

Xin Shu 

La Scuola di Medicina Classica Cinese

TESI DI DIPLOMA IN AGOPUNTURA E MEDICINA CLASSICA CINESE

YIJING: LA TRASFORMAZIONE COME VIA DI
GUARIGIONE

Candidata

Eliana Cannazzaro

Relatore

Dott.ssa Rosa Brotzu

ANNO ACCADEMICO 2022-2023

“La Via veramente Via non è una Via costante. I Termini veramente Termini non sono Termini costanti. Il termine Non-essere indica l’inizio del Cielo e della Terra; il termine Essere indica la Madre di tutte le cose. Così, è grazie al costante alternarsi del Non-essere e dell’Essere che si vedranno dell’uno il prodigio, dell’altro i confini...”

Tao te ching capitolo 1

INDICE

INTRODUZIONE	5
CAPITOLO 1	
• Titolo, Origine, Autore e Fonti.....	7
• Testus receptus.....	10
• I concetti fondamentali: le mutazioni, lo yin e lo yang.....	13
CAPITOLO 2: I NUMERI ED I SIMBOLI	
• Bigramma (ciclo di trasformazione a 4).....	15
• Trigrammi (<i>bagua</i>) Anteriore e Posteriore al Cielo	18
• Numeri e trasformazioni: meridiani principali e meridiani straordinari	20
• Esagramma mutante ed esagramma nascosto	27
CAPITOLO 3: LE DOMANDE	
• Metodi di consultazione: la divinazione e la coltivazione	29
• La divinazione:	
▪ Steli di achillea o di bambù	31
▪ Dadi	31
▪ Monete e guscio di tartaruga.....	32
▪ Visualizzazione mentale dei numeri	33
• I 9 palazzi e lo <i>shu-luo</i>	34
• I 9 punti di meridiano di Cuore / Pericardio.....	37
CAPITOLO 4: LE RISPOSTE	
• Approccio Divinatorio	
▪ Interpretazione medica dei trigrammi: eziologia, diagnosi e prognosi.....	38
▪ Caso clinico1.....	44
▪ Caso clinico 2.....	45
▪ Caso clinico 3.....	46
▪ Caso clinico 4	48
• Bilanciamento del corpo tramite l'osservazione dei <i>bagua</i>	53
APPENDICE.....	57

INTRODUZIONE

In uso da più di tre millenni l'Yijing è sicuramente un testo unico nella forma e nel contenuto; forse perché più di ogni altro questo strano libro parla contemporaneamente della vita di ognuno di noi, dei movimenti ampi del Cielo e di quelli piccoli della Terra. Nei suoi 64 esagrammi riassume in un codice ordinato, potente e rigoroso nella sua coerenza interna tutte le "configurazioni simboliche dell'eterno divenire del *Tao*".

Conoscere l'Yijing, citando Sun Simiao, è "fondamentale per conoscere la medicina". La sua funzione è di istruire la mente alla formazione filosofica cinese e di elevare l'animo costituendo una fonte di ispirazione e di riflessione per la coltivazione personale.

Possiamo definire l'Yijing, soprattutto nella sua interpretazione taoista, come una chiave di accesso al mondo Alchemico-Sciamanico. Lo Sciamanesimo esprime la connessione tra l'Uomo e la Terra tramite il riconoscimento di pattern ricorrenti nel mondo naturale che vengono riassunti nel libro in un codice di linee fondate sul binomio *yin-yang*. Il mondo Alchemico riguarda l'elevazione dell'Uomo verso il Cielo ed il distacco dalla dimensione fisica per muovere il *jing* e trasformare il proprio destino.

L'ideogramma della parola sciamano, *wu* 巫 indica una funzione di mediazione e di connessione tra due dimensioni. In epoca pre Han le *wu* erano soprattutto donne che entravano in connessione con il mondo degli spiriti tramite la danza. Lo sciamano si fa medium tra due mondi e mette questa dote a disposizione della comunità in cui vive.

La radice sciamanica dell'Yijing è sottolineata dal fatto che, per tradizione, la scoperta dei trigrammi è attribuita a Fuxi il primo eroe civilizzatore cinese, un capo sciamano. Fu proprio Fuxi a riconoscere nel disordine apparente della natura una serie ordinata di schemi ricorrenti in movimento continuo tra di loro.

Questa visione di movimento continuo è iscritta nell'Yijing attraverso un linguaggio simbolico naturale che parla di Acqua, Fuoco, Laghi, Tuoni, Montagne etc. Il movimento stesso del cambiamento può essere dolce e penetrante, insinuarsi nella nostra quotidianità come il Vento che penetra tra i rami in un bosco; può essere dirompente ed improvviso come un Fulmine; può essere dolce e allegro come un Lago di montagna oppure oscuro e tenebroso come le Acque profonde in cui si fa fatica ad immergersi.

La regola costante che l'Yijing ci insegna è che tutto si trasforma nel movimento imperituro del passaggio dallo stato occulto al manifesto. Il cambiamento di cui l'Yijing parla non è un passaggio da uno stato di nulla, non essere, allo stato di essere. L'ideogramma *yi* di Yijing, si riferisce all'alternarsi sempiterno di sole e luna. "Il movimento senza fine, che non ha mai fine e che si produce senza sforzo... questa permanenza nel cambiamento si chiama *yi*". Il sole sorge e tramonta, scompare ed appare ai nostri occhi scandendo il passare del

tempo; ma è ugualmente sempre presente al di là dell'orizzonte anche quando di notte ci sembra scomparire per lasciare spazio alla luna ed alle tenebre.

Il fondamento della salute è assecondare questo movimento di trasformazione che costituisce le vite degli esseri umani ed il compito della medicina è quello di incoraggiare le vie che il corpo di ognuno preferisce percorrere per attuare il cambiamento e rimuoverne gli ostacoli. L'opposizione al Vento del cambiamento crea ristagno e malattia.

La qualità sciamanica del medico è riconoscere nel suo paziente i pattern naturali che si ripetono, dare importanza a quelli che hanno condotto allo squilibrio senza dimenticare di riconoscere e coltivare le caratteristiche positive che costituiscono la via che quel paziente, in quel momento è più incline a percorrere per arrivare alla guarigione. Questa attenzione nei confronti dei punti di forza aggiunge qualcosa alla cura di assolutamente non trascurabile: la gioia e la bellezza nell'accompagnare la guarigione.

Il successo della cura allora non si verifica solo in termini quantitativi, in anni di vita recuperati o con la scomparsa assoluta di dolori e sofferenze quanto piuttosto in termini qualitativi, nell'incoraggiare l'avvicinamento della persona alla sua essenza profonda, al suo Ming. La malattia è un'occasione per imparare a guardare con occhi diversi la propria vita, fare scelte diverse. L'Umanità vive sulla Terra, ma la vita degli Uomini viene scritta in Cielo (destino).

I capitoli che seguono contengono una chiave di lettura per riconoscere nei simboli e nei nomi iscritti nell'*Yijing* i movimenti che costituiscono la base della conoscenza medica cinese: le 4 stagioni, i cinque movimenti, l'alternarsi dei meridiani principali e la genesi di quelli straordinari.

CAPITOLO 1: IL TESTO, GLI AUTORI E LE FONTI

Il Classico dei mutamenti rappresenta uno dei libri fondativi del pensiero cinese e contende con la Veda indiana e la Torah ebraica il titolo di testo più antico ancora in uso in modo continuativo ai giorni nostri. Nato in un'epoca in cui la divinazione era praticata in modo capillare nella società cinese così come in quella greco-romana, questo testo è divenuto nel tempo fonte di saggezza e punto di riferimento per l'auto coltivazione. Sun Simiao citandolo disse: "Senza studiare l'*Yijing* non è assolutamente possibile capire la medicina".

II TITOLO

"Nome omen" dicevano i latini, indicando che il nome è un presagio. L'*Yijing*, fedele alla legge del cambiamento, nei suoi tre millenni di storia ha cambiato più volte forma, lingua, uso ed anche titolo. Inizialmente nominato *Zhouyi*, il nome cambiò in *Yijing* quando anche il testo venne modificato. Verosimilmente nato in forma orale (molte delle sentenze e delle immagini risuonano con le iscrizioni rinvenute sulle ossa oracolari), la prima versione del Classico dei Mutamenti viene verosimilmente datata tra il 1.045 ed il 771 a.C., durante la dinastia Zhou, in onore della quale prese inizialmente il nome *Zhouyi*, ovvero Mutamenti della dinastia Zhou. Questa prima versione del testo non contiene traccia dei commentari. Il titolo *Yijing* indica una forma particolare del testo, che comprende le immagini degli esagrammi, le sentenze, i commenti alle linee ed una parte del commentario più famoso che da quasi due millenni lo accompagna: le "Dieci Ali".

Il nome *Yijing* racchiude in sé l'importanza di testo Classico (*jing*) che fin dall'origine gli venne riconosciuta ed il concetto di cambiamento (*yi*) che permea tutto il testo nella duplicità delle immagini e degli scritti.

L' *Yijing* si compone, infatti, di due ideogrammi: quello di *yi*, comunemente tradotto come mutamento, cambiamento e *jing* termine usato sia per indicare un testo classico ma anche il meridiano, ossia un canale orientato attraverso cui l'energia del corpo fluisce in modo preferenziale.



Il carattere *yi* porta nel nome il significato duplice di sole e luna, o anche di sorgere del sole. Il levarsi del sole scandisce la misura del tempo che passa e quindi, di riflesso, del mutamento. "Il movimento senza fine, che non ha mai fine e che si produce senza sforzo... questa permanenza nel cambiamento si chiama *yi*"

JING (R 979): Strada tracciata da nord a sud, trama del tessuto, Meridiano, regola costante; *jing* per estensione indica un testo Classico. Indica inoltre l'atto del governare. Sono pochi i testi cinesi che vantano il titolo di *jing*, il cui significato sta a metà tra un libro sacro, di rivelazione spirituale ed un testo classico, di importanza unanimemente riconosciuta³.



Nel pittogramma *jing* si distingue l'immagine di un filo di seta; subito sotto è rappresentata una corrente di acqua sotterranea ed un uomo che tende l'orecchio sul terreno per avvertirla. L'immagine si riferisce a qualcosa di prezioso, l'acqua, alla sua natura talvolta occulta ed alla capacità umana di sentirla e di scoprirla.

AUTORI

Le fonti classiche attribuiscono la paternità dell'Yijing a Fuxi eroe mitico che insieme a Shennong e Huangdi fa parte dei cosiddetti "tre Augusti" che rappresentano la personificazione delle tappe della civilizzazione cinese attraverso i millenni. Confucio stesso viene indicato tra gli autori fondatori del testo.

Secondo la tradizione classica Fuxi ebbe la "rivelazione" dei trigrammi osservando il guscio



Figura 1: Nüwa e Fuxi. Dipinto su seta, Dinastia Tang (651-676). Xinjiang, Museo della regione autonoma Uigura.

di una tartaruga. Fuxi, leader tribale di una tribù nomade, rappresenta lo spirito di connessione profondo con la natura e con l'universo, capace di cogliere i pattern ripetuti del mondo naturale. La tartaruga, protetta e nascosta dal suo guscio, rappresenta ciò che è nascosto, invisibile agli occhi. La scelta di un animale con il guscio allude quindi ad una parte nascosta. Questa natura duale (nascosto-evidente) corrisponde alla divisione classica del taoismo tra i capitoli interni ed i capitoli esterni o esoterici di un testo. Jeffrey Yuen sostiene, per analogia, che quando due trigrammi vengono posti insieme a formare un esagramma, il primo viene chiamato trigramma interno ed il secondo viene chiamato trigramma esterno. Detto in altri termini, il trigramma interno, cioè il più basso, è quello che rappresenta l'origine, mentre, il trigramma esterno, più alto, è quello che rappresenta la destinazione.

Fuxi viene spesso rappresentato con sembianze metà umane e metà animali; molto spesso insieme ad una figura femminile: la moglie Nuwa che tiene in mano un compasso (simbolo del Cielo) mentre egli stesso tiene in mano una squadra (simbolo della Terra). Rappresenta la guida, contenuta nel libro, che ci riporta in connessione

profonda con la natura e con il nostro spirito ancestrale. Lo stesso nome, Fuxi, richiama qualcosa di profondo e di nascosto, che deve essere portato alla luce. Sima Zhen, storico cinese della dinastia *Tang*, lo descrive così:

"Fuxi apparteneva al clan dei Feng. Successore di Suiren, continuò a perpetrare il mandato del Cielo e regnò. La sua virtù fu santa. Levando il capo contemplò le figure che si trovavano nel Cielo, abbassando il capo contemplò le forme che sono sulla Terra; attorno a sé contemplò la varietà di colore degli uccelli e degli animali terrestri e di tutto ciò che

appartiene al suolo. Inventò i testi scritti per sostituire il sistema dei nodi che vengono fatti alle corde. Poi, per primo, stabilì le regole del matrimonio dell'uomo e della donna; del dono di due pelli di animali ne fece un rito⁴"

Da questo passo si evince una connessione profonda con il mondo arcaico e naturale che Fuxi evoca tra gli uomini utilizzando il Rito.

L'osservazione di schemi ricorrenti riguardanti sia la conformazione del territorio, sia la modalità di espressione delle stagioni permisero alle popolazioni nomadi di trovare posti e tempi giusti per fermarsi e fondare una società agricola, il cui capo per eccellenza è Shennong.



Figura 2 Rappresentazione di Shen Nong, Castello D'albertis, Genova

Shennong, come dice il nome stesso, è "l'agricoltore divino", a capo di un popolo stanziale, contadino. A lui è attribuita l'invenzione dell'aratro, dell'agricoltura e viene indicato come un grande conoscitore delle piante officinali. A lui si attribuisce lo *Shennong Bencao Jing* 神農本草經 primo trattato di fitoterapia. Simaqian, storico della dinastia Han, nel *Shiji*, Memorie Storiche, dice di lui:

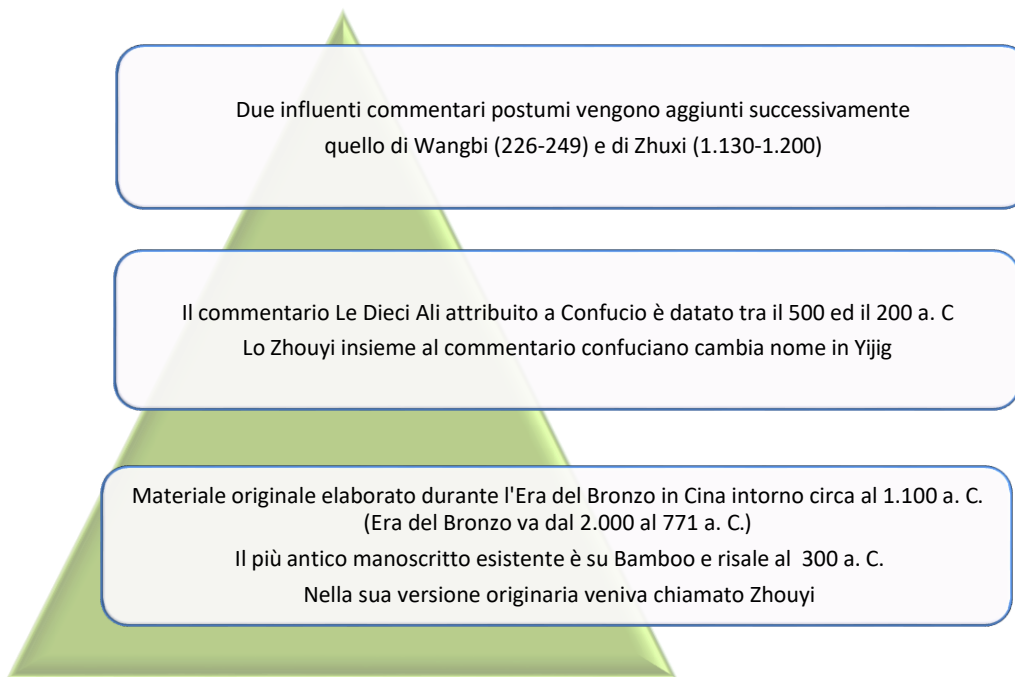
"Tagliò un ceppo di legno e ne fece un vomere, piegò un pezzo di legno e ne fece la bure di un aratro. Insegnò agli uomini ad usare l'aratro e la zappa. Prima di ogni altra cosa insegnò a lavorare la terra. Per questo viene chiamato Shennong, il Divino Lavoratore...Istitui il sacrificio di fine anno (legato ai riti dell'alimentazione). Per primo sperimentò le virtù di cento specie di piante e per primo trovò le sostanze che guariscono le malattie⁵"

Un popolo nomade che diviene sedentario ha bisogno di acque che scorrano placide e tranquille. Il fiume per antonomasia in Cina è il Fiume Giallo come Giallo è il suo imperatore. Huangdi, l'Imperatore Giallo, viene considerato l'inventore delle arti, profondo conoscitore dell'arte della longevità e della pratica medica.

Questi primi tre imperatori leggendari sono delle personificazioni delle tappe della civilizzazione. Tra questi:

- Fuxi è legato all'archetipo collettivo dell'osservazione della natura ed al riconoscimento di schemi ricorrenti e pattern che in essa si manifestano;
- Shennong è legato al passaggio alla vita sedentaria ed alla conoscenza delle arti umane (agricoltura, fitoterapia etc);
- Huangdi è legato all'invenzione delle arti ed alle pratiche di lunga vita.

Secondo la tradizione - ripresa da Simaqian, Bangu, Yangxiong, Wangchong e Zhuxi - Rewen sarebbe l'autore dei commenti all'esagramma mentre il duca di Zhou l'autore dei commenti alle singole linee. Altri, come Zhengxuan, attribuiscono a Confucio la paternità delle 10 Ali.



TESTUS RECEPTUS

Il testo che oggi riconosciamo come *Yijing* nasce da una stratificazione diacronica di testi e di aggiunte: il nucleo visivo del testo è attribuito al mitico personaggio Fuxi scopritore degli 8 trigrammi e per estensione dei 64 esagrammi; le sentenze legate agli esagrammi ed alle singole linee, invece, sono attribuite al *Rewen* ed a suo figlio, il *duca di Zhou* (XI sec a.C.). Questo nucleo iniziale, fatto di immagini e testo, intitolato *Zhouyi*, ovvero Classico della dinastia Zhou, viene datato in modo approssimativo intorno all'anno 1.100 a.C., durante l'età del Bronzo in Cina, sebbene la prima copia scritta a noi pervenuta su rotoli di bambù è datata intorno al 300 a.C. La versione originale dell' *Yijing* è costituita da 64 Decisioni prese dal *Rewen*, 86 Yao composti dal *Duca di Zhou* per un totale di meno di 5 mila caratteri cinesi. Tradotto in inglese, tutto il testo ammonterebbe più o meno ad una quarantina di pagine. Al II-V sec. A. C. risale un'aggiunta postuma di 7 pezzi⁶.

Più di 500 anni dopo la sua origine un commentario in dieci volumi, chiamato dai cinesi "Le Dieci Ali" ed attribuito forse impropriamente a Confucio, venne aggiunto allo *Zhouyi* che, proprio per questa aggiunta cambiò il nome in *Yijing*. I sei commentari al testo, compreso quello confuciano delle 10 Ali, furono ritrovati in sedi separate rispetto allo *Zhouyi* anche nella tomba di Mawangdui⁷.

Inizialmente nato come un manuale di divinazione, con l'aggiunta dei commentari l' *Yijing* divenne un libro di auto coltivazione e di saggezza. Se inizialmente l'interesse di chi lo consultava poteva essere soddisfatto nella lettura del passato-presente-futuro, i commentari (soprattutto quello confuciano) aggiunsero indicazioni pratiche su come comportarsi o non comportarsi per ottenere un determinato obiettivo.

Durante il periodo Han furono enfatizzati gli aspetti e l'interpretazione cosmologica del testo infatti questi commentari esaltavano le figure piuttosto che il testo. Jingfan ed il suo maestro aggiunsero la teoria dei 5 elementi ed il sistema dei tronchi celesti e rami terrestri alla

teoretica dell'Yijing. Al contrario, commentari come quello di Wangbi risultano più incentrati sulla dimensione filosofica ed erano molto più focalizzati sull'interpretazione del testo che dei diagrammi associati.

VERSIONI MODERNE E TRADUZIONI

Tra centinaia di traduzioni in inglese e meno di una dozzina in italiano, quelle storicamente più significative sono: la traduzione inglese a cura di Richard Wilhelm pubblicata nel 1950 (disponibile anche in italiano) e prima ancora quella di James Legge del 1882. Altri autori importanti sono Kunst, Baynes, Rutt e Lynn. Come indicato da Jeffrey Yuen, una traduzione inglese valida con un commento di stampo taoista è: "The Complete I Ching" di Alfred Huang.

Ognuna di queste edizioni si riferisce a momenti diversi dello sviluppo del testo: ad esempio la versione di Kunst, Rutt è basata su quella del periodo Western Zhou, quella di Lynn, invece, è più vicina al tempo di Wangbi. La traduzione di Legge e quella di Wilhelm-Baynes si rifanno al periodo tardo Qing.

LINGUAGGIO DEL TESTO

Anche se oggi appare misterioso ed a tratti criptico, all'epoca in cui fu scritto, il linguaggio utilizzato nell'Yijing, era semplice e comprensibile. I caratteri cinesi utilizzati per la scrittura erano pochi e per questo motivo:

- molti caratteri hanno uguale forma ma significati completamente diversi;
- caratteri diversi con differenti grafie condividevano la stessa fonetica e questo ha generato confusione considerando una possibile fase orale antecedente alla versione scritta;
- il testo manca di punteggiatura;

Per tutte queste ragioni anche cinesi appassionati della materia trovano non pochi ostacoli nella comprensione del testo se non guidati da istruzioni orali e maestri competenti.

Nucleo primario del testo

- Immagine dei 64 esagrammi (da *qian* a *weiji*) → attribuito a Fuxi
- Sentenze dei 64 esagrammi (da *qian* a *weiji*) → attribuito a Rewen
- Commento alle singole linee di ognuno dei 64 esagrammi → Duca di Zhou

Commentario “Le dieci ali” → Confucio

- 1-2 *Tuanzhuan* Commentari delle sentenze
- 3-4 *Xiangzhuan* Commentari delle immagini
- 5-6 *Xici* anche conosciuto come *Dazhuan* (Grande Commentario)
- 7 *Wenyan* Lessico del testo
- 8 *Shouogua* Spiegazione dei trigrammi
- 9 *Xugua* Sequenza degli esagrammi
- 10 *Zagua* Esagrammi in ordine irregolare

Nucleo primario del testo

-Immagine dei 64 esagrammi (da *qian* a *weiji*) → attribuito a Fuxi

-Sentenze dei 64 esagrammi (da *qian* a *weiji*) → attribuito a Rewen

-Commento alle singole linee di ognuno dei 64 esagrammi → attribuito al Duca di Zhou

Commentario “Le dieci ali” → Confucio

1-2 *Tuanzhuan* Commentari delle sentenze

3-4 *Xiangzhuan* Commentari delle immagini

5-6 *Xici* anche conosciuto come *Dazhuan* (Grande Commentario)

7 *Wenyan* Lessico del testo

8 *Shouogua* Spiegazione dei trigrammi

9 *Xugua* Sequenza degli esagrammi

10 *Zagua* Esagrammi in ordine irregolare

I CONCETTI FONDAMENTALI: *yin-yang* ed il mutamento

———— Lo *yang*, rappresentato da una linea piena, rappresenta la forza creatrice del Cielo.

— — Lo *yin*, rappresentato da una linea interrotta, rappresenta la forza della Terra, il femminile, la quiete, la notte.

Il moto di continua trasformazione di queste due entità distinte e complementari forma l'uno. Non si tratta di un'entità o di un essere, ma di due modalità che ci permettono di cogliere la fluttuazione del reale: relativi, complementari, interdipendenti, in trasformazione reciproca ed in reciproco consumo lo *yin* e lo *yang* non esistono in termini assoluti. Assoluto è solo il movimento che continuamente li genera, li consuma, li trasforma. Lo stesso ideogramma di *yin* e di *yang* riporta al concetto di relatività: in un determinato momento della giornata la faccia di una collina sarà *yang*, illuminata dal sole. Con il passare del tempo il sole compirà la sua traiettoria e quella stessa faccia della collina sarà *yin*, coperta dall'ombra. Discorso identico ma speculare potremmo fare descrivendo la faccia opposta della stessa collina. Dunque, guardando solo all'ideogramma dello *yin* e dello *yang* si scorge l'onnipresente dualità di tempo (alba e tramonto) e spazio (le facce della collina) come variabili interconnesse.

La filosofia dello *yin-yang*, insieme a quella dei cinque movimenti, venne incorporata nel Classico durante la dinastia Han, ad opera di Jingfan ed il suo maestro. La teoria dello *yin-yang* nel periodo in cui è stata concepita segna il passaggio da una interpretazione dell'universo di tipo magico-mitico ad una interpretazione speculativo-naturalistica⁸. Tutti gli aspetti della vita possono essere descritti in termini di *yin* e di *yang*, utilizzando un codice di codifica che nell'ultimo secolo è divenuto indirettamente di uso comune: il codice binario.

Nell' *Yijing* la dialettica a due- *yin* e *yang* può svilupparsi in un sistema di codifica della realtà basato sul tre: ecco che il trigramma diventa il simbolo o la metafora di diversi pattern che si ripetono in modo costante.

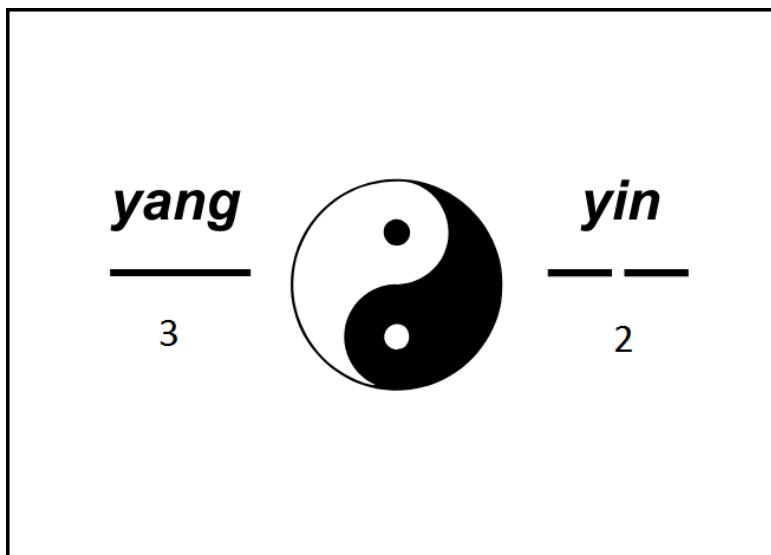
La mutazione è l'unica legge immutabile dell'universo e nell' *Yijing* gli esagrammi rappresentano proprio le "configurazioni simboliche dell'eterno divenire del *Tao*⁹".

CAPITOLO 2: I NUMERI ED I SIMBOLI

La costruzione degli esagrammi si basa su due linee:

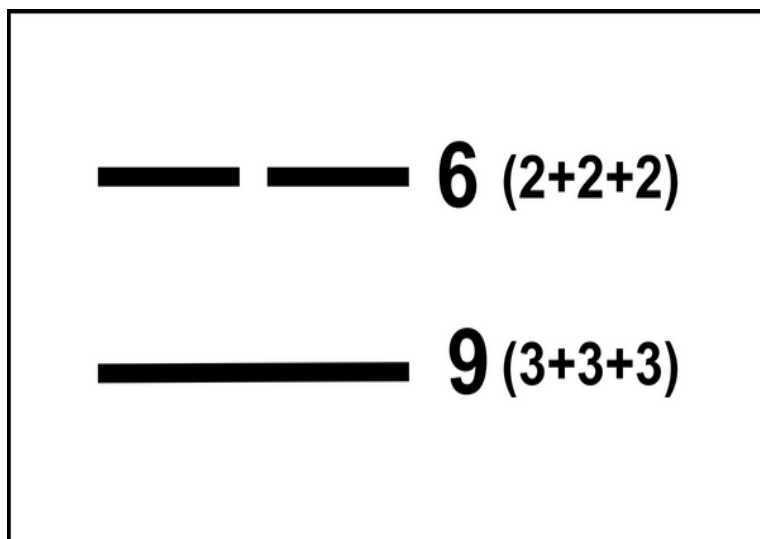
- la linea *yin*: una linea spezzata, composta da due trattini separati (si noti che due è numero pari e come tutti i numeri pari è *yin*). Ad essa è associato il numero 2;

- la linea *yang*: una linea intera, composta da un solo tratto (si noti che uno, come tutti i numeri dispari è un numero *yang*). Ad essa è associato il numero 3.












Ogni linea dell'esagramma porta con sé una descrizione numerica particolare. Nell' *Yijing* la descrizione numerica è utilizzata al posto della dialettica *yin-yang*.

La linea *yang* in cui lo *yang* è al culmine della sua potenza viene descritta con il numero 9 (3+3+3), la linea *yin* in cui lo *yin* è al culmine della sua potenza viene descritta con il numero 6 (2+2+2).



Dunque ogni linea dell'esagramma viene descritta con un doppio numero, il primo informa sul carattere *yin* o *yang* della linea, il secondo sulla posizione. Ad esempio:

- Sei al sesto posto
- Nove al quinto posto
- Nove al quarto posto
- Sei al terzo posto
- Sei al secondo posto
- Nove al primo posto


6° Posto	 	6
5° Posto		9
4° Posto		9
3° Posto	 	6
2° Posto	 	6
1° Posto		9

BIGRAMMI “Sixiang”


Secondo una interpretazione, gli esagrammi possono essere considerati come l'unione di due distinti trigrammi, i quali a loro volta derivano dall'evoluzione o il movimento di 4 bigrammi di partenza. Questa interpretazione è basata sul modello del ciclo a 4, che comprende i 4 maggiori assi energetici: *taiyin*, *taiyang*, *shaoyin* e *shaoyang* e non contempla *jueyin* e *yangming*.


Mentre il numero 1 rappresenta l'unità della creazione, il vuoto mediano taoista, l'espressione della potenza da cui tutto può svilupparsi e derivare, i numeri 2, 3 e 4 sono in stretta relazione con le condizioni della vita. Il numero 2 è, in particolare, indica la dualità della manifestazione, manifesto e nascosto, *yin* o *yang*, maschile o femminile. Il due rappresenta dunque polarità distinte ma interconnesse e complementari. Il suo valore qualitativo è concentrato a mio avviso nella parola *relazione*, nella visione del mondo che passa non più per oggetti singoli esistenti come unità a sé stanti ma come un'intricata rete di oggetti che esistono solo nella loro qualità relazionale con il resto degli oggetti con cui entrano in contatto.

Dall'unione della linea *yin* spezzata e della linea *yang* derivano dunque 4 figure “Sixiang”, ognuna composta da 2 linee:


taiyang


- due linee intere: è lo *yang* nello *yang*, il *taiyang*
- due linee spezzate: è lo *yin* nello *yin*, il *taiyin*

taiyin


shaoyang


- una linea spezzata su una linea intera: è lo *yang* che si muove verso lo *yin*, lo *yin* che nasce, lo *shaoyin*
- una linea intera sopra ad una linea spezzata: è lo *yin* che si muove verso lo *yang*, lo *yang* che nasce, lo *shaoyang*.

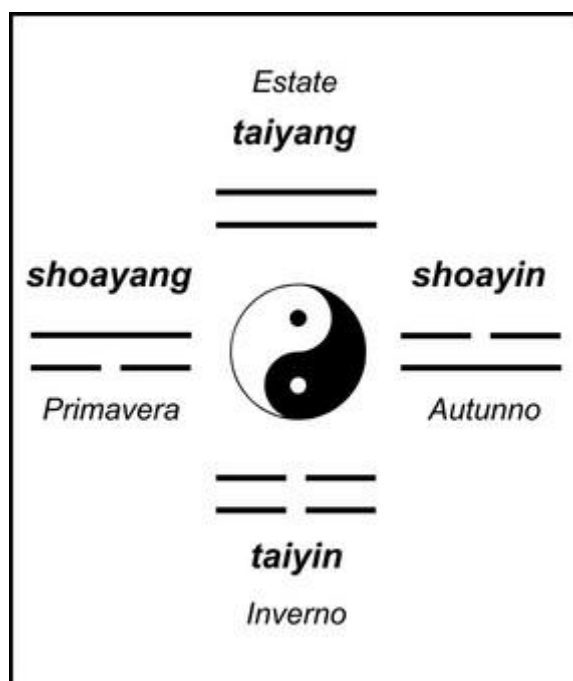
shaoyin


Quattro posizioni che rappresentano le condizioni e le prove della vita. Il quattro è un ritmo interno e invariabile che controlla le fasi *yin-yang* nello spazio e nel tempo, rappresenta anche il ciclo di origine della vita nell'ambito del quale le fasi si generano reciprocamente trasmettendosi energia. Quattro sono le stagioni, i punti cardinali, gli elementi che mescolati danno origine alla vita (carbonio, idrogeno, ossigeno, azoto) e 4 sono le basi azotate che mescolate danno origine a più di 20.000 geni.

I ritmi stessi dell'universo sono a più livelli organizzati in gruppi di 4.

La luce ed il buio si alternano in 4 fasi: alba, mezzogiorno, tramonto, mezzanotte.

I movimenti della terra rispetto al sole sono ugualmente scanditi da un ritmo a 4, composto di due equinozi e due solstizi: primavera, estate, autunno e inverno.



Guardando la prospettiva dello spazio avremo che ad Est il sole sorge, lo *yang* aumenta e lo *yin* è in declino, a sud lo *yang* è al suo massimo e declina mentre lo *yin* in profondità nasce, a ovest lo *yin* cresce e lo *yang* declina mentre a nord lo *yin* è al suo massimo e lo *yang* nasce.

Dunque il numero 4 contempla pure gli elementi Cielo, Terra, Acqua e Fuoco.

Il Cielo rappresenta la nascita dello *yang*, la scomparsa dello *yin*; è il movimento di exteriorizzazione con il passaggio dell'energia dalla pelvi al torace

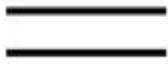
Il Fuoco esprime il massimo dello *yang*, la nascita dello *yin*, il movimento di superficializzazione, il passaggio dell'energia dal torace alla testa e alle braccia

All'apparire del movimento Terra scompare lo *yang*, compare lo *yin* col movimento di interiorizzazione l'energia ritorna al torace

L'Acqua realizza il massimo dello *yin*, la nascita dello *yang* e ulteriore internalizzazione dell'energia dal torace alla pelvi.

Dunque i quattro bigrammi fondativi possono essere interpretati come segue.

taiyang



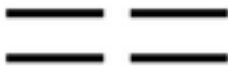
taiyang: è la regola, il padre. Rappresenta il movimento di superficializzazione dell'energia, è lo *yang* che si apre verso lo *yin* e diffonde i soffi. È lo *yang* che, raggiunto il culmine della sua potenza, contiene il germe dello *yin*. È la regola declinata su un piano maggiormente materiale (Vescica) o spirituale e psichico (Piccolo Intestino).

shoayin



shoayin: è lo *yin* che cresce e lo *yang* che diminuisce. Rappresenta il movimento di interiorizzazione dell'energia. Ha la sua radice nella radice nell'uomo, con Ki 1 e rappresenta il fondo della vitalità dell'Uomo, la tensione che lo dirige verso una effettuazione¹⁰. È il livello che ci permette di concretizzare le idee (Cuore) e di realizzarle sul piano materiale (Rene).

taiyin



taiyin: è la madre, è lo *yin* al culmine della sua potenza, contiene il germe dello *yang*. È il movimento di ripiegamento. È lo *yin* supremo, la madre che si apre alla potenza fecondante del Cielo. È l'apertura verso il Cielo con il respiro (Polmone) e verso la Terra tramite il cibo (Milza).

shoayang



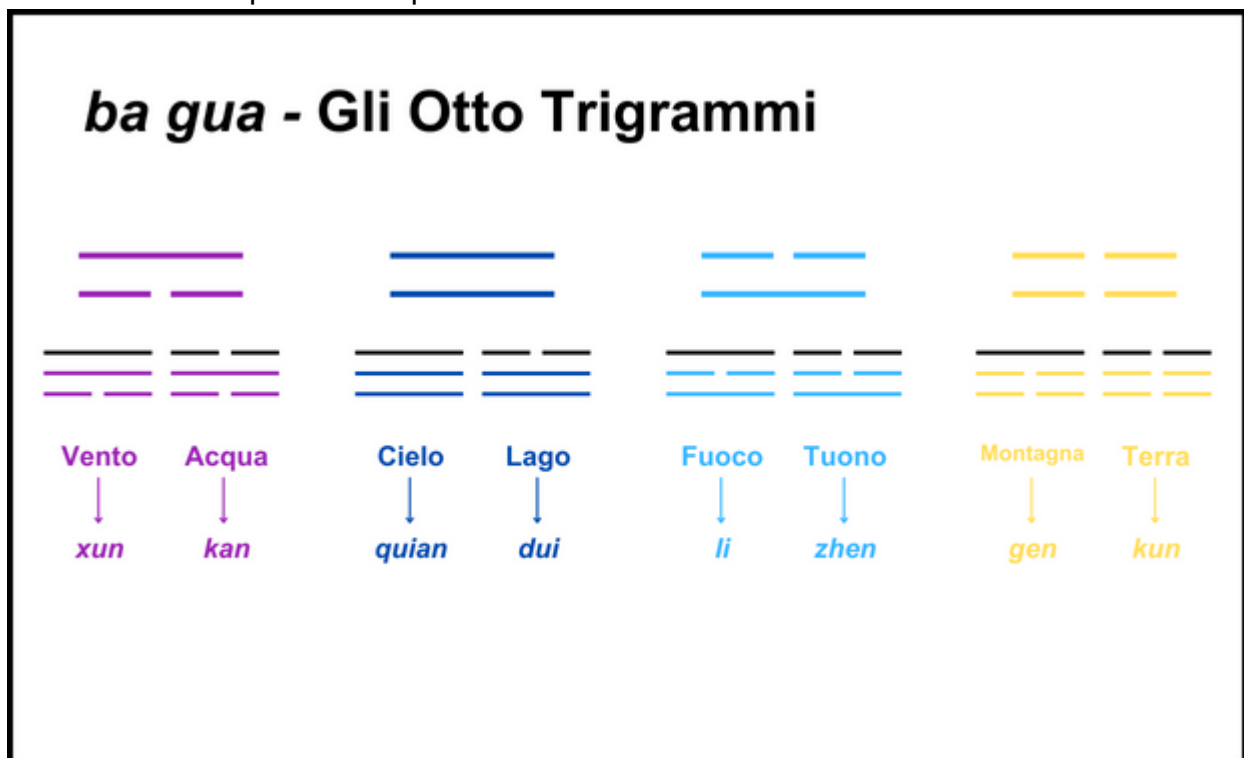
shoayang: gioca un ruolo di perno, di cerniera che regola i movimenti dello *yang*. È lo *yang* che nasce e lo *yin* che decresce. È il movimento di esteriorizzazione dello *yang*. Ci permette di scegliere sul piano fisico (Vescica Biliare) e sul piano psicologico se vivere in modo indipendente la propria vita o no (Triplice riscaldatore).

OTTO TRIGRAMMI *bagua*

Alfred Huang, in “The Numerology of I Ching” riporta un pezzo di commentario confuciano per introdurre l’argomento dei *gua*: “Nell’I è compreso il *Taiji*. Il *Taiji* genera le due energie primarie. Le due energie generano i 4 simboli primari. I 4 simboli generano ognuno degli otto *gua*.”

Il passaggio dai bigrammi ai trigrammi incorpora, accanto alla teoria del ciclo a quattro, la teoria dei 5 elementi.

Ognuno dei 4 esagrammi può rispettivamente muoversi in avanti, verso il Fuoco, o indietro, verso l’Acqua, e creare due ulteriori trigrammi. In totale si ottengono otto trigrammi, *bagua* dell’Anteriore al Cielo. Il numero OTTO - 八 *bā* – rappresenta la creazione materiale e immateriale in risposta alla spinta del Cielo



Il bigramma *shaoyang*- Legno si può muovere:

-in avanti, verso il Fuoco, lo *yang* e dare origine al trigramma Vento, *xun* che corrisponde al movimento del Legno

-indietro, verso l’Acqua, lo *yin* e dare origine al trigramma Acqua, *kan*

Il bigramma *taiyang*- Fuoco si può muovere:

-in avanti, verso il Fuoco, verso lo *yang* e dare origine al trigramma Cielo, *qian*

-indietro, verso l’Acqua, lo *yin* e dare origine al trigramma Lago, *dui*. Nella simbologia dello *yin yang* (*Taiji*) se il Fuoco si muove indietro non va al Legno ma all’Acqua

Il bigramma *shaoyin*-Metallo si può muovere:

-in avanti, verso il Fuoco e dare origine al trigramma Fuoco, *li*

-indietro, verso l’Acqua e dare origine al trigramma Tuono, *zhen*

Il bigramma *taiyin*-Acqua si può muovere:

-in avanti, verso il Fuoco e dare origine al trigramma Montagna, *gen*

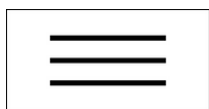
-indietro, verso l'acqua e dare origine al trigramma Terra, *kun*

Le interpretazioni elementari dei *gua* sono due:

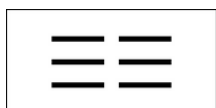
- una numerica, matematica, sintetizzata nei simboli
- l'altra è quella legata ai nomi ed alle parole.

I NOMI DEI TRIGRAMMI

I nomi dei trigrammi rappresentano le otto energie primitive che interagiscono nell'universo. Aiutandomi nella esemplificazione con le definizioni date da A. "Huang nel libro Numerology of I Ching", di seguito riporto un riassunto dei nomi e del loro significato archetipico:

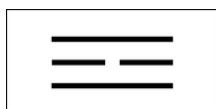


Cielo *qian*. È l'energia creativa dell'Universo. È l'energia di cui l'Universo si serve per realizzare la miriade di cose che lo compongono. È lo *yang*, il maschile

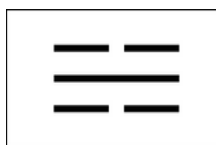


Terra *kun*. È l'energia *yin*. Non indica la Terra in senso stretto ma l'energia ricettiva della Terra.

L'energia creativa e quella ricettiva sono complementari e necessarie perché la vita si crei e si manifesti così come la vediamo

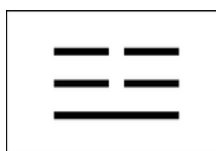


Fuoco *li*. È simbolo di Calore e Luce. Spesso aggettivato come luminoso, il Fuoco è simbolo di saggezza ed intelligenza. La luce ci permette di vedere e di distinguere quello che è giusto da quello che è sbagliato per noi.

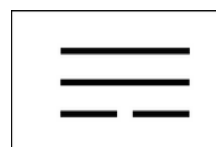


Acqua *kan*. È simbolo di pericolo. Gli antichi cinesi vivevano nell'entroterra e ritenevano l'Acqua fonte di pericolo e di difficoltà. Secondo la teoria delle cinque fasi, all'Acqua viene associato il colore nero-blu e per estensione il trigramma Acqua può essere interpretato come "scivolare nell'oscurità".

Kan rappresenta anche la luna



Fulmine *zhen*. Rappresenta l'energia eccitante dell'Universo. Mentre l'energia creativa porta le cose nella dimensione dell'apparire e dell'essere manifeste, l'energia eccitante permette a quelle stesse cose di crescere e di prendere movimento. Essa agita, risveglia, ispira, risolve, eleva ed esalta



Vento *xun*. Per alcuni autori il suo nome è Legno. È l'energia del vento che penetra l'Universo. Il Vento soffia in modo gentile e gentilmente passa attraverso i rami ed entra nella Terra, così il Legno gentilmente penetra

nel suolo. La gentilezza del movimento gli permette di penetrare in profondità.



Montagna *gen*. Rappresenta l'energia rassicurante dell'Universo. È l'energia complementare a *zhen*, l'energia eccitante. È l'energia che ferma la crescita o il movimento.



Lago *dui*. È l'energia inebriante dell'universo. Inspira allegria e gioia. In cinese l'ideogramma *dui* ha molti significati. Il suo significato originario è "parlare con gioia". Sebbene venga tradotto come lago, il suo significato è bacino o raccolta d'acqua, come una palude o una risaia

I NUMERI E I SIMBOLI

I *bagua* dell'Anteriore al Cielo

I trigrammi rivelati a Fuxi sul guscio di una tartaruga sono riconosciuti come *bagua* dell'Anteriore al Cielo. Nella loro rappresentazione ottagonale la sequenza è dominata dal Cielo e la Terra che occupano rispettivamente la posizione più alta e più bassa del disegno.

La numerazione in questo caso indica la posizione dei trigrammi nella sequenza.

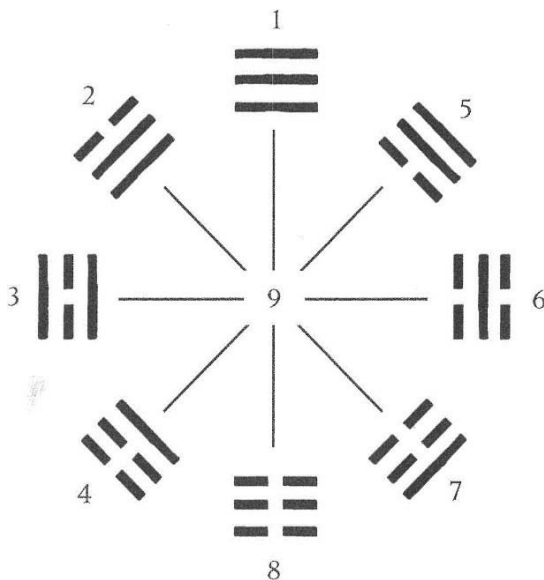


Figura 3: *bagua* dell'Anteriore al Cielo, numeri e simboli. "The Balance Method" D Twicken p. 46

Da un'osservazione approfondita dello schema dell'Anteriore al Cielo si evincono molti pattern ripetuti e speculari:

- i trigrammi opposti sono complementari: una linea *yin* in un trigramma corrisponde ad una linea *yang*, nella stessa posizione, nel trigramma opposto;
- tenendo conto che la linea *yin* ha due tratti e la *yang* uno, la somma di tutti i trattini nei trigrammi in posizione opposta è sempre 9 (ad esempio il trigramma 1 ha 3 trattini ed il trigramma al suo opposto è il numero 8 che ha 6 trattini: $3+6=9$);
- anche la somma dei numeri attribuiti ai trigrammi opposti è sempre 9 (ad esempio il trigramma 6 si trova in posizione opposta al trigramma 3: $6+3=9$).

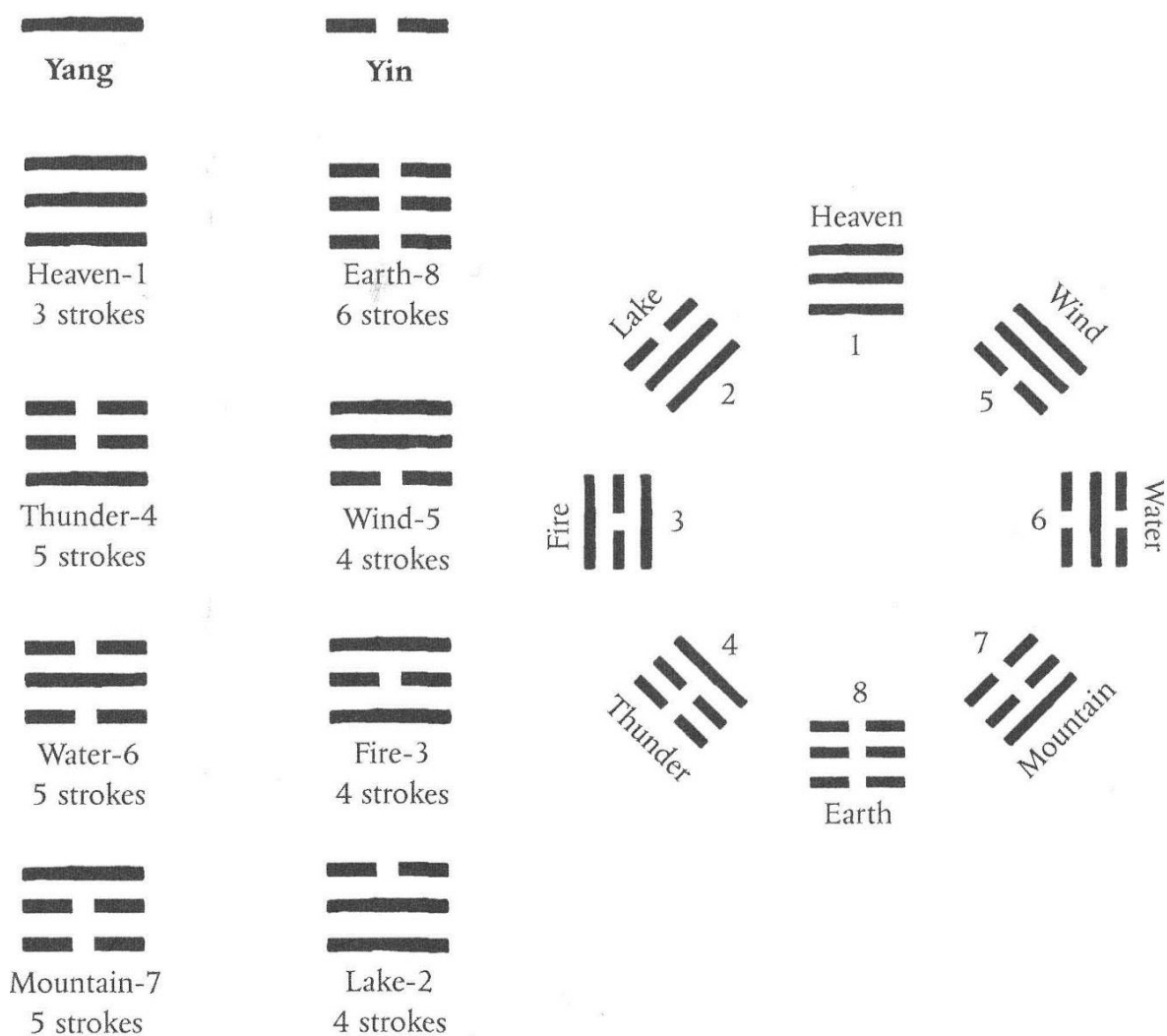


Figura 4: bagua dell'Anteriore al Cielo. Analisi grafica dei trigrammi opposti. "The Balance Method" Twickens p.45

Questo sistema di *gua* è un modello di corrispondenze che rivela una relazione tra la posizione e ed il significato simbolico in una situazione.

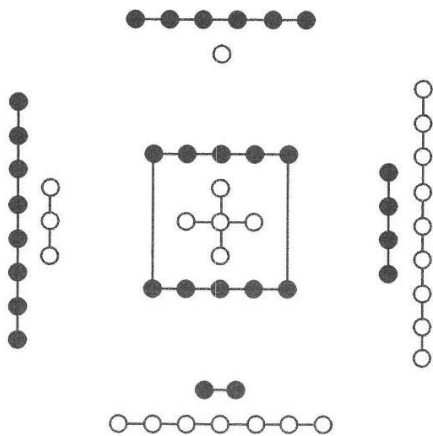
I *bagua* del Posteriore al Cielo

Esiste un altro arrangiamento dei trigrammi attribuito a Rewen detto *bagua* del Posteriore al Cielo. Durante il periodo della dinastia Shang, il Rewen fu imprigionato in un posto chiamato You Li per sette anni per mano di un tiranno. Egli dedicò l'intero periodo di prigionia allo studio dell'Yijing. L'osservazione attenta dei trigrammi di Fuxi lo portò a sviluppare un ulteriore rappresentazione ottagonale dei *bagua*: "*hou tian ba gua*".

In questo caso la numerazione non corrisponde alla sequenza di sviluppo dei trigrammi, come nel caso dei trigrammi dell'Anteriore al Cielo, bensì rappresenta l'attributo numerico stesso del trigramma, equivale cioè al suo nome.

La disposizione spaziale di questa serie di trigrammi è strettamente correlata a quella dei 9 palazzi ed all'antico codice *hetu*.

CODICE *hetu*



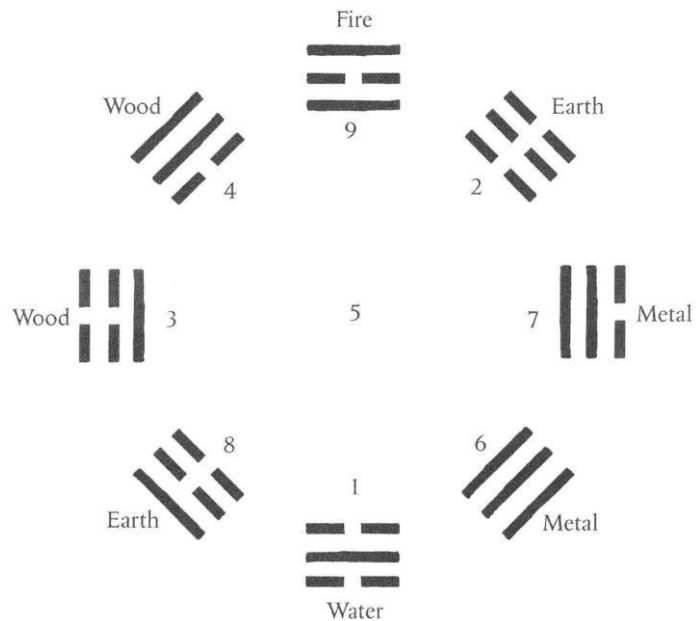
Il codice *hetu* è probabilmente il più antico codice visivo, da cui derivano i Nove Palazzi ed i *gua* del Posteriore al Cielo. È un sistema composto da due tipi di punti, bianchi e neri, che formano insieme 10 figure ognuna composta da un numero pari o dispari di punti.

Le figure con numero pari di punti sono colorate di nero, quelle dispari di bianco. In totale sono disposte a formare 4 cerchi. Il più interno contiene il numero 5. Il numero cinque rappresenta il centro, le influenze del Cielo (rappresentato dal numero tre) e della Terra (rappresentato del numero due) sull'uomo. In appendice si trova un breve riassunto sullo sviluppo

dei Nove Palazzi a partire dal codice *hetu*.

Così come nel codice *hetu*, nella rappresentazione circolare dei trigrammi del Posteriore al Cielo al numero 5 non è associato nessun trigramma in quanto la sua qualità è quella di essere bilanciante e centrale (vedi figura di lato).

Mentre la sequenza dell'Anteriore al Cielo vede nelle posizioni dominanti alto-basso rispettivamente Cielo e Terra, la sequenza del Posteriore al Cielo vede nella stessa posizione la declinazione terrestre delle stesse forze, dunque il Fuoco e l'Acqua. In questa rappresentazione ai trigrammi vengono associati i 5 movimenti:



- il trigramma 1, l'Acqua, è associato all'elemento Acqua
- il trigramma 8 la Montagna è associato alla Terra
- il trigramma 3 il Tuono è associato al Legno
- il trigramma 4 il Vento è associato al Legno
- il trigramma 9 il Fuoco è associato al movimento Fuoco
- il trigramma 2 la Terra è associato al movimento Terra
- il trigramma 7 il Lago è associato al Metallo
- il trigramma 6 il Cielo è associato al movimento Metallo.

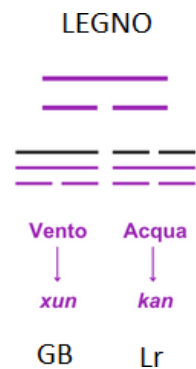
Osservando in senso orario la successione dei movimenti associati ai trigrammi in figura si nota come essi seguano il ciclo di generazione, Acqua-Terra-Legno-Fuoco-Terra-Metallo; il movimento Terra appare due volte, sempre al seguito del culmine dello yin (Acqua) e dello yang (Fuoco).

Questa nuova rappresentazione (*bagua* del Posteriore al Cielo) incorpora la teoria dei 5 movimenti ed è connessa ai 9 Palazzi

	Trigramma	Nome	Movimento	Punto Cardinale	Palazzo
<i>Kan</i>		Acqua	Acqua	Nord	Primo
<i>Kun</i>		Terra	Terra	Sud-Ovest	Secondo
<i>Zhen</i>		Tuono	Legno	Est	Terzo
<i>Xun</i>		Vento	Legno	Sud-Est	Quarto
<i>Qian</i>		Cielo	Metallo	Nord-Ovest	Sesto
<i>Dui</i>		Lago	Metallo	Ovest	Settimo
<i>Gen</i>		Montagna	Terra	Nord-Est	Ottavo
<i>Li</i>		Fuoco	Fuoco	Sud	Nono

MERIDIANI PRINCIPALI

L'abbinamento ai Meridiani Principali nell'ottica dei 5 movimenti suggerita dal maestro Jeffrey Yuen nella lezione sull'uso medico dell'Yijing è riportata di seguito.



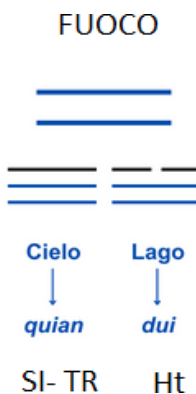
Lo *yin* (tratto spezzato in prima posizione) che va verso lo *yang* (tratto intero in seconda posizione) è abbinato al movimento Legno. Si può muovere:

-in avanti, verso il Fuoco, lo *yang*. Il trigramma abbinato è Vento, *xun*.

Lo *yang* del Legno è la Vescica Biliare

-indietro, verso l'Acqua, lo *yin* e dare origine al trigramma Acqua, *kan*.

Lo *yin* del Legno il Fegato

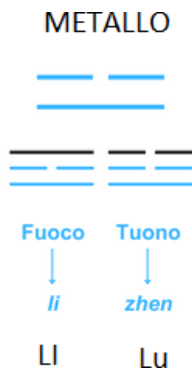


Lo *yang* nello *yang* (tratto intero in prima e seconda posizione) è abbinato al movimento Fuoco. Si può muovere:

-in avanti, verso il Fuoco, verso lo *yang* e dare origine al trigramma Cielo, *qian*. Lo *yang* del Fuoco è il Piccolo Intestino o Triplice Riscaldatore

-indietro, verso l'Acqua, lo *yin* e dare origine al trigramma Lago, *dui*.

Lo *yin* del Fuoco è il Cuore



Il bigramma *shaoyin* ovvero lo *yang* (linea intera in prima posizione) che muove verso lo *yin* (linea spezzata in seconda posizione) corrisponde al movimento Metallo e si può muovere:

-in avanti, verso il Fuoco e dare origine al trigramma Fuoco, *li*. Lo *yang* del metallo è Grosso Intestino

-indietro, verso l'acqua e dare origine al trigramma Tuono, *zhen*. Lo *yin* del Metallo è Polmone



Il bigramma *taiyin* ovvero lo *yin* nello *yin* (linea spezzata in prima e seconda posizione) corrisponde al movimento Acqua e si può muovere:

-in avanti, verso il Fuoco e dare origine al trigramma Montagna, *gen*. Lo *yang* dell'Acqua è Vescica

-indietro, verso l'Acqua e dare origine al trigramma Terra, *kun*. Lo *yin* dell'Acqua è Rene

MERIDIANI STRAORDINARI

A partire dalla dinastia Song si inizia a speculare sull'associazione tra gli 8 trigrammi e gli 8 meridiani straordinari. La generazione dei trigrammi associati agli otto straordinari parte dai trigrammi di Cielo e Terra, modificando le linee mutanti: prima la linea centrale e poi, seguendo un pattern alto-basso, le altre linee.

Partiamo dal trigramma *qian* ☰ composto da 3 linee *yang*, il mare dello *yang*. Nell'interpretazione medica legata ad un livello più costituzionale, questo trigramma è legato al *dumai*. Naturalmente *kun*, ☷ il trigramma composto da tre linee *yin*, è legato al *renmai*.

Il Cielo e la Terra incontrandosi generano l'umanità, i 3 tesori.

Pertanto, quando cambiamo le linee centrali di questi due trigrammi otteniamo il Fuoco (*li*) e l'Acqua (*kan*) che sono le forze che operano dietro l'umanità. Ad un livello post natale c'è una comunicazione tra Fuoco ed Acqua che è rappresentata, innanzitutto, dal meridiano *chongmai*. Pertanto, il *chongmai* rappresenta il ☲ Fuoco e poi il *daimai* rappresenta la forza che mantiene l'integrità del corpo, l'Acqua, quindi il trigramma Acqua ☵ corrisponde al *daimai*. Così si conclude la generazione dei 4 meridiani straordinari che normalmente vengono classificati come prima generazione.

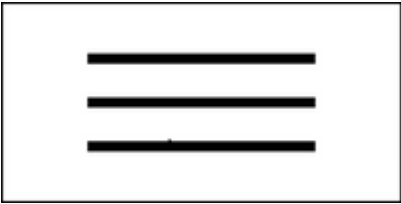
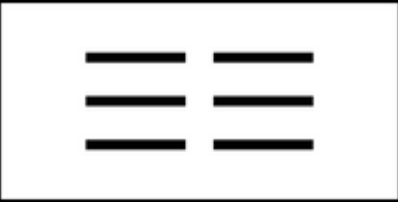
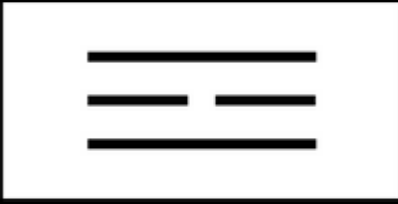
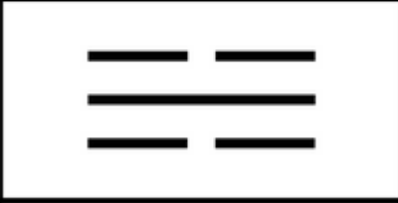
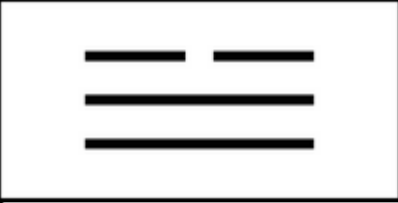
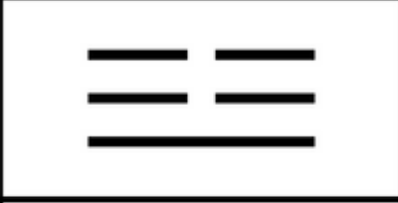
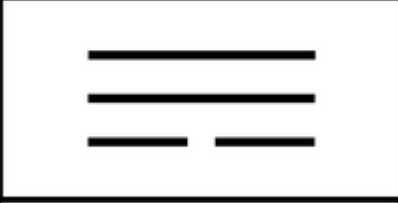
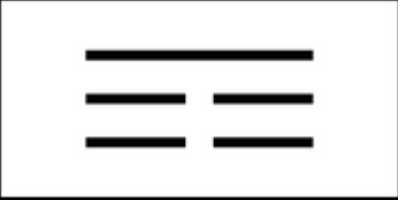
Dunque il movimento della linea centrale come linea mutante permette, a partire da Cielo e Terra la trasformazione in Fuoco ed Acqua, che sono le forze motrici e motivazionali dietro all'umanità.

Quando a cambiare sono la linea superiore del Cielo e la linea inferiore della Terra vengono a formarsi i due trigrammi connessi ai meridiani *wei*. Cambiando in *yin* la linea superiore del trigramma che rappresenta il *dumai* abbiamo lo ☶ *yinweimai*; in *yang* la linea più bassa del trigramma Terra otteniamo lo ☱ *yangweimai*.

Il trigramma Lago ed il trigramma Tuono sono i due canali *wei*.

Poi vediamo il mutamento della terza linea. In questo caso la linea mutante sarà la linea più bassa per lo *yang* e la linea più alta per lo *yin*. Questi sono i due trigrammi che rappresentano i meridiani *qiao*, *yingqiao* ☳ associato al trigramma Vento e *yangqiao* associato ☶ al trigramma Monte.

Considerando i punti di apertura sappiamo che il *dumai* coinvolge Intestino Tenue, il *renmai* coinvolge Polmone, il *chongmai* coinvolge la Milza, il *daimai* coinvolge la Vescica Biliare, il Pericardio è collegato al meridiano *yinwei*, il Triplice Riscaldatore è collegato al meridiano *yangwei*, ed in fine il Rene e la Vescica rispettivamente collegati ai meridiani *yingqiao* e *yangqiao*.

<i>dumai</i>		
<i>renmai</i>		
<i>chongmai</i>		
<i>daimai</i>		
<i>yinweimai</i>		
<i>yangweimai</i>		
<i>yinqiao</i>		
<i>yangqiao</i>		

ESAGRAMMI

Il numero SEI - 六 *liù* è legato alle linee che l'uomo può percorrere nella vita. Quando il numero 6 incontra il numero 4 (che rappresenta le prove e le condizioni della vita) nasce il numero 64 che rappresenta tutte le possibilità: 64 sono gli esagrammi dell'*Yijing*, ma anche i quadrati del Mandala e le caselle della scacchiera tradizionale.

Se assimiliamo l'esagramma al corpo umano ognuna delle sei linee ne rappresenta una parte.

La sesta linea corrisponde alla testa, al collo, al viso ed alla nuca. A volte associata all'arto superiore

La quinta linea corrisponde al torace (TR Superiore). A volte associata all'arto superiore

La quarta linea corrisponde all'addome medio (TR Medio)

La terza linea corrisponde alla parte bassa dell'addome (TR Inferiore)

La seconda linea corrisponde alle cosce

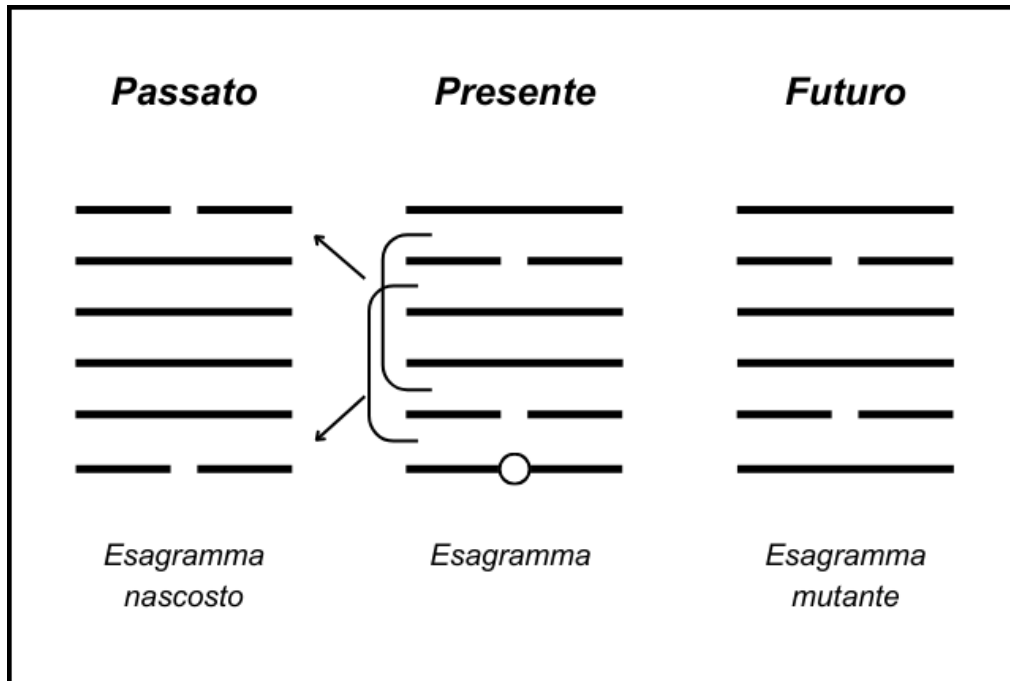
La prima linea corrisponde ai piedi/gambe

Nel contesto dell'interpretazione confuciana le sei linee possono essere associate alle relazioni umane:

- coloro che ci nutrono: padre-madre
- coloro che siamo noi a nutrire: figli-nipoti
- coloro con cui stabiliamo un rapporto alla pari: amici, colleghi, fratelli e sorelle
- coloro a cui dobbiamo sottostare o persone che devono sottostare a noi: il capo o i nostri dipendenti
- coloro con cui abbiamo una relazione molto intima: sposo sposa oppure oggetti a cui siamo particolarmente legati

Dal punto di vista medico la linea (bisogna prestare attenzione soprattutto alla linea mutante) può indicare quale relazione dobbiamo risolvere o migliorare per avere un migliore equilibrio psichico e fisico; ad esempio migliorare il rapporto con genitori o figli oppure cambiare lavoro perché, ad esempio, c'è un problema con il capo.

Da ogni esagramma è possibile ricavarne altri due: l'esagramma mutante e l'esagramma nascosto.



L'esagramma rivelato rappresenta il presente, quello nascosto o latente rappresenta il passato e quello mutante rappresenta il futuro. Nella visione dell' *Yijing*, però, il tempo non scorre in una prospettiva lineare, in una dimensione di essere e non essere quanto piuttosto nel movimento imperituro del passaggio dallo stato occulto al manifesto. L'esagramma nascosto (passato) e l'esagramma mutante (futuro) sono infatti contenuti nell'esagramma dato (presente) ma "occulti" se non li si sa riconoscere.

Nella lettura medica l'esagramma nascosto è carico di informazioni sulla base costituzionale della persona.

L'esagramma del mutamento rappresenta le scelte che possiamo ancora operare, quindi, il libero arbitrio. La linea mutante, in particolare, rappresenta il punto di minore stabilità e quindi quello su cui operare per trasformare più facilmente una condizione di malattia in benessere

CAPITOLO 3: LE DOMANDE

Il Classico dei Mutamenti può essere consultato usando l'antica pratica della divinazione oppure essere semplicemente letto a scopo meditativo e di auto coltivazione. Allo stesso modo, l'uso medico dell'*Yijing*, come sempre nella dialettica *yin-yang*, è duplice: da una parte l'uso divinatorio in cui il lancio delle monetine o dei bastoncini di achillea è utilizzato per rispondere a domande concernenti la prognosi, il trattamento o la radice della malattia; dall'altra parte l'*Yijing*, che in sé racchiude la conoscenza di tutte le cose del mondo trascritte in simboli, può essere letto come testo per la comprensione delle relazioni e degli equilibri del corpo umano e dei più ampi equilibri tra cielo, terra e uomo. Un testo molto interessante in questo senso è "I Ching Acupunture- the balance method" del dottor David Twicken, a cui in più punti ho fatto e farò riferimento.

I "pattern naturali" descritti nell'*Yijing*, e soprattutto le relazioni che tra essi si instaurano riguardano il Cielo, la Terra e, immancabilmente, l'Uomo. I 64 esagrammi descrivono i processi, i mutamenti e le relazioni che intercorrono tra i singoli *bagua*, gli otto trigrammi di base. Nella lettura medica gli esagrammi sono espressioni simboliche di processi di continua mutazione tra equilibrio e squilibrio, fisiologia e patologia. La valenza simbolica tiene aperta un'ampia rosa di visioni ed interpretazioni che cambiano di situazione in situazione. L'importanza fondamentale dello studio del Classico dei Mutamenti in ambito medico ce la ricorda Sun Simiao, secondo il quale: "senza studiare l'*Yijing* non è assolutamente possibile capire la medicina".

I METODI DI CONSULTAZIONE

L'uso divinatorio prevede diversi metodi di consultazione: il lancio di monetine, l'uso di bastoncini di achillea millefoglie, la visualizzazione di un numero o il lancio dei dadi.

Allo stesso modo la lettura del testo per l'auto coltivazione può essere affrontata in diversi modi: la corrente taoista raccomanda di leggere il testo seguendo la numerazione e l'ordine degli esagrammi, intesi come concatenati e completi solo nella loro relazione precedente-successivo e nella loro configurazione circolare; un'altra possibilità è di seguire una lettura casuale che prende in analisi l'esagramma singolo senza considerare il suo legame con la posizione e con i restanti esagrammi del testo.

Del resto neanche sull'ordine degli esagrammi c'è unanimità di pensiero. L'ordine che comunemente leggiamo (ad esempio quello proposto in traduzioni famose come quella di Legge o di Wilhelm) segue in parte l'ordine ritrovato nell'elegante versione scritta su rotolo di seta rinvenuta integra negli anni '70 a Mawangdui (ovvero tumulo funerario-*dui* del principe-Wangma). Come già detto, la versione scritta più antica a noi pervenuta è datata intorno al 300 a.C., iscritta su listarelle di bamboo tenute assieme da corde di cuoio o di altro materiale organico. A causa del deterioramento delle corde, il Classico dei Mutamenti è arrivato a noi in forma frammentata e senza una sequenza precisa riconoscibile. Si intuisce, dunque, la preziosità del rotolo di seta riportato alla luce a Mawangdui che, seppure

postumo (datato intorno al 168 a.C.) e diverso dalle altre versioni nei commenti agli esagrammi, rivela una struttura che si è mantenuta intatta nel tempo.

La consultazione dell'*Yijing* è stata per molto tempo in Cina uno strumento di validazione del potere. Probabilmente, durante il periodo del Bronzo cinese l'*Yijing* in forma scritta veniva utilizzato solo dalle élite cinesi che avevano al loro servizio dei "divinatori professionisti". La gente comune, probabilmente, utilizzava un sistema del tutto assimilabile all'*Yijing* ma trasmesso in forma orale. Con il passare del tempo, il cambiamento nella struttura sociale cinese e la diffusione dell'alfabetizzazione hanno comportato una maggiore diffusione dell'*Yijing* rispetto ad un altro sistema di divinazione: quello delle ossa oracolari, che risultavano più costose e più difficili da reperire ed interpretare.

Il compito politico e sociale della divinazione doveva essere quello di armonizzare il potere terreno dell'imperatore con quello cosmico delle leggi universali. Era preciso compito dell'imperatore, infatti, consultare l'*Yijing* prima di intraprendere decisioni importanti allo scopo di assicurare all'Impero di seguire il processo di armonia cosmica rivelata dalla divinazione. Non a caso Zhouxi, ultimo re della dinastia Shang, spesso descritto come sanguinario e crudele, viene in più fonti accusato di essere irrispettoso dei riti divinatori e manchevole di attuare quella funzione di armonizzazione tra cielo e terra necessaria per la pace e la prosperità dell'impero. Zhouxi, infatti, era solito consultare l'*Yijing* per ottenere buon auspicio solo dopo aver preso le decisioni.

La consultazione del testo, comunque, non era appannaggio solo di re e funzionari ma permeava la vita dei cinesi che vi si affidavano per ottenere i consigli più disparati. Durante il periodo Shang si iniziò un'opera di registrazione delle divinazioni imperiali e non che oggi costituisce un'importante fonte di conoscenza dei sogni e delle paure degli antichi cinesi.

METODI DIVINATORI

Come abbiamo già detto, la divinazione dell'*Yijing* è composta da due fasi: una di consultazione e l'altra di interpretazione. La consultazione può essere eseguita in vari modi: utilizzando dadi, bastoncini di achillea, visualizzando un numero oppure lanciando le monetine. In tutti i casi, l'uso divinatorio dell'*Yijing* prevede un ambiente tranquillo ed una meditazione iniziale. A condurre la divinazione è quasi sempre una figura esterna, nel caso della divinazione a scopo medico è il medico; questo per impedire che il coinvolgimento emotivo di colui che richiede la divinazione ne influenzi il risultato.

L'idea di fondo della divinazione dell'*Yijing* è che il Cosmo, apparentemente frammentato e caotico, risponde ad un ordine armonico delle cose. L'etimologia della parola Cosmo è greca (da *cosmos*) e significa ordine, armonia e bellezza (pensiamo, ad esempio, alla parola *cosmesi*). Dunque, tramite la divinazione, l'ordine delle cose si manifesta così com'è nel momento particolare in cui questa viene eseguita. Questa visione presuppone un'assonanza tra il micro ed il macrocosmo; ovvero che l'infinitamente piccolo risuona con l'infinitamente grande e che il movimento dei dadi lanciati in un determinato momento rispecchi nel piccolo i movimenti e le energie dell'universo, del grande.

Bastoncini di Achillea

Il metodo tradizionale si avvale di steli di Achillea, oggi sostituiti con bastoncini di bambù. L'achillea, chiamata anche "erba dei soldati" per le sue proprietà emostatiche, fu infatti citata nell'Iliade di Omero come la pianta scoperta da Achille capace di guarire la ferita da lancia del re Telefo di Mysia.

Il metodo dei bastoncini sembrerebbe il più antico, in uso già ai tempi della dinastia Zhou. Questo metodo prevede tre sorteggi per linea per un totale di 18 sorteggi (6 x 3= 18). Essendo un metodo lungo e laborioso viene oggi giorno poco utilizzato, o comunque riservato alle divinazioni che riguardano domande importanti e complesse.

Durante la consultazione, si raccolgono 50 steli di achillea o di bambù, e se ne mette uno da parte, detto *taiji*, ovvero assoluto o supremo, che rappresenta la realtà spirituale o assoluta e che proprio per questo motivo non viene mescolato insieme agli altri bastoncini. A questo punto i restanti 49 bastoncini vengono suddivisi in due gruppi, uno nella mano destra (destra è *yin*), che viene poggiato sul tavolo. Questo gruppo rappresenta simbolicamente la terra. L'altro gruppo rimane nella mano sinistra (sinistra è *yang*) ed è il gruppo che rappresenta il cielo. Con questa tecnica è necessario eseguire, come già detto, 3 calcoli per ogni linea, per un totale di 18 calcoli. Tutta la divinazione si svolge seguendo un complesso rituale che prevede la gestione dei bastoncini con la mano sinistra.

Partendo dal mazzo di sinistra, si estrae a questo punto un bastoncino che rappresenta l'umanità. In tal modo si completa la triade cielo-terra-uomo. Poi si estraggono dal mazzo contenuto nella mano sinistra i bastoncini a gruppi di quattro (di rimando al ciclo a quattro ed all'idea che l'Yijing origini da *taiyang*, *taiyin*, *shaoyang*, e *shaoyin*) finché nella mano sinistra non ne rimangono 4 o meno di 4. A questo punto si ripete la stessa operazione con i bastoncini posati sul tavolo simbolo della Terra, anche questi vengono allontanati in gruppi di 4 ed alla fine ne rimangono 4 o meno di 4. Quindi si sommano al bastoncino-uomo i bastoncini rimanenti dei gruppi cielo e terra: il totale può essere 5 oppure 9

$$1+4+4=9, 1+3+1=5, 1+2+2=5, 1+3+3=5^{11}$$

Da questo conteggio si scarta poi il bastoncino dell'umanità, dunque il risultato può essere 8 (9-1) oppure 4 (5-1). Si ripete l'intera operazione tre volte e si sommano i tre numeri ottenuti per avere ogni linea. Per tradizione l'8 viene considerato inferiore e viene tradotto con il numero 2 (nella dialettica *yin/yang* in cui *yin* vale 2 e *yang* 3), mentre il 4 è considerato superiore e vale 3.

L'altro metodo che prevede gli steli di achillea è molto più semplice: gli steli in questo caso sono 64, ognuno dei quali corrisponde ad un esagramma. In questo caso la divinazione prevede un solo passaggio: quello di estrarre un bastoncino dal mazzo dei 64.

Dadi

Il metodo di divinazione oggi più frequentemente utilizzato è quello che prevede l'uso di dadi o monete. Il primo prevede l'uso di 3 Dadi di differenti colori che rappresentano rispettivamente la linea superiore, media e inferiore (sistema moderno).

Monete e guscio di tartaruga

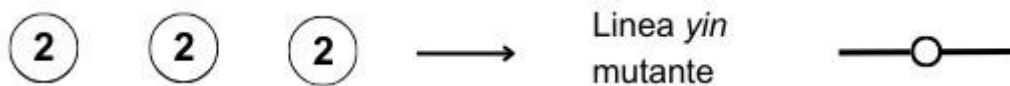
Il metodo oggi più usato in Europa prevede l'uso di 3 monete. Ogni moneta ha un lato testa ed un lato croce a cui viene assegnato un valore fisso di 3 oppure di 2. Le monete vengono scosse all'interno di un carapace di tartaruga 3 volte, o 9 volte ripetendo questo passaggio 6 volte. Quindi, 3 monete che vengono mescolate e lanciate per 6 volte, $6 \times 3 = 18$ che rimanda al numero 9, il numero del completamento.

La tartaruga è l'animale emblema dell'incontro tra Cielo e Terra: il carapace è rotondo e simboleggia il Cielo, il suo ventre invece è quadrato e simboleggia la terra. Il carapace inoltre è vuoto, e questo allude all'occulto ed all'invisibile. I trigrammi vennero rivelati a Fuxi proprio sul guscio di una tartaruga. Il capitolo 128 del *Shij*, Memorie Storiche, parla delle tartarughe:

“La tartaruga guida e rappresenta, nel suo corpo, il passaggio regolato del tempo; quindi essa sa come condurre i soffi e mantenere la loro circolazione che fa la vita. Viene così presentata come capace di “guidare i soffi”; ciò che le permette di prolungare la sua vita di migliaia di anni e di emettere gli influssi benefici che aiutano a sostenere, nell'ordine cosmico, i soffi degli esseri che vivono vicino a lei ¹²”

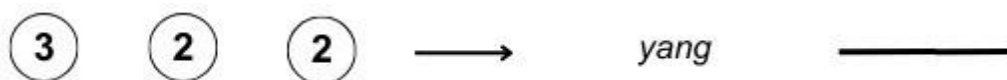
Le monete vengono lanciate e ad ogni lancio il risultato può essere:

- Tre monete *yin*. Leggendo il risultato in numeri risulta $2+2+2=6$ *taiyin*: *yin* supremo. Lo *yin* raggiunge il suo culmine e, secondo la legge dello *yin* e dello *yang*, si trasforma nel suo opposto.

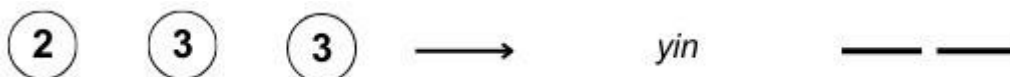


È una linea mobile e la sua rappresentazione grafica è una linea spezzata in due trattini riuniti al centro da un piccolo cerchio

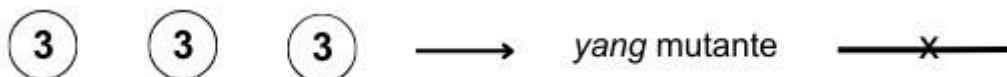
- Due monete *yin* ed una moneta *yang*. Leggendo il risultato in numeri risulta $2+2+3=7$ *shaoyang*: *yang* minore. È una linea *yang* fissa rappresentata da una linea intera



- Due monete *yang* e una moneta *yin*. Leggendo il risultato in numeri risulta $2+3+3=8$ *shaoyin*: *yin* minore. È una linea *yin* fissa rappresentata da una linea spezzata in due trattini



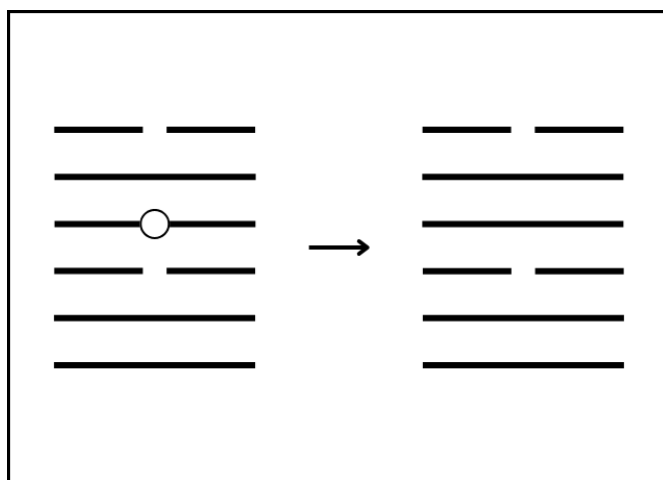
- Tre monete *yang*. Leggendo il risultato in numeri risulta $3+3+3=9$ *taiyang*: *yang* supremo. Lo *yang* raggiunge il suo culmine e, secondo la legge dello *yin* e dello *yang*,



si trasforma nel suo opposto. È una linea mobile e la sua rappresentazione grafica è una linea intera segnata al centro con una piccola x

Nell'analisi dell'esagramma viene riservata un'attenzione particolare alla linea mutante, della quale bisogna leggere in dettaglio il commento alla linea.

Ad esempio, vedi figura sotto, poniamo che l'esagramma ottenuto ha una sola linea mutante che è una linea *yin* al quarto posto. Ciò vuol dire che durante il lancio delle monetine per determinare la quarta linea avevamo ottenuto 3 monete uguali, tutte *yin*, $2+2+2=6$. Dunque lo *yin* raggiunge il suo massimo e per questo si trasforma nel suo opposto, lo *yang*. Consultando il testo, dopo aver analizzato i simboli e meditato sulla sentenza dell'esagramma, andremo a leggere il commento specifico della quarta linea in cui troveremo scritto: "sei al quarto posto significa.." con tutta la spiegazione della linea mutante.



Tecnica di visualizzazione

Infine si può utilizzare la visualizzazione mentale dei numeri: dopo aver visualizzato un numero lo dividiamo per 8 (numero dei trigrammi) ed il resto della divisione ci dà indicazione sul trigramma. Se non c'è resto il trigramma eletto è Terra.

I NOVE PALAZZI

Le domande della pratica divinatoria dell'*Yijing*, normalmente, riguardano i temi fondamentali dell'esistenza raccolti ed espressi nei 9 palazzi. Nella logica del Taoismo della Completa Realtà del Nord, *Quan Zhen Dao* 全真道, i 9 Palazzi del Cuore sono le 9 prove con cui ci si deve confrontare per giungere alla Realizzazione. Nove erano le regioni dell'impero cinese ed altrettanti erano i palazzi dell'imperatore, cioè 1 per ogni direzione cardinale associati agli 8 Trigrammi (*bagua*) ed 1 Palazzo Centrale.

I nove palazzi possono essere raggruppati in gruppi di 3, come 3 sono le fasi di evoluzione dell'uomo:

- La sopravvivenza: ad essa appartengono i primi tre palazzi, ovvero il palazzo della salute, dell'abbondanza e della prosperità;
- La relazione: nel cui dominio troviamo il palazzo delle relazioni, della creatività e del viaggio;
- La differenziazione con il palazzo della carriera, della saggezza ed infine il ritorno a casa.

Questi palazzi sono rappresentati:

- Primo palazzo: SALUTE. Spesso si fanno domande sulla salute e su come migliorarla. È un concetto che non riguarda solo la salute fisica ma una relazione sana con sé stessi e il mondo circostante. Il concetto di salute non è quello di assenza di sintomi fisici;

-Secondo palazzo: delle finanze o dell'ABBONDANZA. Le domande riguardano gli investimenti o le opportunità in affari;

-Terzo palazzo: della PROSPERITÀ. La prosperità implica il poter donare agli altri. Le domande sono solitamente "cosa dare ed a chi" e "a chi dare qualcosa?". Questo palazzo, come già osservato, fa riferimento alle relazioni perché bisogna scegliere come distribuire i propri beni tra le persone con cui si entra in relazione (sposo/sposa, figli, amici etc.);

-Quarto palazzo: delle RELAZIONI, con domande che magari riguardano perché un matrimonio sta andando a pezzi oppure perché c'è un cattivo rapporto con un fratello o una sorella, o con un figlio/figlia; questo palazzo riguarda anche domande di scala globale, come per esempio rispetto alla pandemia da Sars-Cov-19;

-Quinto palazzo: la CREATIVITÀ. Riguarda l'atto creativo nel senso procreativo (i figli) o nel senso di produzione artistica, artigianale, intellettuale etc. Dalla relazione nasce qualcosa di nuovo, che riflette ciò che si è. È il proprio prodotto.

-Sesto palazzo: il VIAGGIO. Il palazzo del viaggio o dell'avventura, degli amici. Viaggiare è cercare ciò che è diverso da sé e ciò che invece unisce tutti gli esseri umani.

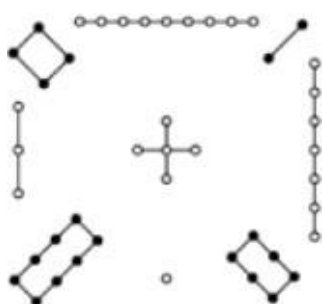
-Settimo palazzo: il palazzo della conoscenza e dell'educazione che riguarda domande che si fanno sulla propria CARRIERA, su cosa si dovrebbe fare, cosa si dovrebbe cambiare;

-Ottavo palazzo: la SAGGEZZA. Quello che dà la direzione alla nostra stessa esistenza, che ci fa capire come poter far ritorno a casa.

-Nono palazzo: il RITORNO A CASA. L'individuo ha compreso la sua essenza e quella del cosmo e non sente più la necessità di iniziare nuove prove o eventi per sentirsi completo e realizzato.

IL QUADRATO MAGICO

L'anello di congiunzione tra i 9 palazzi e i *bagua* è il quadrato magico.



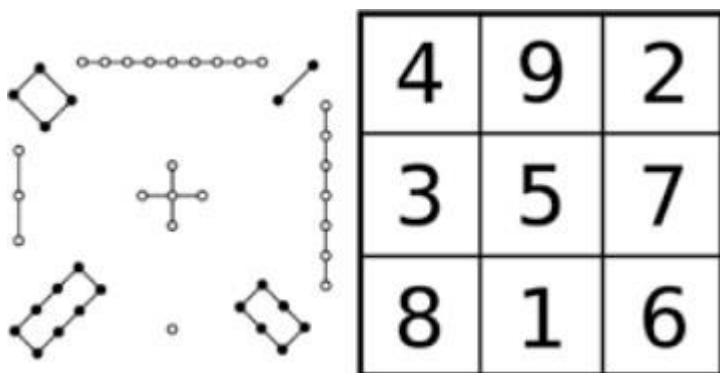
Il quadrato magico (sopra in figura) risulta dalla rappresentazione schematica numerica di *luoshu*.

Il modello *luoshu* si aggiunge ai tre modelli finora esplorati: i trigrammi dell'Anteriore al Cielo, i trigrammi del Posteriore al Cielo ed *hetu*. Come per gli altri sistemi simbolici (fatta eccezione per i trigrammi del posteriore al cielo) ancora una volta lo scopritore del *luoshu* è Fuxi ed ancora una volta la rivelazione passa attraverso il guscio di una magnifica tartaruga emersa dal fiume Lo alla fine di un sacrificio.

Figura 5 Luoshu

Il sistema *luoshu* è tipicamente rappresentato in forma quadrata in bianco e nero. Nei testi taoisti, invece, è spesso rappresentato in forma quadrata (simbolo della terra) e di colore rosso, mentre la rappresentazione *hetu* veniva rappresentata in forma circolare (simbolo del cielo) e di colore verde. Il sistema adottato è quello dei pallini uniti dalle linee disposti secondo i punti cardinali a partire da nord. I pallini vuoti corrispondono a numeri *yang*, i pallini pieni a numeri *yin*¹³.

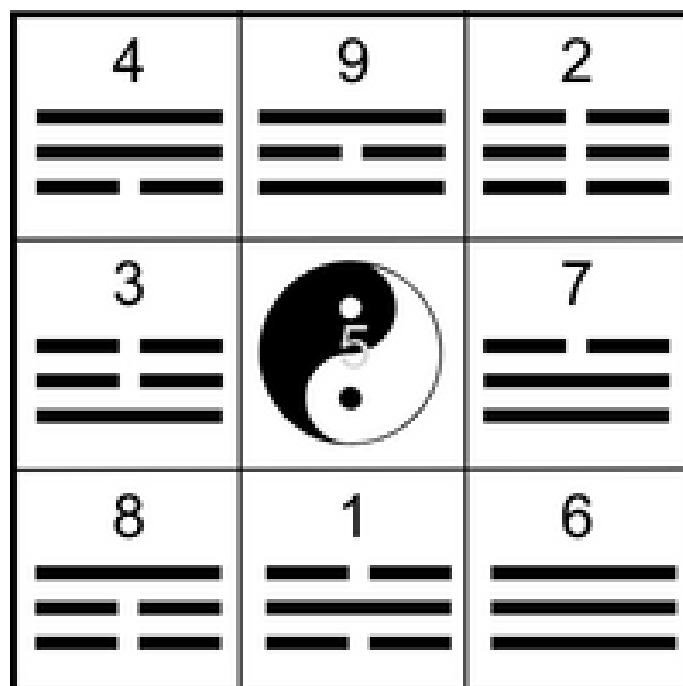
La differenza tra *hetu* e *luoshu* che subito salta all'occhio è che nell'*hetu* i pattern sono 10 mentre nel *luoshu* sono 9.



Sostituendo i pallini con i numeri otteniamo un quadrato con tre righe e tre colonne: il quadrato magico. La caratteristica matematica più interessante di questo sistema è che la somma dei numeri delle righe e delle colonne, così come quello dei numeri in diagonale, è costante: quindici. Il numero 15 torna anche nella rappresentazione

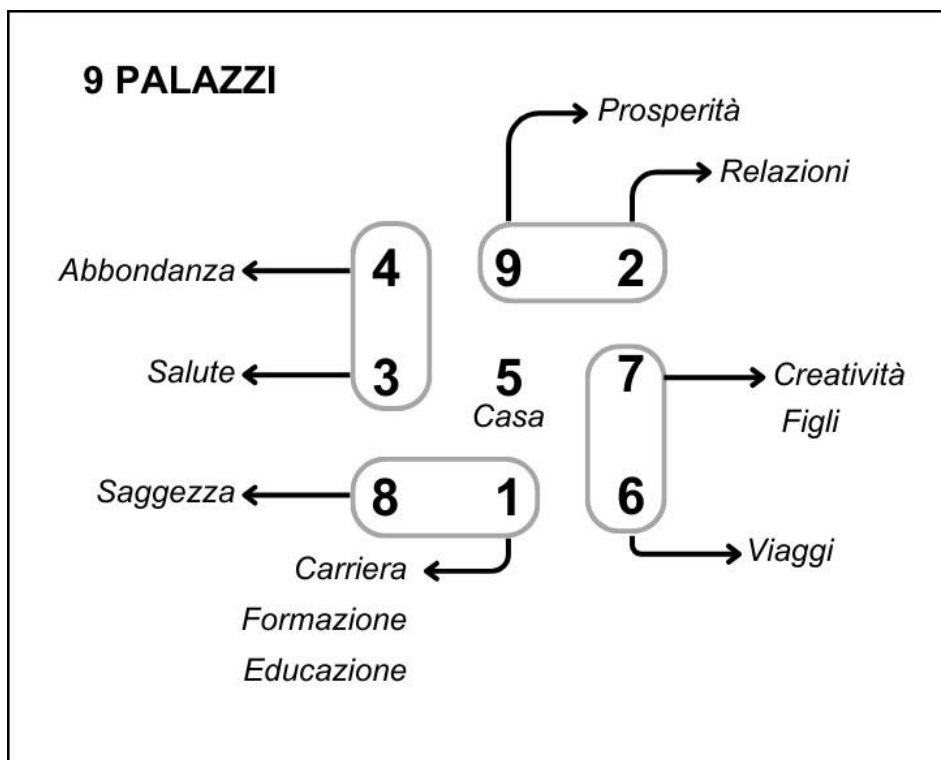
numerica dello *yin* e dello *yang* nell'*Yijing*: infatti la somma dello *yin* (valore numerico $2+2+2=6$) e dello *yang* ($3+3+3=9$) è rappresentato da una linea intera del valore numerico di 9 è 15 ($6+9=15$).

Osservando il quadrato magico possiamo innanzitutto notare che la posizione centrale è occupata dal numero cinque. Il quadrato magico è fortemente connesso con il modello dei 5 movimenti. Le relazioni tra Cielo-Terra-Uomo ma anche quelle tra uomo e uomo sono descritte dai rapporti numerici fra i 9 numeri secondo la teoria dei 5 Elementi. Tutti gli elementi sono connessi tra loro secondo il ciclo di generazione che alimenta e accresce un determinato movimento ed il ciclo di controllo che invece ne ferma la crescita e ne modula il movimento. L'Acqua (1) nutre il Legno (3 e 4) che alimenta il Fuoco (9) che arricchisce la Terra (2, 8 e 5) che produce il Metallo (6 e 7) che genera l'Acqua e così via. Ma l'Acqua (1) spegne il Fuoco (9) che fonde il Metallo (6 e 7) che taglia il Legno (3 e 4) che ferma la Terra (2, 8 e 5) che argina l'Acqua e così via.



I 9 Palazzi e i 9 punti di meridiano di Cuore / Pericardio

Le domande della pratica divinatoria dell' *Yijing*, medica e non, ricadono spesso all'interno dei nove Palazzi. L'analisi della domanda può di per sé aiutarci a svelare quale dolore il cuore del nostro paziente sta affrontando e può aiutarci a sostenerlo nella difficoltà utilizzando anche il punto di Ministro del Cuore associato al palazzo a cui la domanda è collegata.



Di seguito riporto in tabella i punti di ministro del cuore associati ad ognuno dei nove palazzi.

Palazzo della Salute	Pc 3	<i>quzé</i>	Curva della palude
Palazzo dell' Abbondanza	Pc 4	<i>ximén</i>	Porta della fenditura
Palazzo della Prosperità	Pc 9	<i>zhongchong</i>	Assalto centrale
Palazzo delle Relazioni	Pc 2	<i>tianquàn</i>	Sorgente celeste
Palazzo della Creatività	Pc 7	<i>daling</i>	Grande collina
Palazzo del Viaggio	Pc 6	<i>neiguan</i>	Barriera interna
Palazzo della Carriera	Pc 1	<i>tianchi</i>	Stagno celeste
Palazzo della Saggezza	Pc 8	<i>laogong</i>	Palazzo del lavoro
Palazzo del Ritorno a Casa	Pc 5	<i>jianshi</i>	Spazio del messaggero

Dunque possiamo utilizzare un punto specifico di Pericardio per sostenere il paziente nella difficoltà specifica che il suo cuore sta incontrando (es Pc 2 se la difficoltà è nella relazione o Pc 1 se il paziente è particolarmente sofferente per una situazione lavorativa).

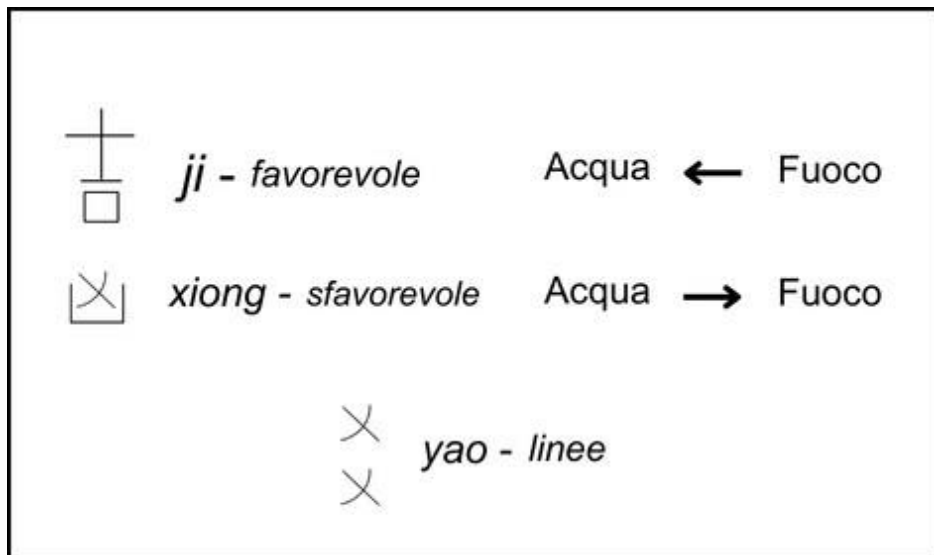
CAPITOLO 4: LE RISPOSTE

USO MEDICO DIVINATORIO DEI TRIGRAMMI: gli insegnamenti del maestro J. Yuen

Nella prospettiva taoista il binomio bene-male perde significato in termini assoluti. Volendo ricondurre ogni rappresentazione della vita al sistema *yin-yang*, sarà più facile comprendere che il bene ed il male si compenetrano, sono complementari e si trasformano l'uno nell'altro. Trovare il modo di trasformare le sofferenze (che normalmente consideriamo il male) in risorse (che normalmente consideriamo il bene) è la chiave della Guarigione. Il lessico oracolare dell'interpretazione divinatoria dell'Yijing distingue il responso in modo semplice in:

- favorevole, di buon auspicio, *ji*: generalmente usato per i trigrammi frutto del movimento in avanti, verso il Fuoco;
- sfavorevole, *xiong*: riferito di solito ai trigrammi in regresso, in movimento verso l'Acqua. L'ideogramma sfavorevole contiene il logogramma di *iao*.

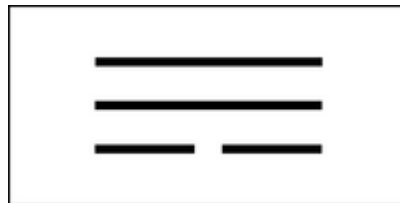
iao indica le linee del classico dei mutamenti. La sua immagine è costituita da due braccia che abbracciano ripetuta due volte, nell'idea che bisogna abbracciare il trigramma inferiore ed il trigramma superiore. Il carattere per il responso sfavorevole *xiong* mostra qualcosa che viene abbracciato ma che è difficile mantenere.



Le preziose informazioni che seguono riguardano l'interpretazione medica dei singoli trigrammi; sono state tratte dalla lezione di novembre 2021 tenuta sull'uso medico dell'*Yijing* dal maestro Jeffrey Yuen.

VENTO

Il trigramma Vento è costituito da una linea *yin* sormontata da due linee *yang* ed è simbolo di flessibilità, adattabilità. Il suo movimento è quello dolce e lento del Vento.



Il Vento rappresenta il movimento di avanzamento del Legno verso il Fuoco e pertanto viene considerato un trigramma di buon auspicio.

Diagnosi: rappresenta patologie lievi riguardanti i muscoli, i meridiani Tendino Muscolari o i nervi.

Prognosi: il trigramma Vento indica una condizione non particolarmente grave, di facile risoluzione.

Indicazione temporale: tarda primavera.

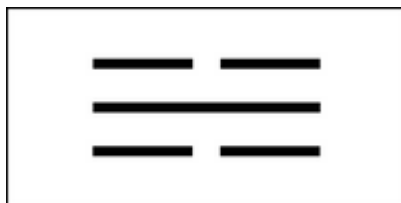
Indicazione spaziale: il Vento rappresenta il movimento del Legno verso il Fuoco; la sua direzione è sud est (Fuoco è sud, Legno è est). Durante una seduta di agopuntura rituale la testa del paziente dovrà essere rivolta a sud est.

Emozioni: tristezza, angoscia, afflizione. Le emozioni associate ad un Legno non armonico sono tipicamente rappresentate da rabbia e frustrazione. Il trigramma Vento rappresenta il Legno armonico e le emozioni ad esso associate derivano da uno squilibrio nel ciclo di controllo con un esubero del Metallo.

Oracolo: se la domanda riguarda l'interesse a continuare un determinato progetto, il trigramma Vento indica un incoraggiamento ad andare avanti, rimanendo aperti e flessibili verso nuove opportunità.

ACQUA

Il trigramma Acqua risulta dal movimento retrogrado dell'elemento Legno; questo non è considerato di buon auspicio. Dal punto di vista clinico il ritorno verso l'Acqua rappresenta una messa in latenza del problema.



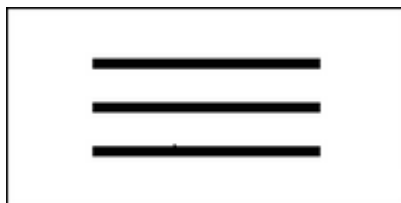
Diagnosi: la localizzazione anatomica del disturbo è frequentemente la zona uro-genitale (nello schema di generazione dei trigrammi l'Acqua viene dal Legno ed entrambi i movimenti hanno rapporto con gli organi genitali). Questo trigramma corrisponde alle patologie croniche dei genitali, ad esempio una prostatite, oppure a malattie infettive che prima di manifestarsi hanno un periodo di latenza più o meno lungo: ad esempio patologie virali causate da Herpes Zoster o da Sars-Cov-19.

Emozioni: a livello psicologico indica ansia, spavento, paura, fobie, terrore e tensione¹⁴.

Prognosi: indica problemi che possono andare incontro a remissione temporanea o a periodi di latenza per poi ripresentarsi.

CIELO

Il trigramma Cielo è composto da tre linee *yang* e rappresenta creatività, prosperità e abbondanza. Viene considerato di buon auspicio in quanto è il risultato del movimento in avanti del Fuoco.



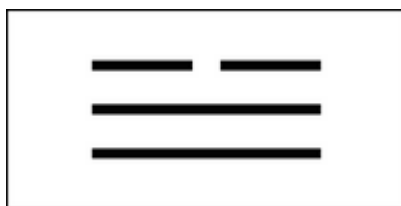
Diagnosi: la patologia è localizzata nella parte alta del corpo; potrebbero essere coinvolti la testa, gli organi di senso, il cervello o la parte superiore del dorso. Indica patologie acute e maligne

Prognosi: l'eccesso e l'abbondanza rappresentati dal trigramma Cielo potrebbero rappresentare la gravità della patologia. Si noti come un trigramma generalmente considerato favorevole può indicare un'evoluzione sfavorevole. Non esiste un trigramma o un esagramma favorevole o sfavorevole in senso assoluto ma il significato dipende dalla combinazione tra i diversi trigrammi e dalla loro interpretazione.

Emozioni: indica stati mentali o emozionali estremi che possono sfociare in isteria, delirio o mania. Può rappresentare un'attitudine aggressiva, una completa mancanza di temperanza o un'eccessiva indulgenza.

LAGO

Nonostante risulti da un movimento retrogrado del Fuoco, il trigramma Lago è generalmente considerato favorevole. Il Cielo rappresenta, infatti, il massimo dello *yang* ed in quanto tale si trasforma naturalmente nell'elemento opposto: l'Acqua, rappresentata dal Lago. Nella teoria delle cinque fasi corrisponde alla fase Metallo.



Il movimento del Fuoco verso l'Acqua apre all'idea di "restituire alla comunità", di condividere ma anche di celebrare. Il Lago indica anche un'attitudine di distacco dai propri beni (il carattere *dui* di Lago accanto al carattere di carne, assume il significato di "lasciar andare").

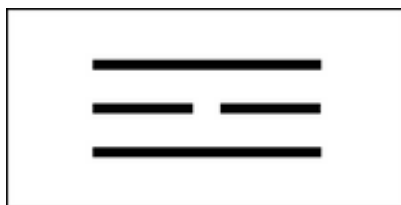
Diagnosi: indica problemi della sfera riproduttiva; ad esempio turbe della fertilità oppure calo della libido.

Emozioni: in campo psicologico indica esagitazione e delirio¹⁵

Prognosi: il Lago è un ritorno verso l'Acqua che indica una messa in latenza o, più propriamente, una cronicizzazione del problema. Può anche indicare tempi lunghi per la risoluzione.

FUOCO

Il trigramma Fuoco *li* rappresenta il passaggio dall'Acqua al Fuoco ed è simbolo di luminosità, espressività, capacità di splendere; indica la capacità di lasciar brillare la propria luce interiore.

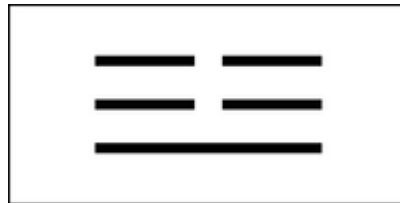


Diagnosi: indica calore, infiammazione, malattie dell'apparato circolatorio e problemi legati al sangue.

Emozioni: ansietà, irrequietezza, irritabilità e insonnia.

TUONO

Il Fuoco si muove verso il Metallo: si arriva al trigramma Tuono, formato da una sola linea *yang* in basso sovrastata da due linee *yin*. Rappresenta il movimento rapido, la velocità, l'eccitazione e lo scuotimento.



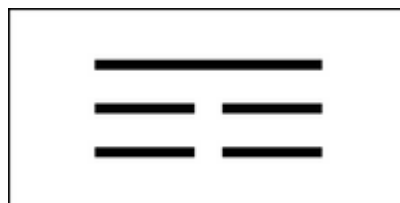
Diagnosi: corrisponde a malattie improvvise, inaspettate e con esordio acuto.

Prognosi: la condizione patologica si sviluppa molto rapidamente; indica un progresso rapido o la possibilità di una guarigione veloce.

Le sedute di trattamento dovrebbero essere ravvicinate.

MONTAGNA

Il movimento in avanti del Metallo è il Monte, composto da due linee *yin* sormontate da due linee *yang*. La linea intera superiore rappresenta un movimento in avanti, rendendo lo *yin* del trigramma Monte molto stabile e sicuro. La montagna rappresenta la quiete, la pazienza ed anche la testardaggine.



Il trigramma indica che è favorevole rimanere sulle proprie posizioni, stabili e fermi.

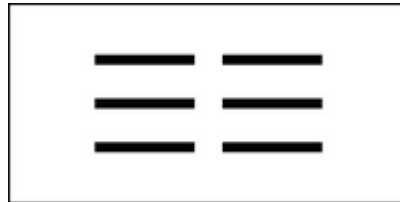
Diagnosi: condizioni patologiche che coinvolgono le “zone montuose” del volto, ovvero il mento, gli zigomi, il naso e la fronte. Può indicare manifestazioni patologiche dure, stabili, ad esempio una massa tumorale che ha una crescita lenta ed è difficile da curare.

Emozioni: questo trigramma è associato a caparbietà, ostinazione e imperturbabilità¹⁶

Prognosi: il Monte indica disturbi stabili, che si instaurano senza evolvere.

TERRA

Il trigramma Terra è formato da tre linee spezzate ed è il più *yin* dei trigrammi. Rappresenta la docilità, la ricettività e l'arrendevolezza. Come il drago è simbolo del Cielo, la forza della giumenta è simbolo della Terra.



Diagnosi: patologie dell'apparato digerente, dello Stomaco o della Milza-Pancreas. Indica anche problemi latenti localizzati nei visceri straordinari, quindi nell'Utero, nelle Ossa, nel Cervello, nei Vasi, nella Vescica Biliare. Può inoltre indicare condizioni latenti che riguardano il *jing*, la sfera riproduttiva oppure le Ossa (es. artrite).

Prognosi: indica malattie croniche a lenta evoluzione. In questa situazione più si combattono i sintomi più si velocizza il decorso della malattia che si trasforma in aggressiva quando invece sarebbe cronica e lenta.

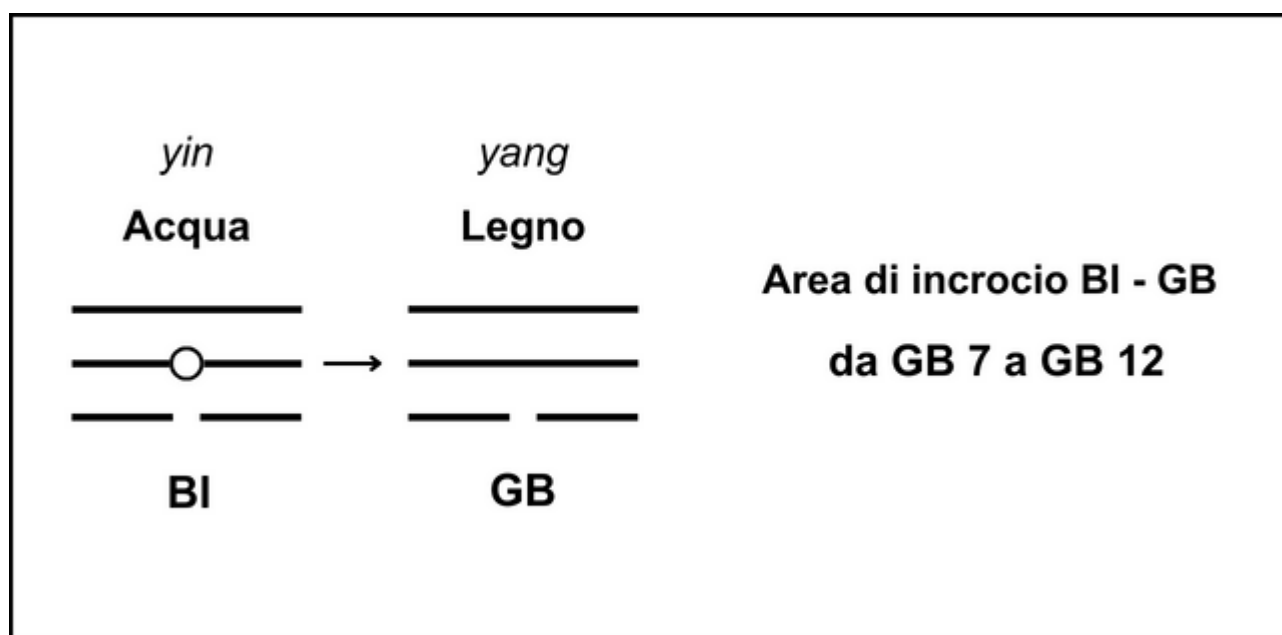
Oracolo: invita ad accettare le cose, a non combatterle, perché la Terra rappresenta la ricettività, la sottomissione, l'arrendevolezza.

Vediamo ora quattro esempi di trattamento utilizzando il metodo divinatorio secondo gli insegnamenti del maestro Jeffrey Yuen.

CASO 1

Per entrare gradualmente nel ragionamento medico, nel primo esempio si prende in esame un singolo trigramma.

Il trigramma dato è composto da due linee *yin* sovrastate da una linea *yang*. La linea *yin* centrale è mutante. Questa composizione forma il trigramma Montagna *gen* che si trasforma nel trigramma Vento *xun*, composto da una singola linea *yin* alla base sovrastata da due linee *yang*.



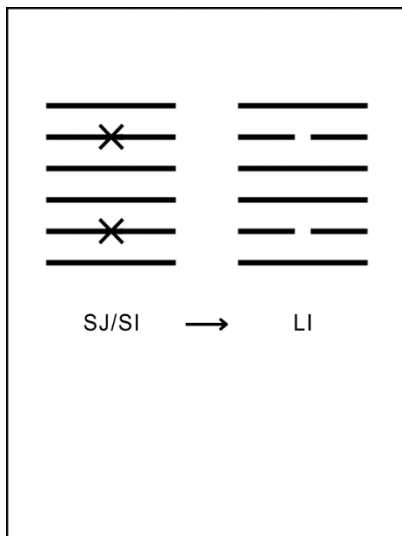
Secondo lo schema degli Organi e Visceri il trigramma dato corrisponde allo *yang* dell'Acqua, ovvero al canale di Vescica.

Cambiando la seconda linea otterremo un bigramma composto da una linea *yin* in prima posizione ed una *yang* in seconda posizione. Il movimento dello *yin* verso lo *yang* corrisponde allo *shaoyang* ed al Legno. Siccome la terza linea è *yang*, il canale corrispondente a questo trigramma è quello di Vescica Biliare, che è lo *yang* del Legno.

Il trigramma indica di scegliere punti in cui il meridiano di Vescica e quello di Vescica Biliare si incrociano. L'area preferenziale di incrocio tra questi due meridiani è quella intorno alle orecchie, in particolare dal punto GB 7 al punto GB 12.

CASO 2

Si prende in esame l'esagramma numero 1: "il Cielo", tutte le linee sono *yang*.



In questo esagramma il trigramma superiore ed inferiore sono uguali. Il trigramma è composto da 3 linee *yang*. Due linee *yang* insieme, come abbiamo visto nel capitolo 2, formano il bigramma *taiyang* corrispondente al movimento Fuoco; a questo bigramma si aggiunge una terza linea *yang* che indica che stiamo parlando dello *yang* del Fuoco ovvero l'Intestino Tenue o il Triplice Riscaldatore.

La seconda linea è mutante ed il trigramma Cielo muta nel trigramma Fuoco. Nel trigramma mutante il bigramma di partenza è composto da una linea *yang* che si muove verso una linea *yin*, ovvero lo *shaoyin*, che corrisponde al movimento del Metallo. La linea che sovrasta il bigramma è *yang*: lo *yang* del Metallo è l'Intestino Crasso.

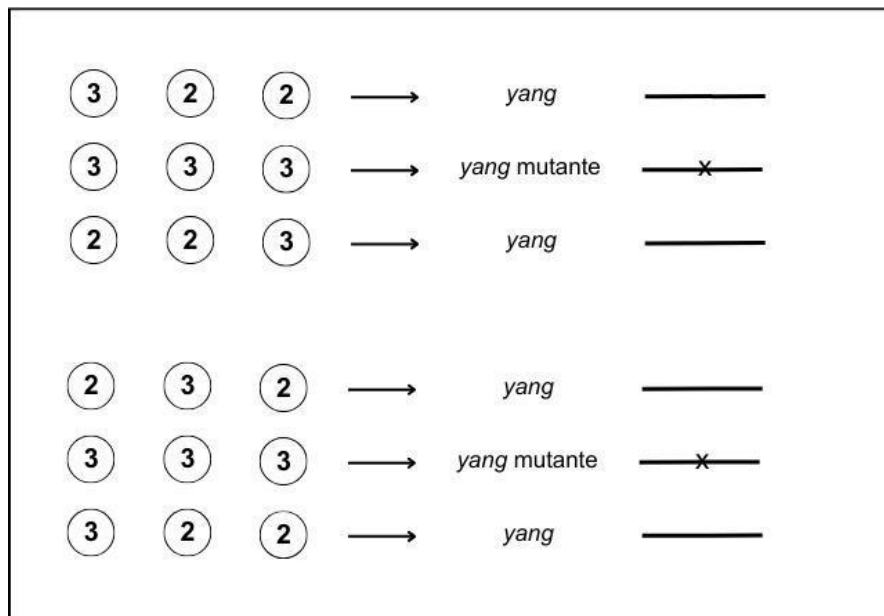
Da un punto di vista diagnostico e prognostico è una condizione che origina dall'Intestino Tenue (o Triplice Riscaldatore) che si sta spostando verso l'Intestino Crasso.

Diagnosi: i problemi sono di tipo digestivo, dovuti ad una condizione di Calore che potrebbe andare incontro a rapido peggioramento. Il coinvolgimento dell'Intestino Tenue suggerisce l'idea di Calore da vuoto *yin*. Il Calore da vuoto si sta trasformando, in questo caso, in Calore pieno.

Trattamento: in base alla collocazione delle linee mutanti, i punti da trattare sono localizzati sulle cosce o sul torace, e la loro azione terapeutica deve essere indirizzata verso Intestino Tenue, Triplice Riscaldatore o Intestino Crasso. Essendo tutti meridiani *shu* della mano, prenderemo in considerazione punti localizzati sul torace e sull'arto superiore. Ad esempio SI 12 (punto incrocio con il meridiano del Triplice Riscaldatore) e LI 5 punto Fuoco dell'Intestino Crasso. La ripetizione del trigramma indica che i punti devono essere trattati bilateralmente ed in modo ripetuto.

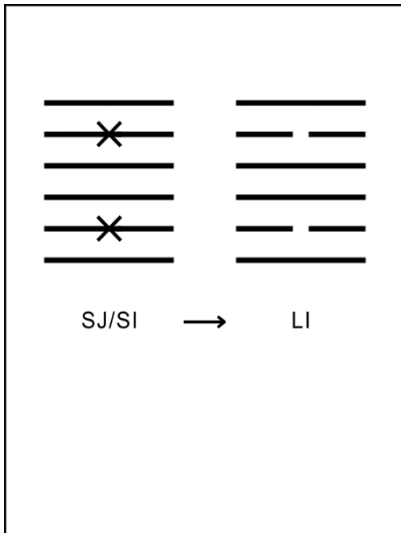
CASO 3

In questo caso il paziente si presenta con un problema di tipo costituzionale e l'esagramma dato, l'esagramma 1 "il Cielo" o "il Creativo", è analizzato nell'ottica dei meridiani straordinari. Il trigramma inferiore rappresenta l'aspetto prenatale, il trigramma superiore rappresenta l'aspetto post natale. Le linee mutanti sono collocate al secondo e quinto posto, come nell'esagramma precedente. L'esagramma è stato ottenuto con il metodo delle monetine, come illustrato nella figura che segue.



Eziologia: Il trigramma Cielo *qian* che qui è ripetuto due volte è associato al *dumai* e all'Intestino Tenue. Questo trigramma è in relazione con gli eccessi emotivi, l'isteria o l'insonnia grave. Rappresenta l'apice del movimento del Fuoco, ed indica che all'origine del problema c'è il Calore.

Il trigramma nascosto, che indica la base costituzionale della persona, è *qian*, il Cielo, e indica che l'individuo è costituzionalmente predisposto a sviluppare Calore e patologie di tipo infiammatorio.



Diagnosi: il paziente potrebbe essere affetto da una patologia altamente contagiosa che ha alla sua origine il calore e che si sviluppa producendo Calore sempre maggiore. Il trigramma Cielo rappresenta anche la parte più alta del corpo e quindi la testa. Guardando le linee mutanti possiamo avere indicazione anche su dove si manifestano i sintomi.

Prognosi: indica una progressione della malattia. Pur rimanendo nello stesso canale, si svilupperà ancora più Calore.

Trattamento: un punto sul Vaso Governatore ed un punto sull'Intestino Tenue. Si possono utilizzare punti del *dumai* localizzati sulla testa oppure utilizzare punti del basso per

influenzare l'alto. Naturalmente, lo stesso criterio di scelta dei punti vale anche per l'Intestino Tenue.

Dunque, tenendo conto dell'indicazione anatomica data dalle linee mutanti, si sceglieranno punti localizzati:

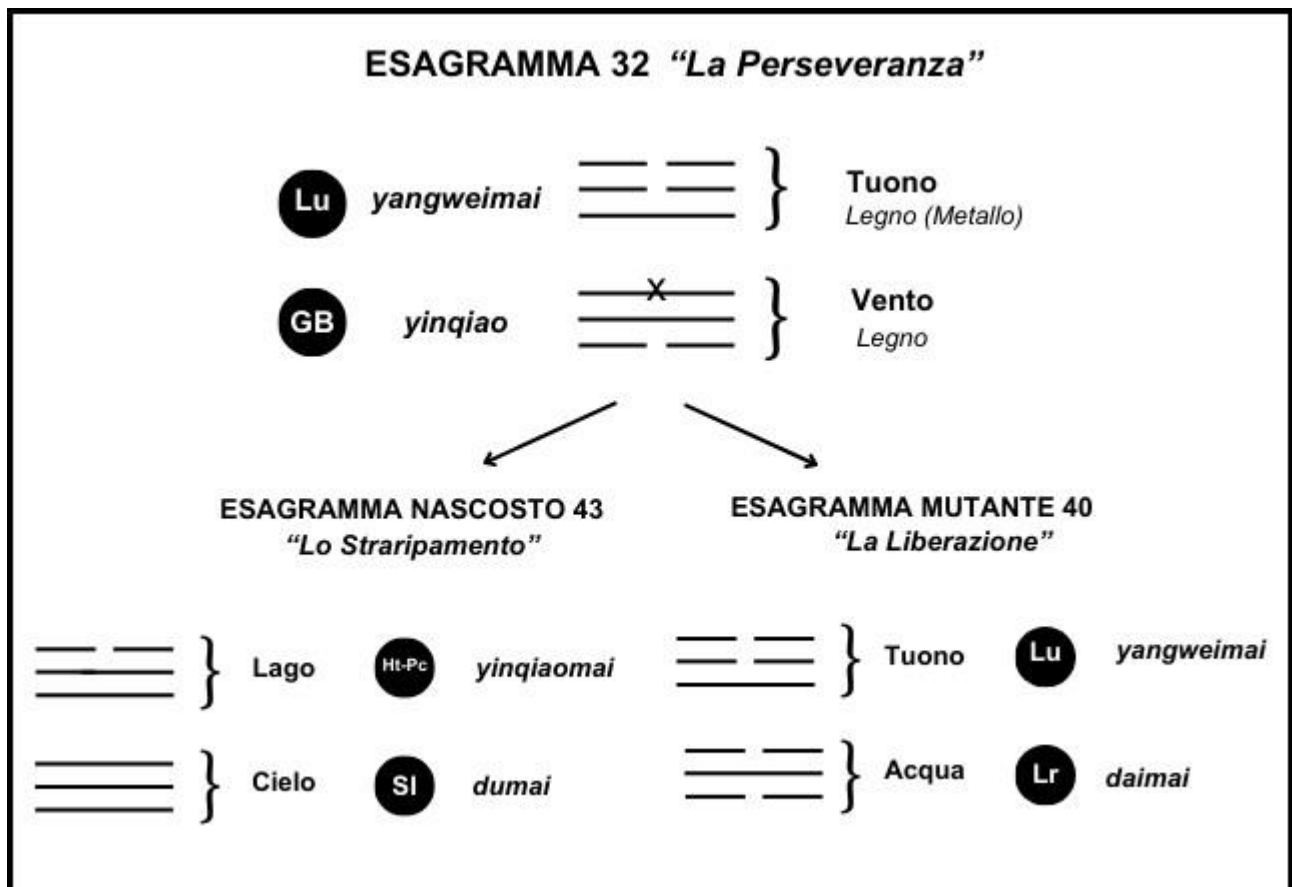
- nella parte inferiore dell'addome: *renmai* 4 in quanto punto *mu* dell'Intestino Tenue; *renmai* 5 in quanto punto *mu* del Triplice Riscaldatore;
- nel torace e arto superiore: Intestino Tenue 2, punto Acqua e Intestino Tenue SI 12, punto di incrocio con Triplice Riscaldatore e Grosso Intestino.

Caso 4

Prendiamo ora in esame il caso di una giovane donna con un problema di tipo costituzionale.

L'esagramma dato è l'esagramma 32 *heng* "la durata". Il trigramma interno (inferiore) è il trigramma *xun*-Vento mentre il trigramma esterno (superiore) è il trigramma *zhen*-Tuono.

Nell'ottica dei meridiani principali il Vento è associato al meridiano di Vescica Biliare (Legno) mentre il Tuono al meridiano di Polmone (Metallo, anche se secondo alcune interpretazioni il Tuono è associato al Legno).



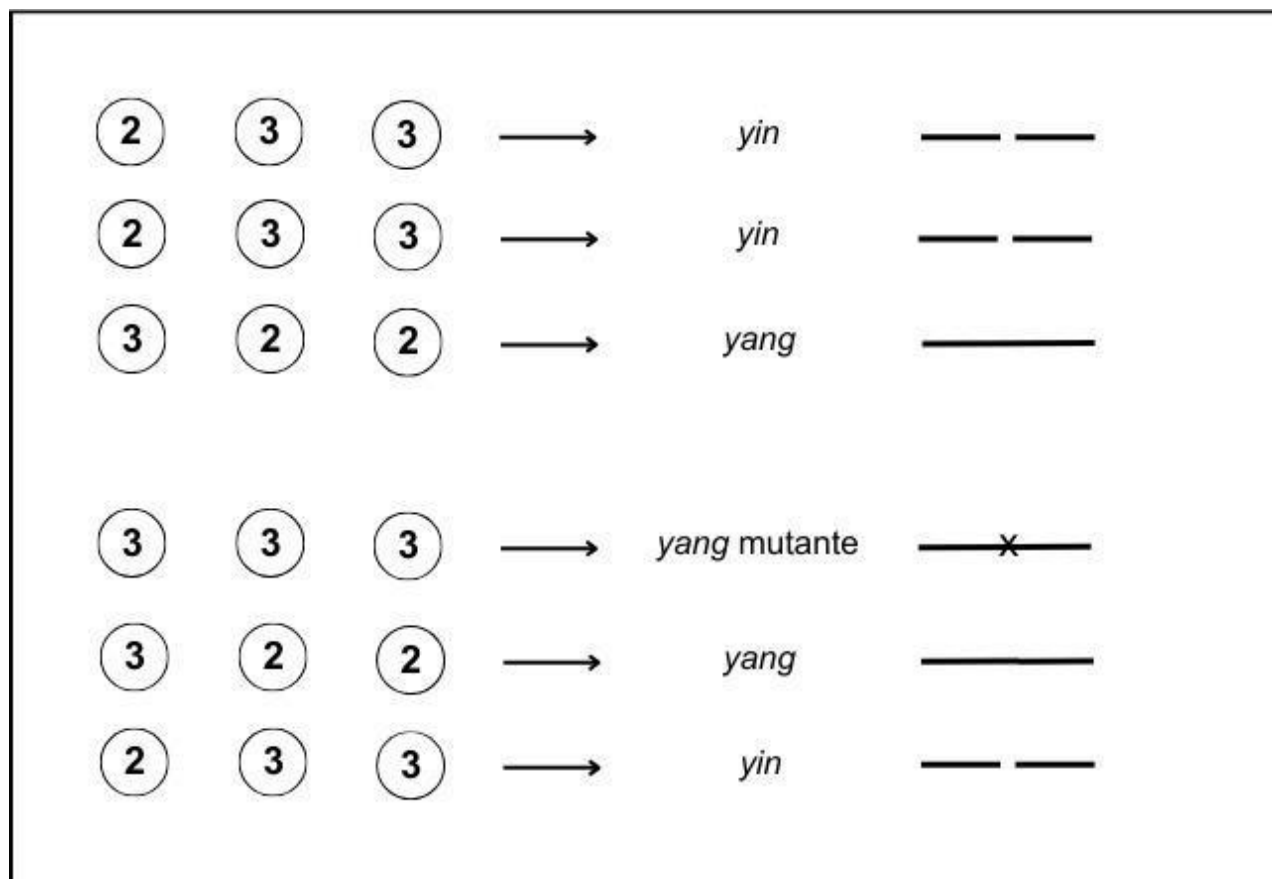
Eziologia: per capire la radice del problema si può analizzare l'esagramma dal punto di vista costituzionale. Il trigramma Vento è associato al meridiano straordinario *yinqiaomai* ed il Tuono a *yangweimai*. Il meridiano *yinqiaomai* indica una difficoltà di relazione e di accettazione del sé e, allo stesso tempo, rimanda ad una condizione di stasi di *yin*. Nella storia familiare della paziente si sono verificati soprusi e violenze nei confronti delle donne che, in risposta ad un ambiente repressivo, hanno sviluppato bassa autostima. Questa condizione è stata trasmessa alle generazioni successive sia tramite l'ambiente ed i comportamenti familiari sia geneticamente di madre in figlia.

Nel caso specifico, la paziente veniva zittita ogni volta che cercava di esprimersi; i pensieri, le emozioni ed i sentimenti rimangono bloccati al livello della gola e per questa ragione si sviluppa un gozzo, una tiroidite di Hashimoto o la malattia di Graves. A questo stesso

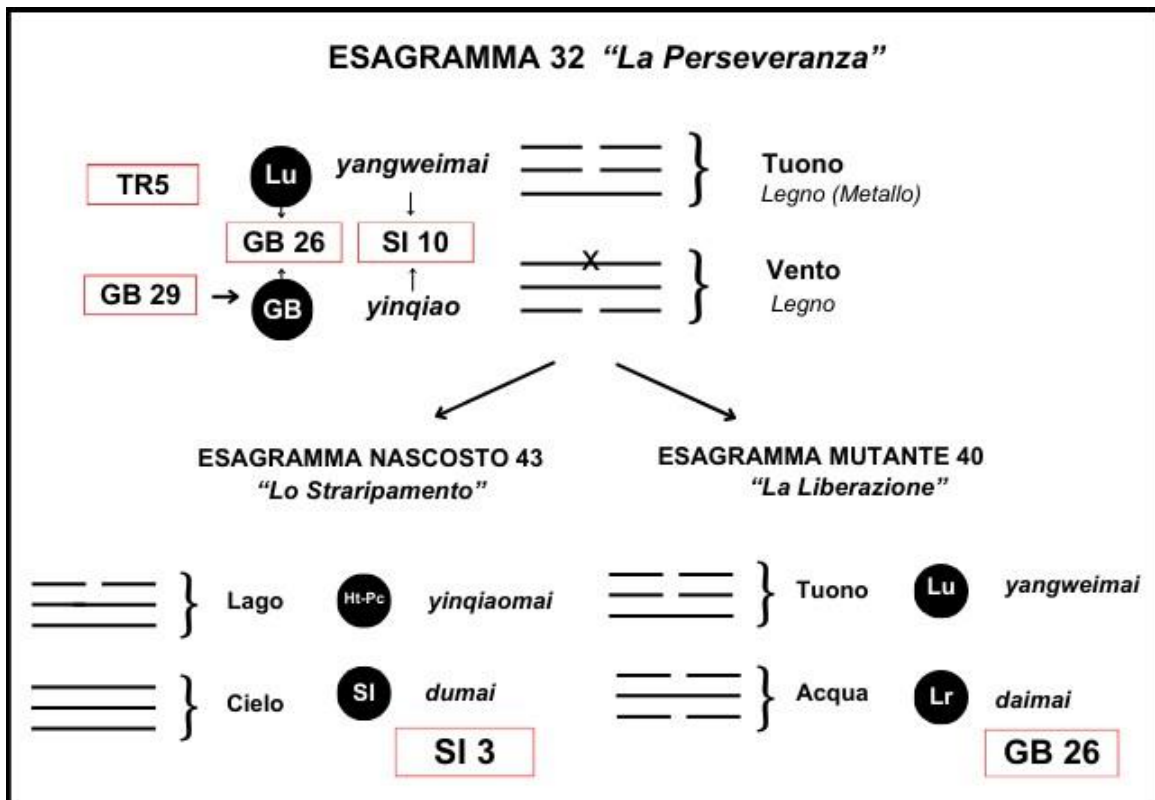
meccanismo si riferisce la sindrome del “nocciolo di prugna”, che riguarda l’elemento Legno, con la sensazione di avere qualcosa bloccato in gola che non va né su, né giù.

Prognosi: l’esagramma 32 *heng* si può tradurre con “la durata” o “perseveranza” ed indica che il problema è difficile da risolvere. *Xun*-Vento e *zhen*-Tuono indicano che il problema deriva dal rapporto Legno-Metallo, che sono legati da un ciclo di controllo. L’esagramma mutante, 40 “la liberazione” però, allude alla risoluzione della situazione patologica.

L’immagine di seguito dimostra come l’esagramma è stato ottenuto con il metodo divinatorio delle Monete.



TRATTAMENTO



ESAGRAMMA PRESENTE

Dal punto di vista dei meridiani principali lo squilibrio riguarda il rapporto Metallo-Legno. Il punto di trasformazione su cui lavorare corrisponde all'addome inferiore poiché la linea mutante è la terza.

La relazione tra Polmone e Vescica Biliare si realizza durante la discesa del *qi* di Polmone verso il Rene. Dal punto St 25, il *qi* di Polmone viaggia verso lo *shu* del dorso del Rene BI 23, seguendo il percorso del *daimai* (Ki 16, St 25, GB 26 e BI 23). Dunque, GB 26 è il punto di connessione tra Vescica Biliare e Polmone nella discesa del *qi* di Lu verso Ki.

Dal punto di vista dei meridiani straordinari, invece, il trigramma superiore corrisponde al meridiano *yangweimai* ed il trigramma inferiore al meridiano *yinqiaomai*. Analizzati insieme indicano una condizione da deficit di *yang*, con stasi di *yin*. Si può ipotizzare un trattamento volto a potenziare lo *yang* con la moxa per muovere l'accumulo di *yin* rappresentato dal meridiano *yinqiaomai*.

Il meridiano *yinqiaomai* è l'opposto dello *yangqiaomai*. Se lo *yangqiaomai* diminuisce la sua attività diventa *yinqiaomai*; viceversa se il meridiano *yinqiaomai* aumenta la sua attività diventa *yangqiaomai*; quindi si può utilizzare lo *yangqiaomai* per agire sullo *yinqiaomai*. In base a questo principio, nel trattamento si applicherà moxa sul punto Vescica Biliare 29 (*juliao*, "osso dell'abitazione" detto anche il punto del sedersi), localizzato nel basso addome.

ESAGRAMMA NASCOSTO

L'esagramma nascosto è *kuai* "lo straripamento", "la liberazione". È composto dal trigramma *qian*-Cielo ed il trigramma *dui*-Lago.

Dal punto di vista dei meridiani principali avremo sotto il Piccolo Intestino e sopra Cuore-Pericardio.

ESAGRAMMA NASCOSTO 43 "Lo Straripamento"



Dal punto di vista dei canali straordinari troviamo sotto il meridiano *dumai* e sopra lo *yinweimai*. La presenza di *dumai* nell'esagramma nascosto suggerisce di indagare se, nella storia familiare del paziente, ci sono stati dei danni gravi legati al meridiano *dumai* (ad esempio scoliosi, ernie, gravi traumi vertebrali); il meridiano *yinweimai* indica, invece, l'eventuale presenza di problemi a livello cardio-circolatorio, ed in generale danni che hanno influenzato la costituzione e si sono trasmessi alle generazioni future di cui il paziente o la paziente attuale fa parte. Dal punto di vista della bio-genealogia, trattando il passato si tratta il presente. L'esagramma nascosto ci indica di aggiungere al trattamento il punto SI 3, punto di apertura del *dumai* ed il punto di apertura del meridiano *yinweimai*, Pc 6.

ESAGRAMMA MUTANTE

Il mutamento della terza linea da *yang* a *yin* dà luogo all'esagramma 40, la "liberazione" *jie* o *xie*. Il carattere *xie*, nel linguaggio della medicina tradizionale è usato, soprattutto, per

ESAGRAMMA MUTANTE 40 "La Liberazione"



indicare *jie biao* "liberare la superficie del corpo", "lasciare andare". È un esagramma che allude alla possibilità di liberare, lasciare andare questo problema che sta a livello costituzionale.

Dal punto di vista dei meridiani principali il trigramma inferiore (Acqua) è legato al meridiano di Fegato, mentre il trigramma superiore rimane il Tuono, legato al Polmone. Il cambiamento riguarda il passaggio da Vescica Biliare a Fegato. Questi due meridiani si incrociano nei punti Lr 14 e GB 24. Lr 14 sarà eletto per il trattamento dato che da esso parte un ramo interno connesso al meridiano di Polmone, che garantisce l'inizio di un nuovo ciclo circadiano.

Dal punto di vista dei meridiani straordinari quello inferiore è connesso con il meridiano *daimai*, quello superiore con *yangweimai*. Si rafforza la scelta di GB 26, punto di *daimai*, e GB 29, punto di *yangqiaomai* che tratta anche lo *yangweimai*. Si aggiunge al trattamento il punto SI 10, punto di incrocio tra i meridiani *yangweimai* e *yangqiaomai*, utile per trattare le formazioni nodulari a livello del collo. L'esagramma di partenza e l'esagramma mutante contengono entrambi il meridiano straordinario *yangweimai* per cui si aggiunge al trattamento TE 5 suo punto di apertura.

Attraverso l'analisi di questi tre esagrammi è stata costruita una strategia terapeutica che tratta passato, presente e futuro.

GB 26 e GB 29, Lr 14 e SI 10 sono i punti chiave del trattamento, a cui si aggiungono SI 3 e Pc 6 (esagramma nascosto), TE 5 e Ki 6.

BILANCIAMENTO DEL CORPO TRAMITE L'OSSERVAZIONE DEI *bagua*

Quello discusso finora è l'uso divinatorio/oracolare dell'Yijing a scopo medico. Di seguito, invece, sono riportati due dei sei modelli di trattamento proposti da Twicken nel libro "I Ching: The Balance Method". Questi metodi di trattamento nascono dall'osservazione dei rapporti spaziali e simbolici tra i diversi trigrammi nel loro assetto ciclico e dall'applicazione in campo medico delle leggi universali del mutamento inscritte nell'Yijing sotto forma di numeri e simboli. Ne riporto di seguito due con relativi casi clinici.

Metodo 1

Questo metodo è basato sulla relazione tra i quattro arti, le dodici articolazioni e i sei livelli energetici. La regola generale di trattamento è la seguente:

"Bilanciare le condizioni delle mani utilizzando i piedi

Bilanciare le condizioni dei piedi utilizzando le mani"

Entrando più nello specifico:

"L'arto superiore destro tratta l'arto inferiore sinistro e viceversa

L'arto superiore sinistro tratta l'arto inferiore destro e viceversa"

Il fondamento teorico di questo metodo è scritto nel capitolo 27 del Neijing Suwen che recita:

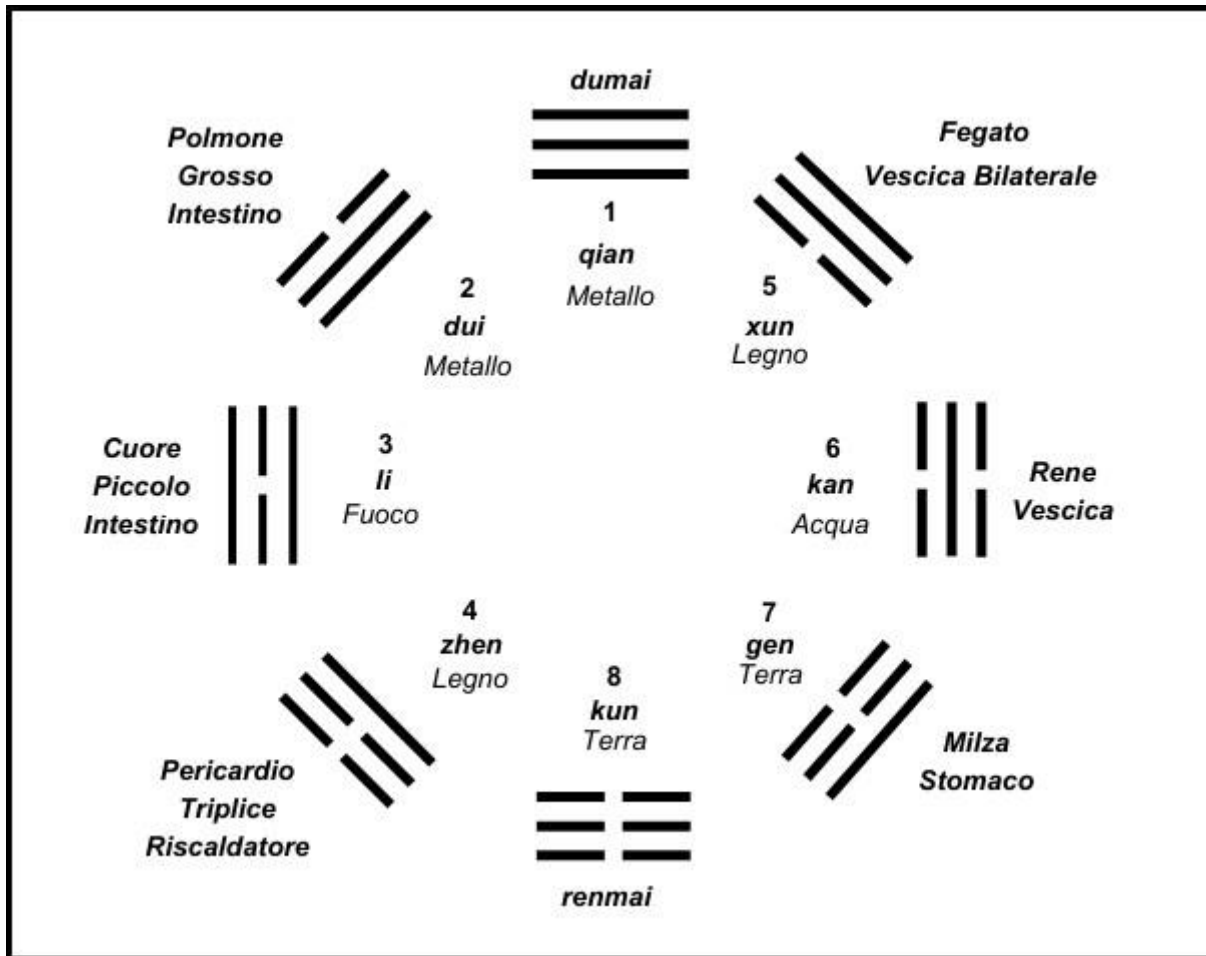
"[In case of] qi abundance and weakness,

[in case of] a shift towards imbalance left and right,

regulate the below with the above,

regulate the right with the left"

La figura riportata di seguito mostra la relazione tra gli otto trigrammi, nella loro rappresentazione dell'Anteriore al Cielo, e i sei livelli energetici.



Premesso che il Cielo è associato al *dumai* e la Terra al *renmai*, osserviamo le seguenti relazioni:

- il trigramma 2 è associato a Polmone e Grosso Intestino, si trova in posizione opposta rispetto al trigramma 7, associato a Milza e Stomaco. Milza e Polmone insieme formano il livello *taiyin*. Grosso Intestino e Stomaco insieme formano il livello *yangming*;
- il trigramma 3 è associato a Cuore e Piccolo Intestino e si trova in posizione opposta rispetto al trigramma 6, associato a Rene e Vescica. Il Cuore insieme al Rene forma il livello *shaoyin*. Il Piccolo Intestino insieme alla Vescica forma il livello *taiyang*;
- il trigramma 4 è associato a Pericardio e Triplice Riscaldatore e si trova in posizione opposta rispetto al trigramma 5, associato a Fegato e Vescica Biliare. Pericardio e Fegato insieme formano il livello *jueyin*. Triplice Riscaldatore e Vescica Biliare insieme formano il livello *shaoyang*.

Caso clinico del Metodo 1

In caso di dolore al gomito in corrispondenza di LI 11, il punto di bilanciamento è St 35 controlaterale. Il principio è che il ginocchio bilancia il gomito e *zu yangming* bilancia *shou yangming*.

Metodo 2: la terza e la sesta linea

Questo metodo è basato sull'uso dei punti *shu*-ruscello e *he*-mare per armonizzare le situazioni di squilibrio.

La circolazione meridianica può essere suddivisa in 3 cicli:

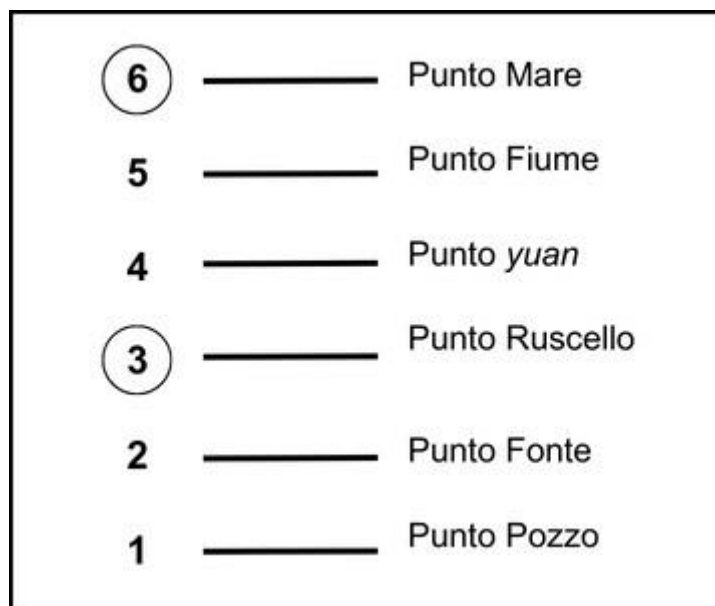
-sopravvivenza: Polmone, Grosso Intestino, Stomaco e Milza. Racchiude il livello *taiyin* e *yangming*;

-relazione: Cuore, Piccolo Intestino, Vescica, Rene. Racchiude il livello *shaoyin* e *taiyang*

-differenziazione: Pericardio, Triplice Riscaldatore, Vescica Biliare, Fegato. Racchiude il livello *jueyin* e *shaoyang*

Per ognuno di questi meridiani il *Neijing* descrive 5 punti, detti "punti *shu* antichi", capaci di bilanciare il meridiano su cui si trovano collocati così come i meridiani ad esso connessi. A questi si aggiunge il punto *yuan*, per un totale di 6 punti.

Ognuna delle sei linee dell'esagramma è in relazione con uno di questi punti, come rappresentato di seguito:



In generale, i punti di bilanciamento di ogni esagramma sono il centro (terza linea) ed il punto più alto (sesta linea). Quindi per bilanciare una condizione di squilibrio andremo a pungere: il punto *shu*-ruscello ed il punto *he*-mare del meridiano coinvolto nel problema e del meridiano ad esso associato secondo la regola *yin-yang*, o secondo i sei livelli energetici.

Caso clinico del Metodo 2

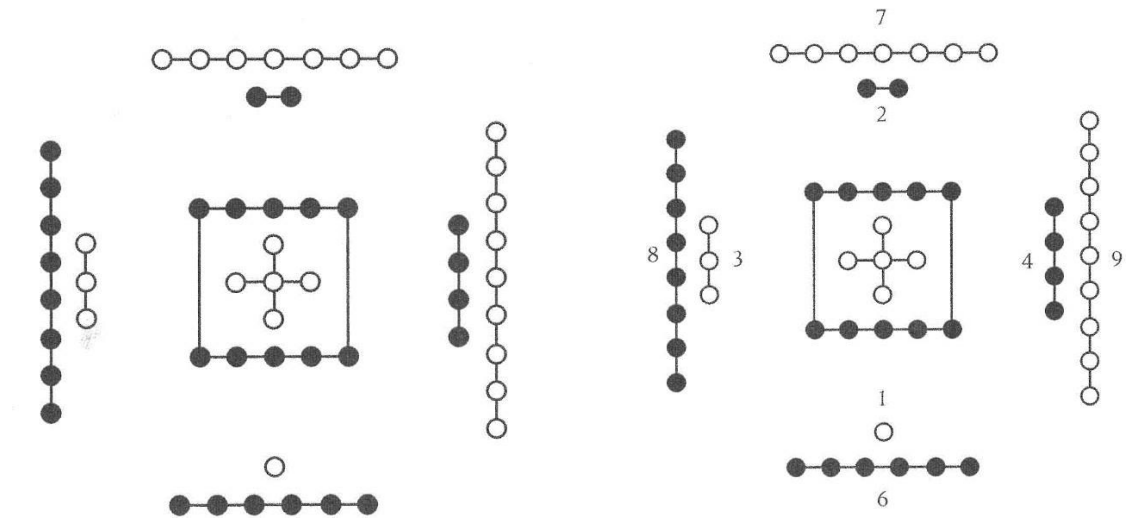
Riporto per completezza uno dei casi clinici citati da Twicken. Il paziente è affetto da diarrea cronica. Una volta individuato il meridiano di Grosso Intestino come responsabile dello squilibrio, secondo le regole illustrate dinanzi, si trattano i punti:

- LI 3 e LI 11: rispettivamente punto *shu*-ruscello ed *he*-mare del meridiano *zu yangming*, individuato come responsabile dello squilibrio;
- LU 9 E LU 5 rispettivamente punto *shu*-ruscello ed *he*-mare del meridiano *shou yangming*, che è il meridiano associato al Grosso Intestino secondo la regola *yin-yang*

APPENDICE

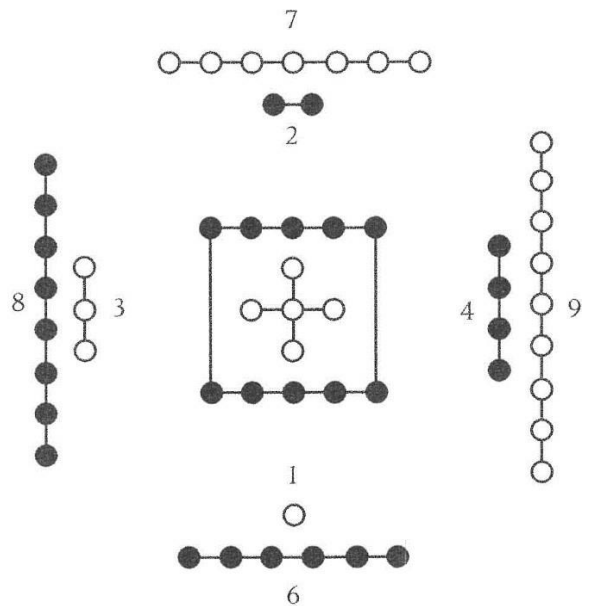
Evoluzione dall'hetu ai nove Palazzi

Per comprendere il passaggio dall'hetu ai nove Palazzi bisogna innanzitutto numerare la sequenza di punti e linee dell'hetu.

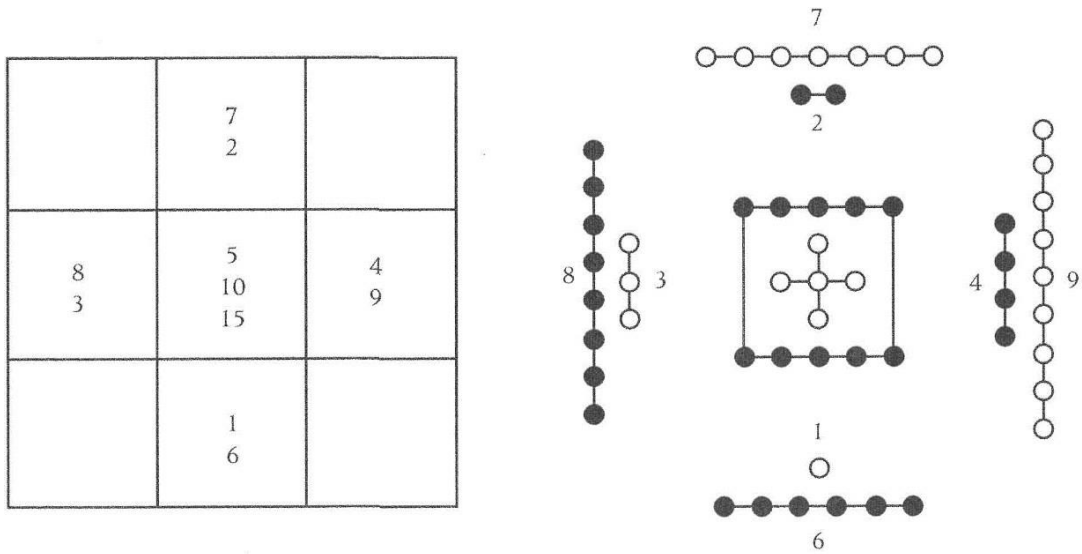


Il secondo passaggio prevede di dividere la sequenza numerica secondo la regola dello *yin* e dello *yang*. Iniziando dallo *yang* si invertono il 7 ed il 9.

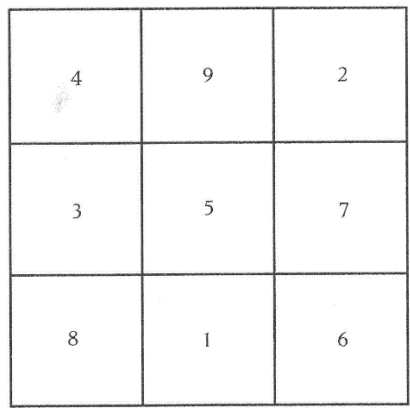
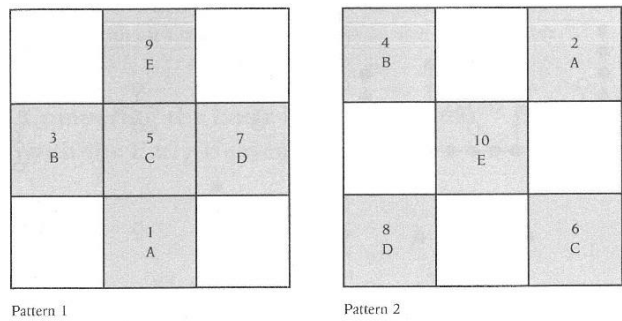
	9 E	
3 B	5 C	7 D
	1 A	



Poi si dispongono i numeri *yin* come mostrato in figura.



Combinando i due pattern (*yin-yang*) si configurano i 9 Palazzi, nonché la disposizione spaziale dei *gua* del Posteriore al Cielo.



The Nine Palaces

BIBLIOGRAFIA

Appunti Seminario Jeffrey Yuen : Uso Medico dell' I Ching del 22-11-2021 , Roma per Xin Shu

David Twicken - I Ching Acupuncture : The Balance Method, Jessica Kingsley Publishers, 2012

Geoffrey Redmond, Tze Ki Hon - Teaching the I Ching (Book of Changes) Oxford University Press (2014)

Alfred Huang - The Numerology of the I Ching_ A Sourcebook of Symbols, Structures, and Traditional Wisdom-Inner Traditions International (2000)

Lisa Raphals - Divination and Medicine in China and Greece: A Comparative Perspective on the Baoshan Illness Divinations

Alfred Huang - The Complete I Ching -Inner Traditions International (1998)

Lisa Raphals - Divination and Prediction in Early China and Ancient Greece Cambridge University Press

Kristofer Schipper - The Taoist Body, University of California Press (1993)

Richard Wilhelm - I Ching Il libro dei Mutamenti, Gli Adelphi (1991)

Fondamenti di Medicina Tradizionale Cinese – Franco Bottalo e Rosa Brotzu

Manuale Didattico di Agopuntura – Carlo Di Stanislao e Rosa Brotzu.

Paul U. Unschuld - Huang Di Nei Jing Ling Shu_ The Ancient Classic on Needle Therapy. The complete Chinese text with an annotated English translation (2016, University of California Press)

Paul U. Unschuld and Hermann Tessenow Huang Di nei jing su wen An Annotated Translation of Huang Di' s Inner Classic - Basic Question

-
- ¹ Alle radici della Civiltà Cinese, Claude Larre
- ² Alle radici della Civiltà Cinese, Claude Larre
- ³ Teaching the I Ching, Geoffrey P. Redmond, Tze-Ki Hon; 2014
- ⁴ Sima Zhen, Sanhuangji tradotto in Alle Radici della Civiltà, C. Larre
- ⁵ Sima Qian, Shiji, Memorie storiche tradotto in Alle Radici della Civiltà, C. Larre
- ⁶ Stanford Enciclopedia di Filosofia
- ⁷ The Five "Confucian" Classics, by Michael Nylan cap 5, pag 204
- ⁸ Larre, Berera, Filosofia della Medicina Tradizionale Cinese
- ⁹ Larre, Berera, Filosofia della Medicina Tradizionale Cinese
- ¹⁰ Marcelli S.: L'Agopuntura in tasca, Ed. Nuova Ipsa, Palermo, 1995
- ¹¹ I Ching della medicina, Miki Shima
- ¹² I simboli cinesi di vita e di morte, De la Vallè, C. Larre
- ¹³ La Radice e i fiori, Giulia Boschi
- ¹⁴ I Ching della Medicina, Miki Shima, p 16