono utilizzati soprattutto nelle patologie croniche dei cinque zang e degli aspetti ad esso correlati (organi di senso, tessuti, emozioni..).

La scelta dei punti Shu è in stretta relazione con la risposta alla palpazione.

Sul ramo esterno del meridiano della vescica, a livello dei cinque punti shu degli organi, si trovano i punti che contengono nel loro nome le relative anime psichiche :

- BL 42 Pohu-Porta del Po: favorisce la discesa del Qi di LU, blocca tosse e asma
- BL 44 Shentang-Palazzo dello Shen:calma lo Shen, regola il Qi, libera il torace
- BL 47 Hunmen-Porta dello Hun: drena il fegato, rafforza SP e ST, regola i Qi
- BL 49Yishe-Casa dello Yi: rafforza la SP, armonizza ST, regola GB, favorisce concentrazione
- BL 52 Zishi-Casa dello Zhi: nutre lo Yin di KI, trattiene il Jing, rinfresca il calore

Nel trattamento spesso si associano al relativo punto Shu ed eventualmente al punto di GV che si trova alla stessa altezza. Inoltre si possono prendere in considerazione anche i punti Huatuo Jiaji corrispondenti.

# c) PUNTI DI CUORE E PERICARDIO IN RELAZIONE ALLO SHEN

Al tempo del Neijing la struttura dei dodici meridiani, il loro nome e la loro direzione è già quella definitiva, ma il Meridiano del cuore non viene punto per evitare di disperdere lo Shen.

Il Pericardio-Xinbao è il fuoco ministro ed avvolge il Cuore proteggendolo dai patogeni.

I suoi punti possiedono un'azione più specifica di quelli del Cuore nel regolare e muovere il Qi a livello sia toracico sia addominale. Trovano inoltre maggiore applicazione nei casi di malattie febbrili quando il calore esterno è penetrato nello yangming e negli strati più interni.

Il Cuore è invece il fuoco principe, sovrano degli zang-fu. Il Cuore è la dimora dello Shen, la cui chiarezza e luce vengono dal cuore, al cuore vanno tutte le emozioni.

I punti di Cuore sono fondamentali nel trattare tutte le emozioni ed il disordine dello Shen.

Il Cuore ha inoltre uno specifico rapporto con l'utero ed agisce sul calore della cute.

Tutti i punti trovano indicazione nei disturbi emotivi, con sintomi quali irrequietezza, palpitazioni, insonnia, ma la scelta dipenderà dal concomitante quadro specifico.

## **PUNTO JING E PUNTO LEGNO**

# PC9 ZHONGCHONG-TRAMBUSTOO DEL CENTRO E HT9 SHAOCHONG-CORSA MINORE

L'azione dei punti Jing-pozzo di Cuore e Pericardio è sovrapponibile: entrambi eliminino il calore ed estinguono il vento interno, aprono gli orifizi e ripristinano la coscienza.

I punti Jing-pozzo hanno un'azione molto potente: sono il luogo dove il Qi muta da Yin a Yang o viceversa e da essi sgorga il Qi che poi percorre il canale. Qui il Qi è in superficie e viene influenzato con forza e rapidità.

Disperdono con forza i fattori patogeni e sono indicati nelle condizioni acute, specie di pieno e di calore in alto. Inoltre agiscono sullo Shen nelle situazioni di grave compromissione della coscienza sia nelle perdite di coscienza come nel coma.

Nei classici molti punti Jing vengono indicati anche per i disturbi dello Shen da vuoto quali paura, sospiri, insonnia.

# **PUNTO YING, PUNTO FUOCO**

# PC 8 LAOGONG- PALAZZO DEL LAVORO E HT 8 SHAOFU-PALAZZO INFERIORE

In quanto punti Ying-ruscello entrambi eliminano i fattori patogeni ed in particolare il calore.

HT 8-Shaofu-elimina il fuoco dal cuore, dal meridiano accoppiato Yang Piccolo Intestino e dalla Vescica, meridiano con cui quest' ultimo comunica in quanto appartenente al livello energetico taiyang. Tratta irritabilità, disturbi emotivi, insonnia.

PC 8-Laogong-possiede un'azione più specifica sulle malattie febbrili con calore a livello di Qi nutritizio e sangue e purifica il fuoco di Pericardio e Stomaco

# **PUNTO SHU E YUAN, PUNTO TERRA**

# PC 7 DALING-GRANDE COLLINA E HT 7 SHENMEN-LE PORTE DELLO SPIRITO

PC 7 Daling e HT 7 Shenmen sono entrambi punti terra, elemento figlio del fuoco nel ciclo di generazione sheng e svolgono quindi un'azione di drenaggio e dispersione del calore. Sono però anche punti yuan-sorgente, il luogo dove la yuanqi affiora nel meridiano.

PC 7 Daling possiede maggiori proprietà come punto di dispersione ed è molto efficace per eliminare il calore nel sangue, inoltre regola jueyin e Stomaco.

HT 7 Shenmen, regola il Cuore, ne apre gli orifizi e ne tonifica sia il Qi sia il sangue. Riequilibra le emozioni,in caso di irritabilità, isteria, epilessia, insonnia, amnesia,manifesta timidezza, migliora la memoria e la capacità mentale.

# **PUNTO JING, PUNTO METALLO**

## PC 5 JIANSHI-SPAZIO DEL MESSAGGERO E HT 4 LINGDAO-VIA DELLO SPIRITO

PC 5-Jianshi-regola il Qi e ne muove i ristagni. E' uno dei punti principali per trasformare il flegma.

HT 4-Lingdao-calma sia lo Shen sia muscoli e tendini.

# **PUNTO HE, PUNTO ACQUA**

# PC 3 QUZE-PALUDE SUL GOMITO E HT 3 SHAOHAI-MARE INFERIORE

Punti in cui lo scorrere del Qi entra più all'interno. Entrambi rinfrescano il Qi e lo regolano: sono infatti punti acqua e punti He-unione, in cui il Qi entra più all'interno e si unisce al mare.

PC 3-Quze-trova maggiori indicazioni quando il calore è penetrato nello strato nutritizio e nel sangue, oppure in caso di calore-umidità: si usa nelle alterazioni dello Shen da calore

penetrato in profondità oppure ad esempio, nelle malattie cutanee con componenti psichiche.

HT 3-Shaohai-agisce meglio sul calore con flegma, nelle epilessie o negli indebolimenti di coscienza a causa dell'offuscamento dello Shen. E' detto anche punto Joie de vivre.

#### **PUNTO XI**

#### PC 4 XIMEN-PORTA DELLA FENDITURA E HT 6 YINXI-LOCALE DEGLI YIN

In quanto punti Xi entrambi i punti risolvono la sintomatologia acuta e trattandosi di meridiani yin, trovano indicazione specifica nei disturbi del sangue.

PC 4-Ximen-muove e rinfresca il sangue e questo lo rende un punto di prima scelta nell'agitazione dello Shen in caso di malattie febbrili acute.

Il punto Xi di Cuore HT 6-Yinxi-ha invece una funzione specifica di nutrimento di Yin e fluidi, per cui si utilizza soprattutto nel calore da vuoto.

#### **PUNTO LUO**

# PC6 NEIGUAN-LE PORTE INTERNE E HT 5 TONGLI-COMUNICAZIONE CON L'INTERNO

In quanto punti luo muovono e regolano il Qi con un'azione specifica sui disturbi emotivi. PC 6 Neiguan ha un'azione specifica maggiore nel muovere tutti i tipi di ristagno, aprire il torace, regolare, regolare lo stomaco e far scendere il qi controcorrente. Ha inoltre un effetto calmante in casi di ansia provocati da un quadro di cuore oppure dal ristagno del Qi di fegato. Facilita il sonno.

HT 5 Tongli ha la proprietà specifica di regolare il qi di cuore ed il ritmo cardiaco.

Elimina il calore in particolare dal piccolo intestino e dalla vescica e dal sangue nell'utero.

# PUNTI LUO SUGLI YANG ACCOPPIATI SI 7 ZHIZHENG-RAMO DESTRO, TR 5 WAIGUAN-PORTE ESTERNE

SI 7-Zhizheng-purifica il calore del Cuore e calma lo Shen.

TR 5-Waiguan-ha un'azione maggiore sull'esterno, sul livello shaoyang e sul ristagno di Qi: disperde il vento calore, trasforma l'umidità-calore, regola lo shaoyang, muove e regola il Qi, soprattutto nella parte laterale del corpo.

# LO SHEN UNIVERSALE E LO SHEN ANIMALE

Ermete Trismegisto in 'La tavola Smeraldo 'scrisse: "Tutto ciò che è in alto è come ciò che è in basso, tutto ciò che è in basso è come ciò che è in alto. E questo per realizzare il miracolo di una cosa sola da cui derivano tutte le cose, grazie ad un'operazione sempre uguale a se stessa."

Nel microcosmo animale, così come nel microcosmo uomo, abitano gli spiriti che dimorano nei 5 organi. Gli organi sono l'espressione del macrocosmo nel microcosmo, che è strutturato allo stesso modo del modello maggiore. La salute dell'animale è garantita anche dalla sua capacità ad adeguarsi alle leggi che lo legano all'universo in equilibrio armonioso.

Come sappiamo un insulto ai danni di un organo determina inevitabilmente un attacco anche al suo Shen e l'esito di una qualsiasi noxa allora non è solo un danno fisico ma anche mentale o psichico come, d'altra parte, malattie funzionali od organiche, possono derivare da disordini dell'energia vitale, sostenuti da cattivi pensieri od emozioni negative che possono fare altrettanto danno quanto fattori patogeni esterni od energie perverse

esterne. Dallo Shen patrimonio universale, ogni essere acquisisce un proprio Shen, una propria identità.

Come abbiamo precedentemente visto infatti, l'universo taoista è composto da innumerevoli soffi che si trovano in una realtà indistinta. Quando si determina l'intenzione alla vita un soffio si proietta in un nuovo soggetto e si passa così dallo Shen universale allo Shen individuale. Shen, è in senso lato una vibrazione cosmica che appartiene al Cielo. Lo Shen di un essere è il Cielo in un individuo, frammento di infinito nel finito. Shen, essendo "Yin e Yang che non può essere misurato", rappresenta l'aspetto immateriale, non sostanziale.

Tutti gli esseri hanno un'origine comune costituita dall'incontro tra la virtù del Cielo e le Energie della Terra, ma sono anche originariamente(nel senso del momento del loro esistere), differenziati. Ciò li rende distinti l'uno dall'altro.

# POTENZIALITA' DELLO SHEN

L'animale è un essere senziente con una sua individualità.

La Dott.ssa Cheryl Schwartz afferma che: 'in qualità di veterinari abbiamo assistito negli ultimi venticinque anni allo sviluppo dell' unione uomo-animale.

Gli animali sono stati impiegati negli ospizi, così da facilitare la connessione emozionale ed offrire sollievo agli anziani, inoltre la longevità dopo un infarto appare legata alla presenza di un animale accanto alla persona colpita. I cavalli impiegati nella psicoterapia aiutano il recupero di donne violentate e di disabili, insomma gli uomini vedono gli animali come partners per lo sviluppo e l'espansione dell'area emozionale.'

Già la presenza di un animale in una stanza è una terapia.

Se da un lato la presenza dell'animale è terapeutica, dall'altro va ricordato che anche l'essere umano interagisce con l'animale e perciò visto che: "le emozioni creano i pensieri e determinano i cambiamenti fisici, gli animali sono affetti dai pensieri e dalle emozioni proprie e da quelle dei loro proprietari." Non è un caso se molti animali presentano le medesime patologie del proprio proprietario.

Come ben sappiamo le condizioni mediche sono il risultato della combinazione tra fattori fisici ed emozionali ed appare perciò necessario trattare entrambi i livelli al fine di ristabilire la condizione di salute e di equilibrio.

Privati della loro componente istintiva e mantenuti in un ambiente artificiale molti animali sviluppano ansie e problematiche comportamentali, come se la natura, ribellandosi alle scelte umane creasse patologie via via più sottili e profonde.

Naturalmente anche il medico veterinario e l'animale suo paziente interagiscono.

Nel Suwen è scritto: "Vi sono cinque requisiti per il buon agopuntore, molti li ignorano, il primo è regolare lo Shen..". Regolare lo Shen può riferirsi a tutto lo Shen che entra in gioco: Shen del terapeuta, Shen del paziente, Shen della situazione che viene a crearsi." E' interessante sottolineare come popolazioni antiche, gli aborigeni australiani, gli indiani d'America, i curanderos africani, intuendo le grandi verità che Einstein esplica nella relazione E=mc2 avvertono le connessioni esistenti nel mondo e l'energia che fluisce da un essere all'altro.





Recentemente anche la Scienza Biomedica moderna si è confrontata con queste tematiche. Infatti esistono dei motivi comuni che legano le intuizioni elaborate nella medicina cinese (trasformazione di Energia e Materia, il concetto di uomo ed Ecosistema, i Bioritmi...) con i risultati a cui hanno portato le ricerche in vari ambiti scientifici.

In particolare, le recenti scoperte ed i modelli elaborati dalla fisica moderna hanno permesso di guardare la realtà con occhi diversi, mettendo in luce alcuni concetti già propri del pensiero cinese ed offrendo numerosi temi di discussioni e confronto (Boschi G., 1997; Capra F., 1990; Capra F., 1992; Penrose R., 1992; Zukav G., 1995).

La teoria della Relatività di Einstein, il principio di Indeterminazione di Eisenberg, la teoria della Complementarietà di Bohr offrono una visione sistematica (intesa nel senso di 'teoria generale dei sistemi') che ha aperto la strada a nuove prospettive per il futuro: quelle di una fisica *organica*, *olistica* ed *ecologica* (Capra F., 1992).

La nuova fisica richiede profondi mutamenti nei concetti di spazio, tempo, materia, oggetto e di rapporto casuale; e poiché questi concetti sono così fondamentali per il nostro modo di sperimentare il mondo, la loro trasformazione fu vissuta come un fatto 'traumatico' proprio dagli artefici di tale trasformazione.

L'universo non è più visto come una macchina composta da una moltitudine di oggetti, ma deve essere raffigurato come un tutto indivisibile, dinamico, le cui parti sono essenzialmente interconnesse e devono essere intese solo come strutture di un processo cosmico. Nel suo testo del 1951 sulla teoria quantistica, David Bohm offrì alcune interessanti speculazioni sulle analogie fra processi quantistici e processi di pensiero, richiamando la famosa affermazione fatta due decenni prima da James Jeans: "Oggi c'è una grande misura di accordo...sulla tesi che la corrente della conoscenza sta puntando verso un realtà non meccanica; l'universo comincia a sembrare più simile a un grande pensiero che non ad una grande macchina" (Capra F., 1992). E non va dimenticato che all'inizio del XX secolo già Max Planck aveva affermato che: "In realtà la materia non esiste e tutto è energia".

Da questo postulato si sono sviluppate ulteriori ricerche e come scrive la Dott.ssa Schwartz, "Sebbene l'Occidente basi tutta la medicina su spiegazioni scientifiche e fisiologiche, io come agopuntrice, ma credo anche voi, posso testimoniare che malattia e salute non si spiegano solo in termini di fisiologia. Studi scientifici controllati, dalla crescita delle piante alle performance di vermi e ratti, alle capacità dei bambini, hanno mostrato significative differenze tra gruppi, con risultati sorprendenti. Queste sperimentazioni supportano il concetto di una coscienza cosmica o, come la definisce la Dott. Ssa Larry Dossey, non-mente(mente non locale)."

Se il pensiero è energia e perciò è materia, ha una forza di gravitazione, perciò influenza la realtà che lo circonda. A questo punto è corretto interrogarsi sulla valenza dello Shen in una terapia (sia da parte del medico ma soprattutto per quanto concerne l'efficacia, del

paziente) e sul fatto che le medicine non convenzionali funzionano con grande efficacia e rapidità negli animali più che negli esseri umani.

C'è chi pensa che da un lato i mutamenti climatici, alimentari, astronomici o ambientali influenzano l'essere umano, dall'altro anche l'uomo, attraverso lo sviluppo delle proprie potenzialità fisiche, psichiche e soprattutto spirituali può produrre eventi che hanno ripercussioni universali.

Ma non dimentichiamoci che il taoismo propugna il Wu wei 'azione senza azione', l'agire spontaneo senza interferire con il corso delle cose, assecondandone il flusso. Ognuno deve adeguarsi alle leggi naturali, conformandosi come un microcosmo al macrocosmo che lo circonda e lo comprende.

E i nostri animali?

Lieh Tzu scrisse: "Chiunque abbia uno scheletro uno scheletro lungo sette palmi, mani diverse dai piedi, capelli in testa, denti in bocca e cammini eretto, lo diciamo umano, senza necessità che non abbia un cuore da bestia. Anche se ha un cuore da bestia, in ragione all'aspetto esteriore lo consideriamo simile a noi. Chiunque abbia ali ai fianchi, corna in testa, denti separati ed artigli sfoderati, chiunque voli in cielo e galoppi in terra, lo diciamo animale, senza necessità che abbia un cuore da bestia. Anche se non ha un cuore da bestia, in ragione dell'aspetto esteriore, lo consideriamo estraneo a noi.

E aggiunge:

Chi è simile a noi per saggezza, non lo è necessariamente per aspetto. Chi è simile a noi per aspetto non lo è necessariamente per saggezza. Il Santo accoglie chi è simile a noi per saggezza mentre può respingere chi è simile a noi per aspetto.

Mentre la massa degli uomini avvicina chi è simile a noi per aspetto e allontana chi è simile a noi per saggezza.

E ancora:

Nei tempi antichissimi gli animali dimoravano insieme agli uomini e camminavano al loro fianco. All'epoca degli imperatori e dei re cominciarono a spaventarsi e a disperdersi. Giunti a questa corrotta generazione si tengono nascosti e fuggono a rintanarsi per evitare dolori e danni."



Secondo Lieh Tzu, la mente dell'uomo troppo spesso prese a divenire "mente che mente" e proprio la sua intelligenza non gli permise più di restarsene immerso nella vita del pianeta, là dove ancora dimorano gli amici animali.



# **BIBLIOGRAFIA**

# **Monografie**

- Arena L., "*Nei Ching. I fondamenti della medicina tradizionale cinese"*, Mondadori, Milano, 2001.
- Bottallo F.-Brotzu R., "Fondamenti di Medicina tradizionale Cinese", Xenia Edizioni, 2006.
- Capra F., "*Il punto di svolta* . *Scienza, società e cultura emergente"*, Feltrinelli, 3 ed., 1992.
- Capra F., "*Il TAO della fisica"*, Gli Adelphi, 4 ed., 1990.
- Corbellini C., "*Agopuntura. Una terapia antica per l'uomo postmoderno"*, Tecniche Nuove, Milano, 2003.
- Di Concetto G., Sotte L., Pippa L., Cuccioli M., "*Trattato di Agopuntura e di Medicina Cinese"*, UTET, Torino, 1992.
- Faubert A., "Introduzione ai principi della Agopuntura Tradizionale Cinese. La Bioenergetica degli esseri viventi", Edizioni Red/ studio, Como, 1982.
- Huang Ti, "Testo classico di medicina interna dell'imperatore giallo, Hang Ti Nei Ching Su Wen", Edizioni Mediterranee-Roma, 2006.
- Kaptchuk J., "*Medicina Cinese fondamenti e metodi, la tela che non ha tessitori"*, Red Studio, Como, 1988.
- Lao Tseu,, "Tao Te King. Il libro della via e della virtù", Jaca Book, Milano, pp.54-57, 1993.
- Maciocia G., " I Fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese", 4.ed., Milano, Casa editrice Ambrosiana, (tit. orig. The Foundations of Chinese Medicine: A Comprehensive Text for acupunturists and Herbalists), Maggio, pp.88-90, 1996.
- Moiraghi C., "La via della forza interiore", Jaca Book, 2003.
- Mollard Y.- Maiola M., "L'uomo prima della nascita. Embriologia energetica.", Jaca book, 1996.
- Nguyen Van Nghi, Patrick Nguyen, "*Studi d'agopuntura. Tronchi Celesti e Rami Terrestri. Movimenti ed Energie nella medicina cinese"*, Edizioni So-Wen, Milano, 1981.
- Penrose R., "La mente nuova dell'imperatore", Sansoni Editore, 19.
- Rossi E., "Shen. Aspetti psichici nella medicina cinese: i classici e la clinica contemporanea", Casa Editrice Ambrosiana, 2002.

- Schoen Allen M., "Veterinary Acupuncture, Ancient Art to Modern Medicine". 2.ed., "Mosby", 2001
- Veith I., "*Nei Ching. Canone di medicina interna dell'imperatore giallo"*, Edizioni Mediterranee, II ed., Roma, 1983.
- Zukav G., "La danza dei maestri Wu Li. Quando la fisica incontra le filosofie orientali", Casa Editrice Corbaccio, Milano, 1995.

# Articoli di Riviste e comunicazioni a Congressi

- AAVV, "*Dispense del corso di agopuntura scientifica*", S.C.I.V.A.C.-S.I.V.E., Cremona, 1999.
- Leung Kwokpo "Tao, Tra filosofia e medicina".
- Longo F. e Testa M., "*Agopuntura Veterinaria"* in "Agopuntura-evidenze cliniche e sperimentali, aspetti legislativi e diffusione in Italia", F.I.S.A.- Federazione Italiana delle Società di Agopuntura, Casa Editrice Ambrosiana, 2001.
- Longo F., "*Dispensa di AV II"*, S.I.A.V., Torino, 1999.
- Paoluzzi L- Perotti F., "La colonna vertebrale in Medicina Tradizionale Cinese", tesi di specializzazione in agopuntura e medicina tradizionale cinese.
- Pozzi R. "Diagnosi in MTC, corso SIAV II anno".
- Schwartz C., "Quattro Zampe, Cinque Direzioni. Oncologia, Dermatologia, Emozioni", IV Seminario Internazionale S.I.A.V., Facoltà di Medicina Veterinaria di Padova, 16-17-18 Maggio 2003.

## Siti Internet consultati

- www.agopuntura.com
- www.agopuntura-fisa.it
- www.scuoladiagopuntura.it
- www.fondazionericci.it
- www.siav-itvas.org
- www.medicalacupuncture.org
- www.acupuncturetoday.com
- www.neurolinguistic.com
- www.scn.org
- www.giuliaboschi.com
- www.tuiillago.it
- www.demetra.org