Xin Shu 心術

La Scuola di Medicina Classica Cinese

CENTRO STUDI XIN SHU-ROMA
ASSOCIAZIONE MEDICA PER LO STUDIO DELL'AGOPUNTURA

TESI DI DIPLOMA IN MEDICINA CINESE E TUINA

TITOLO TESI

"L'INTENZIONE *YI* NEL SILENZIO DI UN MANTRA DI TRASFORMAZIONE"

RELATORE:
Dott. Alfredo Capozucca

CANDIDATO:
Stefano Violano

Anno Accademico 2025 - 2026

«Prendo contatto e respiro. Nel silenzio del contatto mi abbandono a questo ritmo che, come un'onda, mi accompagna fuori e poi mi riporta a "casa". Mi lascio trasportare e, nell'incontro, il grande Universo cosmico e il piccolo Universo racchiuso dentro il corpo che tocco diventano un tutt'uno. Assisto con occhi di bambina alla grandiosità della vita. E l'onda dolcemente "va verso" per poi far ritorno da dove è partita, solido rifugio dentro di me. E in questo andare e venire, qualcosa succede. Mi abbandono fiduciosa e scopro che, forse, ho un po' di paura, perché attraverso questo contatto apro le finestre anche sul mio mondo che, ne sono certa, racchiude qualcosa che di me non so»

Il grande libro dello shiatsu

Riflessione a cura di Susanna Castellani e Emanuela Saldarini

INDICE

INTRODUZIONE: L'ALCHIMIA DELLA GUARIGIONE: DALLO *XING* ALLO *SHEN* ATTRAVERSO IL SILENZIO DELLO *YI*

CAPITOLO 1: IL POTERE TERAPEUTICO DEL MANTRA E LA VIA DEL SILENZIO

1.1 L'INTENZIONE *YI* E LE RADICI DEL SUONO SACRO

1.2 I MONACI ANTICHI E LE CAMPANE TIBETANE

1.3 IL SUONO E LA MENTE: LE PAROLE DI BUDDHA E GANDHI

1.4 IL MANTRA UNIVERSALE: IL SUONO OM

1.5 IL MANTRA CLINICO: L'ATTIVAZIONE DEL *RENMAI*

1.6 DAL SUONO AL SILENZIO: L'INTENZIONE COME TERAPIA VIBRATORIA NON VERBALE

CAPITOLO 2: IL FONDAMENTO ONTOLOGICO E LE COORDINATE DEL *DAO*

2.1 L'APPROCCIO ONTOLOGICO DELLA MEDICINA CLASSICA CINESE

2.2 IL CONTINUUM TRA VISIBILE E INVISIBILE

2.3 LA MAPPATURA ENERGETICA: I QUATTRO MARI E LE COORDINATE DEL *DAO*

2.4 IL NUCLEO CENTRALE: *IL DAO* E LA STRUTTURAZIONE DELL'INDIVIDUO

2.5 IL CENTRO: COORDINATE, PROGETTO E INTENZIONE *SHEN MING*

2.6 I QUATTRO QUADRANTI: ESTENSIONI SPAZIALI, TEMPORALI E I QUATTRO MARI

CAPITOLO 3: L'ARCHITETTURA ENERGETICA: DAL *DAO* AL CORPO, LE TRE ENERGIE E IL MANDATO

3.1 DA ETEREO A CORPOREO: LA NASCITA DEL *REN*

3.2 LA TRINITÀ UMANA E I PUNTI *"REN"*

3.3 LE TRE ENERGIE FONDAMENTALI: *WEIQI*, *YINGQI* E *YUANQI*

3.4 COSTITUZIONE E TEMPERAMENTO: L'INVARIABILE E IL VARIABILE

3.5 L'INVARIABILE: IL FATO (ANTERIORE AL CIELO - *XIAN TIAN*)

3.6 IL MODIFICABILE: IL DESTINO (POSTERIORE AL CIELO - *HOU TIAN*)

3.7 *"YANG SHENG"*: L'ARTE DI NUTRIRE LA VITA E CAMBIARE IL DESTINO

3.8 IL TEMPERAMENTO: LA DANZA TRA *WEIQI* E *YINGQI* NEI 5 MOVIMENTI

3.9 *WEIQI*: L'INTERFACCIA REATTIVA (I CONFINI DELL'IO)

3.10 *YINGQI*: L'ELABORAZIONE PROFONDA (IL NUTRIMENTO DELLO *SHEN*)
3.11 I CINQUE MOVIMENTI COME "FILTRI" DEL TEMPERAMENTO
CAPITOLO 4: L'ANIMA *YI*, IL PROPOSITO DEL CUORE E LA DIMORA DEL PENSIERO
4.1 IL SIGNIFICATO DEL CARATTERE E DEGLI IDEOGRAMMI *YI* E *SHE*
4.2 LA RELAZIONE INTRINSECA CON IL CUORE
4.3 L'IMMAGINE DEL *"LING YI"*
4.4 IL SIGNIFICATO FUNZIONALE, FISIOLOGICO E PATOLOGICO
4.5 LA FUNZIONE PIÙ SPIRITUALE E PSICHICA
4.6 L'IMMAGINE DEL PUNTO *YISHE* BL49 (DIMORA DEL PENSIERO)
4.7 PAROLE CHIAVE
4.8 I PUNTI DI DOMANDA PER IL TERAPEUTA (DIREZIONARE IL *QI* ATTRAVERSO LO *YI*)
CAPITOLO 5: L'ANATOMIA DEL SOFFIO: I LIVELLI DI PROFONDITÀ E LA RETE DEI MERIDIANI
5.1 I MERIDIANI TENDINO-MUSCOLARI : LA DIFESA E L'ESTERNO
5.2 I MERIDIANI LUO : LA RETE DI COMPENSAZIONE ED EMOTIVA
5.3 I MERIDIANI PRINCIPALI : IL RITMO DEL QUOTIDIANO
5.4 I MERIDIANI DIVERGENTI O DISTINTI : L'INTERIORIZZAZIONE E LA LATENZA
5.5 I MERIDIANI STRAORDINARI: L'ARCHITETTURA DELL'INVARIABILE E IL FLUSSO DEL DESTINO
CAPITOLO 6: I MANTRA DI TRASFORMAZIONE: LA CHIAVE ALCHEMICA DEGLI OTTO MERIDIANI STRAORDINARI
6.1 I M.STRAORDINARI DI PRIMA GENERAZIONE: L'ORIGINE E LO SPAZIO
6.2 I M.STRAORDINARI DI SECONDA GENERAZIONE: IL CAMMINO E IL TEMPO
CAPITOLO 7: L'*YIJING* E LA TRASFORMAZIONE: IL CAMBIAMENTO COME VIA DI GUARIGIONE
7.1 DALLA DIVINAZIONE ALLA COLTIVAZIONE DI SÉ
7.2 LA MALATTIA COME RESISTENZA AL CAMBIAMENTO
7.3 FATO, DESTINO E MANDATO CELESTE (*MING)*

CAPITOLO 8: IL CORPO PARLANTE E L'ESITO CLINICO: LA DIAGNOSI COME ATTO DI RISONANZA
8.1 IL CORPO PARLANTE: L'ARCHIVIO DELLA VERITÀ
8.2 OLTRE IL SINTOMO: L'ARSENALE DIAGNOSTICO DELLA MEDICINA CLASSICA
8.3 LE OTTO REGOLE DIAGNOSTICHE (*BA GANG*): LA BUSSOLA DELL'INTERVENTO
8.4 IL *KAN YING*: LA RISONANZA CLINICA
8.5 CONCLUSIONE: IL SILENZIO CHE CURA

INTRODUZIONE

L'alchimia della guarigione: dallo *xing* allo *shen* attraverso il silenzio dello *yi*

L'intero impianto filosofico e clinico di questo lavoro si fonda su un principio tanto antico quanto rivoluzionario: la possibilità di agire sulla materia densa del corpo *(xing*) attraverso la pura intenzione terapeutica (*yi*).

L'atto medico trascende la semplice manipolazione meccanica per farsi vero e proprio atto alchemico. Il terapeuta, appoggiando le mani sul corpo del paziente, utilizza il proprio *yi* non come un pensiero astratto, ma come un vettore direzionale. Questa intenzione mirata e compassionevole smuove e modifica il *qi* (il soffio vitale), riorganizzando la struttura energetica e la coscienza somatica dell'individuo (*ti*).

È attraverso questa concatenazione che si schiudono le porte del potenziale umano, permettendo al terapeuta di approdare nelle stanze più intime e profonde dell'essere. L'obiettivo ultimo non è la semplice remissione del sintomo, ma la guida dello Spirito (*shen*). Modulando l'energia attraverso l'intenzione, si offre al paziente la possibilità di una vera e propria rinascita interiore.

Questo processo è in grado di riscrivere le sorti più avverse della costituzione umana, riallineando il Destino al Mandato Celeste e allontanando le avversità che affliggono l'anima, permettendo all'individuo di ritrovare la propria strada. Tutto questo prodigio non avviene attraverso protocolli rigidi o spiegazioni verbali, ma si realizza unicamente grazie alla Risonanza (*kan ying*).

È l'incontro tra i due *shen* – quello del terapeuta e quello del paziente – a generare la scintilla. Il miracolo si compie nel silenzio di un "mantra non verbale", in una comunicazione sottile fatta di suoni vibratori non uditi dall'orecchio, ma percepiti dal Cuore. In questo spazio sacro e silenzioso, il tocco si fa veicolo di frequenze purissime: amore incondizionato, profondo rispetto, armonia e compassione universale.

Capitolo I

IL POTERE TERAPEUTICO DEL MANTRA E LA VIA DEL SILENZIO

1.1 l'intenzione (*yi*) e le radici del suono sacro

Nelle tradizioni antiche, il suono non è mai stato considerato un semplice fenomeno acustico, ma l'espressione di una potenza trascendente capace di stabilire o ripristinare l'armonia perduta. Il suono cantato, o mantra, è formato da sillabe tonali che esprimono un preciso contenuto mentale, capace di risvegliare stati della coscienza primordiale. Il mantra diventa quindi il veicolo dell'intenzione. Come insegnano le pratiche di meditazione alchemica, esso serve a focalizzare la mente e a liberarsi dalle distrazioni esterne. Le vibrazioni sonore si muovono in profondità, permettendo di rilasciare energie represse ed emozioni negative, agendo come dei veri e propri "spazzini" che ripuliscono il sistema mentale ed emotivo. Quando l'intenzione del guaritore si unisce alla vibrazione del mantra, si crea una risonanza che catalizza l'energia cosmica nell'essere umano, favorendone l'autoguarigione.

1.2 i monaci antichi e le campane tibetane (singing bowls)

La storia ci tramanda affascinanti racconti sull'uso del suono a scopo terapeutico e spirituale. Più di cinquemila anni fa, nelle pratiche sciamaniche del Bön tibetano, venivano forgiate le singing bowls (campane tibetane). Il Buddismo Tibetano assorbì in seguito questi aspetti, considerando la "Via del Suono Puro" un percorso per raggiungere l'Illuminazione. Il potere di questi strumenti derivava direttamente dall'intenzione di chi li creava: durante la forgiatura, infatti, gli sciamani cantavano dei mantra specifici per infondere poteri curativi al suono che la campana avrebbe poi prodotto. Il suono emanato da queste ciotole, composto da una lega di sette metalli, è ricco di armonici che si propagano in flussi

concentrici all'interno del corpo. I monaci buddisti le utilizzano per accompagnare canti sacri o la pronuncia di sutra e mantra, poiché questi suoni hanno il potere di:

- Placare la mente e mantenere pulito il campo energetico.
- Armonizzare i chakra e apportare energia alle cellule, sollecitandole per risonanza.
- Indurre stati di rilassamento profondo, migliorando il sonno e aumentando la vitalità.

Questo "massaggio sonoro" fa sì che la vibrazione armonica della campana e l'individuo entrino in concordanza di fase, tendendo a vibrare all'unisono.

1.3 Il Suono e la Mente: Le parole di Buddha e Gandhi

La connessione tra ciò che pensiamo, l'intenzione che emettiamo e la guarigione del corpo è stata sottolineata da maestri spirituali di ogni epoca. Il Buddha ha posto un accento fondamentale sul potere creatore della mente e dell'intenzione: "Infine, siamo quello che pensiamo. Tutto ciò che siamo nasce dai nostri pensieri. Noi creiamo il nostro mondo." Sulla via per raggiungere l'illuminazione (e quindi la guarigione profonda dell'anima), suggeriva l'armonizzazione, un concetto in perfetta linea con la medicina cinese: "Diventare Buddha non è difficile... Un solo metodo, diretto: l'armonia con il sistema cosmico. Spezzare, respingendola, la nostra coscienza personale e realizzare lo stato di coscienza." Mahatma Gandhi condivideva la stessa fede nell'intenzione e nella ripetizione del suono sacro. Era un fervente sostenitore del Ramanama (la ripetizione incessante del nome di Dio). Gandhi sosteneva che un mantra, pronunciato dal profondo del cuore e con un'intenzione pura, avesse il potere di guarire le afflizioni fisiche e spirituali, poiché allineava l'individuo alla Verità universale, dissolvendo la paura e purificando la mente da ogni tossicità.

1.4 Il Mantra Universale: Il Suono OM

Nelle tradizioni orientali esiste un suono considerato la matrice di tutte le frequenze: l'universo vibra col suono OM. Nella meditazione, la pronuncia di questo mantra deve essere quasi impercettibile, poiché la pratica consiste nel tentativo di entrare in contatto con il suono prima ancora che questo venga intonato. A livello energetico, il suono OM (con il suono vocale L) è associato al Sesto Chakra (Ajna), il centro situato nell'encefalo e legato al discernimento e all'intuizione. Questo mantra permette di superare l'eccessivo uso del pensiero razionale a vantaggio della visione interiore.

1.5 Il Mantra clinico: L'Attivazione del *renmai*

Nel contesto clinico, il mantra perde la sua veste puramente fonetica per diventare un'intenzione pensata, che informa il tocco del terapeuta. Un esempio paradigmatico è il mantra formulato per l'attivazione del *renmai* (Vaso Concezione), il cui punto chiave è *lieque* Lu7. Il mantra recita: "Perdono me, perdono tutti, anche mia madre, e intraprendo il mio cammino, prendendomi cura del mio bambino interiore e di chi incontrerò lungo il mio cammino. Con amore incondizionato, mi saprò assumere le mie responsabilità, sarò sensibile e pronto a relazionarmi, aprendomi alla vita e percepirne il piacere." Questo specifico mantra è un esempio di alchimia testuale in perfetta risonanza con i principi della Medicina Classica Cinese:

- Il Potere del Perdono (*lieque* Lu7): Il Polmone ci permette di lasciare andare ciò che è morto. Il rancore crea nodi energetici che arrestano l'espansione del Cuore. Aprendo il punto chiave *lieque* Lu7 con questa intenzione, si svuota il petto dalle tossine emotive.

- La Figura Materna e lo *yin*: Il *renmai* è il mare di tutti gli *yin*, connesso all'archetipo materno. Nominare la madre scioglie i conflitti atavici legati al nutrimento affettivo.
- L'Assunzione di Responsabilità: Affermare di sapersi assumere le proprie responsabilità allinea la vibrazione dello *yi* con la funzione biologica del meridiano, portando il paziente dalla passività alla presenza attiva nel mondo.
- L'Amore Incondizionato (Il Cuore): L'invito a percepirne il piacere richiama la liberazione del Pericardio e la ritrovata capacità dello *shen* di relazionarsi con gioia.

Quando il terapeuta appoggia le dita su *lieque* Lu7 formulando internamente queste parole, trasmette al paziente la vibrazione del perdono. Il corpo del ricevente "risuona" e si riorganizza.

1.6 dal suono al silenzio: l'intenzione come terapia vibratoria non verbale

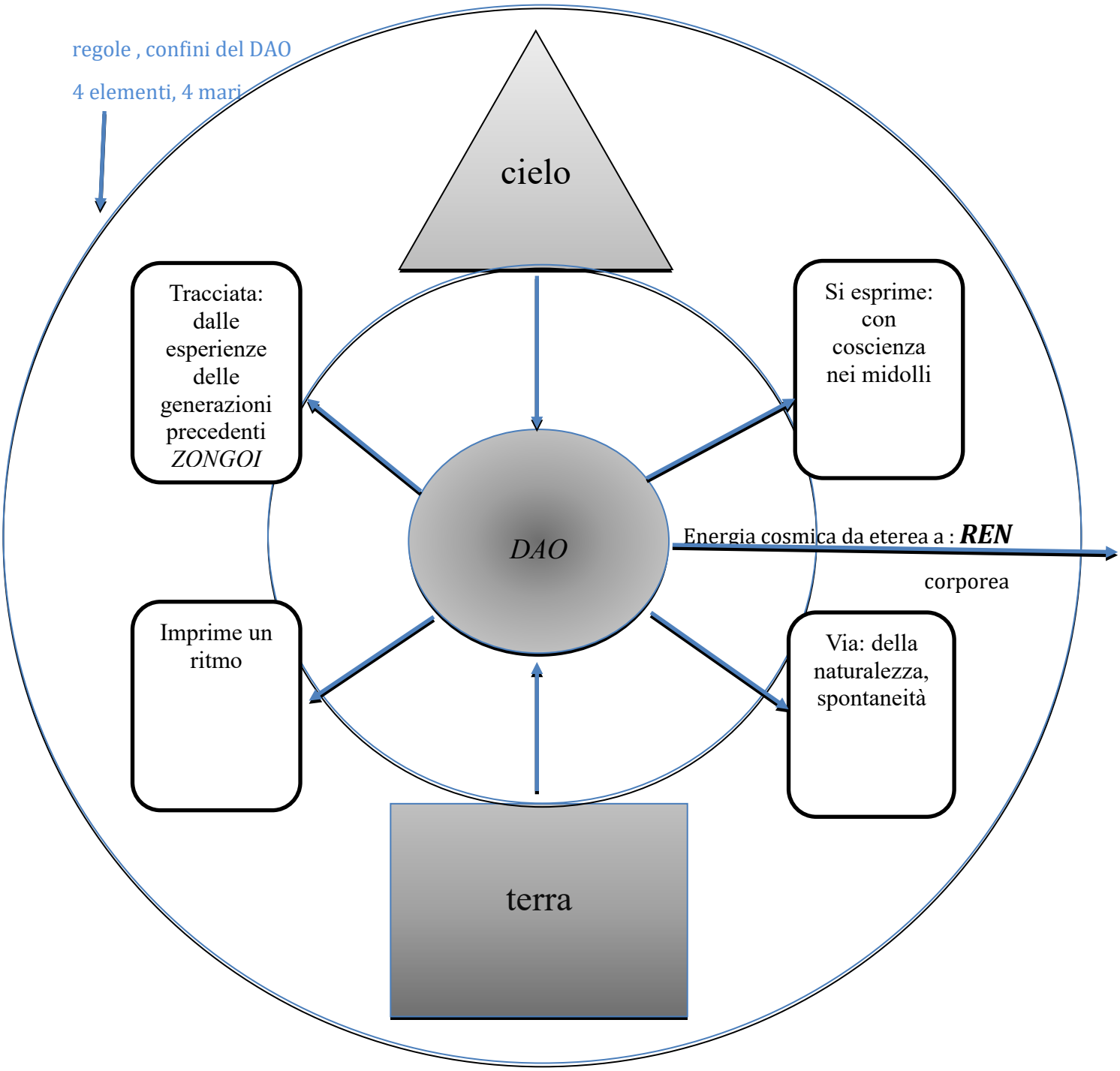
- **il corpo come archivio silenzioso:** Il corpo umano non è un aggregato meccanico, ma un archivio vivente in cui si stratificano i traumi. Ogni "vizio energetico" è una deviazione dal *dao*. Il terapeuta, attraverso la palpazione, decodifica questa storia impressa nella materia. Tastando il corpo, riconosce i blocchi e individua le difese erette dal paziente in un profondo atto di accoglienza della sofferenza altrui.
- **oltre la parola:** La medicina occidentale si fonda sull'uso della parola, ma il linguaggio verbale incontra le barriere della mente razionale. Nella MCC, il tocco silenzioso aggira le difese dell'intelletto. Il tatto è il senso d'elezione del Cuore; attraverso di esso, il terapeuta "accarezza" il Cuore del paziente instaurando un dialogo che risuona nella profondità dello *shen*.
- **lo *yi* e la modulazione del cambiamento:** In questo spazio condiviso, il

mantra si trasforma in pura intenzione (*yi*). Guidato dal principio *"yi tao qi tao"* (dove va il pensiero, va l'energia), il terapeuta non forza la guarigione, ma agisce come un faro. Egli modula la frequenza del paziente e suggerisce silenziosamente al corpo la via per far germogliare una nuova visione di sé.

- **magnetismo, compassione e risonanza (*kan ying*):** Il Cuore genera un campo elettromagnetico la cui forza è cinquemila volte maggiore di quello del cervello. Quando il terapeuta coltiva un Cuore "vuoto" *(XIN SHU)* e compassionevole, emette una frequenza coerente. In questo stato si realizza il *kan ying* (Risonanza): medico e paziente si sintonizzano. Tuttavia, il terapeuta apre solo la porta; la guarigione scaturisce dall'interno del malato attraverso l'accettazione del cambiamento.
- **l'illusione della parola e l'autenticità della forma:** La MCC aggira le barriere dell'intelletto per cogliere la verità dell'individuo. Le parole possono essere condizionate dalle difese dell'ego ("la mente mente", cit. Osho). Il corpo, al contrario, è un archivio incorruttibile. Per questo la MCC si sintonizza su un registro comunicativo più antico e autentico, ponendo le basi della sua indagine ben prima che il paziente pronunci una sola parola.

Capitolo 2

IL FONDAMENTO ONTOLOGICO E LE COORDINATE DEL *DAO*



2.1 L'approccio ontologico della Medicina Classica Cinese

La Medicina Classica Cinese (MCC) fonda le sue radici su una visione olistica dell'essere umano, in cui non esiste una reale separazione tra la dimensione fisica e quella psichica o spirituale. Il corpo umano (*ren*) è l'espressione di una "trinità" inseparabile:

- **Corpo (*xing*, la Materia):** la struttura densa, tangibile, che fa da supporto.
- **Soffio vitale (*qi*):** la funzione, l'energia in movimento.
- **Spiritualità (*shen*):** la luce, l'organizzazione del progetto esistenziale.

La forma (*xing*) e lo spirito (*shen*) si compenetrano intimamente. Lo *shen* rappresenta l'intelligenza globale, la capacità di organizzare le informazioni e di accedere a un livello superiore di comprensione. Esso è la forma più sottile dell'energia, la cui radice affonda però necessariamente nella materia più densa.

2.2 Il continuum tra visibile e invisibile

Nella prospettiva classica, la distinzione tra ciò che è visibile e ciò che è invisibile è puramente convenzionale. Lo *shen* è l'invisibile; tuttavia, esso necessita del corpo formale per potersi manifestare nel mondo manifesto (Posteriore al Cielo). Quando il *qi* e il Sangue sono in perfetta armonia, lo *shen* prende stabile residenza nel Cuore e l'essere umano raggiunge la sua completezza. Agendo sulla materia (forma densa) si influenzano le funzioni energetiche, giungendo infine a toccare la radice spirituale del disagio.

2.3 La Mappatura Energetica: I Quattro Mari e le Coordinate del *dao*

L'individuo è strutturato su assi spaziali e temporali ben precisi, in cui il *dao* imprime un ritmo che governa il corpo conscio e inconscio. Questa mappatura dimostra visivamente come il terapeuta debba tenere conto di una complessa rete di coordinate (stagione, orario, movimento *yin*/*yang*, radicamento) prima ancora di poter applicare

con efficacia l'intenzione terapeutica e il mantra.

2.4 il nucleo centrale: il *dao* e la strutturazione dell'individuo

Al centro del sistema energetico umano opera il *dao*, che imprime un ritmo costante alla vita. Questo centro vitale si esplica attraverso due dinamiche fondamentali:

- **via della naturalezza e spontaneità:** L'energia cosmica passa da una forma eterea a una forma materiale e corporea.
- **esperienza ancestrale:** La via è tracciata dalle esperienze delle generazioni precedenti attraverso il *zongqi* (Energia Ancestrale), che stabilisce le regole e i confini del *dao*.

Il *dao* si esprime con coscienza nei Midolli, definendo il Corpo Conscio e Inconscio umano *ren*, strutturato come un'unità inscindibile di *xing* (Corpo/Materia), *ti* (Coscienza) e *shen* (Spirito). Questa totalità è regolata da 4 Elementi e 4 Mari, che fungono da meccanismi invalicabili e determinano in via definitiva sia il condizionamento funzionale sia il condizionamento strutturale dell'individuo.

2.5 Il Centro: Coordinate, Progetto e Intenzione (*shen ming*) Il Cuore e la Milza fungono da perno dell'intero sistema, dettando le coordinate dell'intenzione.

Sole	Luce Propria	14 CV	Legge del Cielo (HT) – Shen/Imperatore
Luna	Luce Riflessa	23 St	Legge del Cielo (HT) – Shen/Imperatore
Yang	Distribuire in Profondità	12 CV	Legge della Terra (SP) – *YI*
Yin	Distribuire in Periferia	13 Lr	Legge della Terra (SP) – *YI*

2.6 I Quattro Quadranti: Estensioni Spaziali, Temporali e i Quattro Mari I movimenti del *qi* si declinano lungo quattro assi principali, strettamente associati alle stagioni, agli orari, alle direzioni e allo scorrimento continuo dello *yin* e dello *yang*.

- **Cielo / Legno (Lr):** Dinamica *yin*/*yang*: Crescita dello *yang* (GB 23-24) e scomparsa dello *yin* (Lr 14).

  Movimento e Tempo: Esteriorizzazione (Primavera, Est / Ore 06:00). Direzione: Dall'addome verso il torace.

  Mare dei Soffi (*hun*): CV 17, BL 10.

  Funzioni Guida: La Vescicola Biliare (GB) agisce come Ministro della Rettitudine, regola i Soffi (*qi*) ed evita le perdite di *jing*. La lucidità è governata dall'asse 15 GV / P. *hui* = GV 14, con comunicazione Alto-Basso tramite il St 9.

- **Fuoco (PC):** Dinamica *yin*/*yang*: Massimo dello *yang* (CV 17) e nascita dello *yin* (CV 4).

  Movimento e Tempo: Superficializzazione (Estate, Sud / Ore 12:00). Direzione: Dal torace verso la testa. Mare dei Midolli (*shen*): GV 17, GV 16-20.

  Funzioni Guida: Il Cervello è la dimora della lucidità e dello *shen* primordiale, stabilisce la comunicazione diretta con il Cielo e rappresenta la sede dei sette orifizi.

- **Terra / Metallo (LU):** Dinamica *yin*/*yang*: Scomparsa dello *yang* (St 25) e crescita dello *yin* (Lu 1).

  Movimento e Tempo: Interiorizzazione (Autunno, Ovest / Ore 18:00). Direzione: Dal torace verso l'addome. Mare dei Liquidi e Cereali: St 30 - St 36. Funzioni Guida: Il *po* e il Triplice Riscaldatore Medio (ST) si attivano su St 30, Sp 4, Ki 16, CV 6. L'Utero funge da Radice della Vita e dell'Energia Vitale.

- **Acqua (KI):** Dinamica *yin*/*yang*: Nascita dello *yang* (GB 25) e massimo dello *yin* (CV 3).

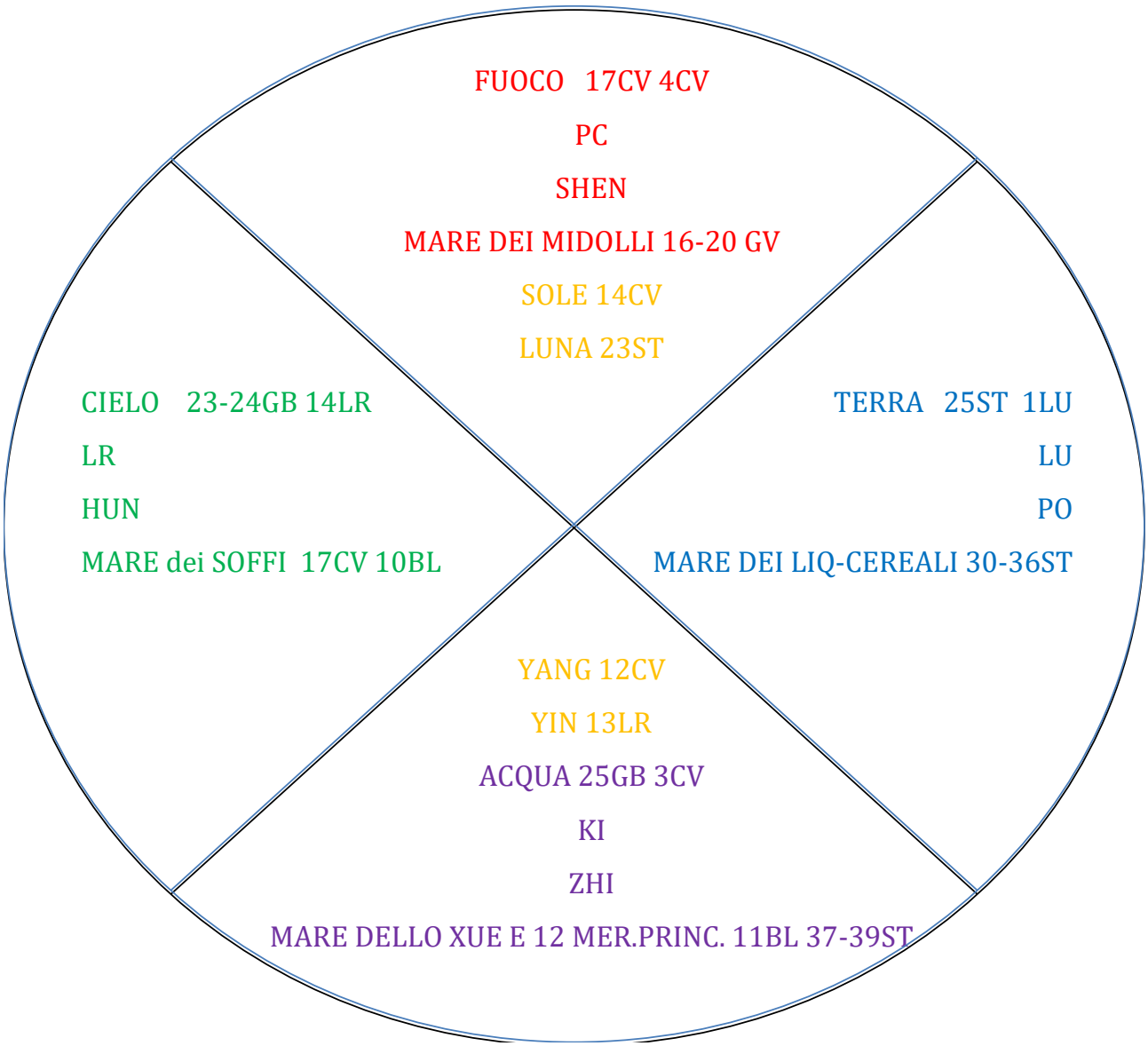
  Movimento e Tempo: Raccolta in profondità (Inverno, Nord / Ore 24:00). Direzione: Dal bacino verso il torace. Mare del Sangue *xue* e 12 Meridiani Principali: Bl 11 (Punto *hui* Ossa).

  Funzioni Guida: I liquidi *jin-ye* sono regolati dai punti St 37-39. Lo *zhi* e il *chongmai* si strutturano sui punti Pc 6, Sp 4 e CV 4.

4 elementi 4 mari :

meccanismi invalicabili

condizionamento strutturale e funzionale del corpo conscio e inconscio



Capitolo 3

L'ARCHITETTURA ENERGETICA: DAL *DAO* AL CORPO, LE TRE ENERGIE E IL MANDATO

3.1 Da Etereo a Corporeo: La Nascita del *REN*

Attraverso le vie della naturalezza e della spontaneità, l'energia cosmica passa da uno stato etereo e impalpabile per condensarsi in una forma concreta e corporea: l'Essere Umano *REN*. Questo processo di incarnazione, dettato dalle regole del *dao*, conferisce a ogni individuo una connotazione psicofisica precisa e irripetibile. Il fine ultimo della Medicina Classica Cinese è operare all'interno di questo asse: attraverso l'Intenzione (*yi*), il terapeuta può influenzare il *qi* agendo sulla forma fisica e corporea (*xing*), per arrivare infine a mutare lo stato di coscienza e lo Spirito (*shen*).

3.2 La Trinità Umana e i Punti *"REN"*

La struttura umana si declina in una triade fondamentale (Spirito-Anima-Corpo), espressa energeticamente come *shen* (Intelligenza organizzatrice e luce), *qi* (Soffio animante e potenziale vitale) e *jing* (Materia morfologica inanimata). Questa organizzazione prende corpo nell'asse trinitario *shen* (Spirito), *ti* (Coscienza e campo energetico) e *xing* (Materia). Guidata dall'alto dal punto GB 3 (Supremo Maestro), questa architettura si ancora al mondo attraverso i cosiddetti "Punti *REN*", cardini dell'esistenza umana:

- *daheng* Sp 15: Punto fondamentale per la maturazione umana.
- *renzhong* GV 26: Centro per l'organizzazione psico-spirituale.
- *renying* St 9: Punto deputato all'accoglienza umana.

3.3 le tre energie fondamentali:

weiqi*, *yingqi* e *yuanqi Questa complessa impalcatura è percorsa e animata da tre soffi vitali, ciascuno con funzioni, origini e vie di scorrimento specifiche:

- ***xing* e il *weiqi* (*qi* Difensivo):** Costituisce l'impalcatura e la motricità,

fungendo da energia istintuale di difesa. Deriva dall'elaborazione degli alimenti da parte della Milza, è prodotta nel Triplice Riscaldatore Inferiore, distribuita dal superiore e circola nei meridiani tendino-muscolari. Viene costantemente spinta verso l'esterno dalla forza propulsiva dello *yang* del Rene e si rigenera di notte grazie al Fegato.

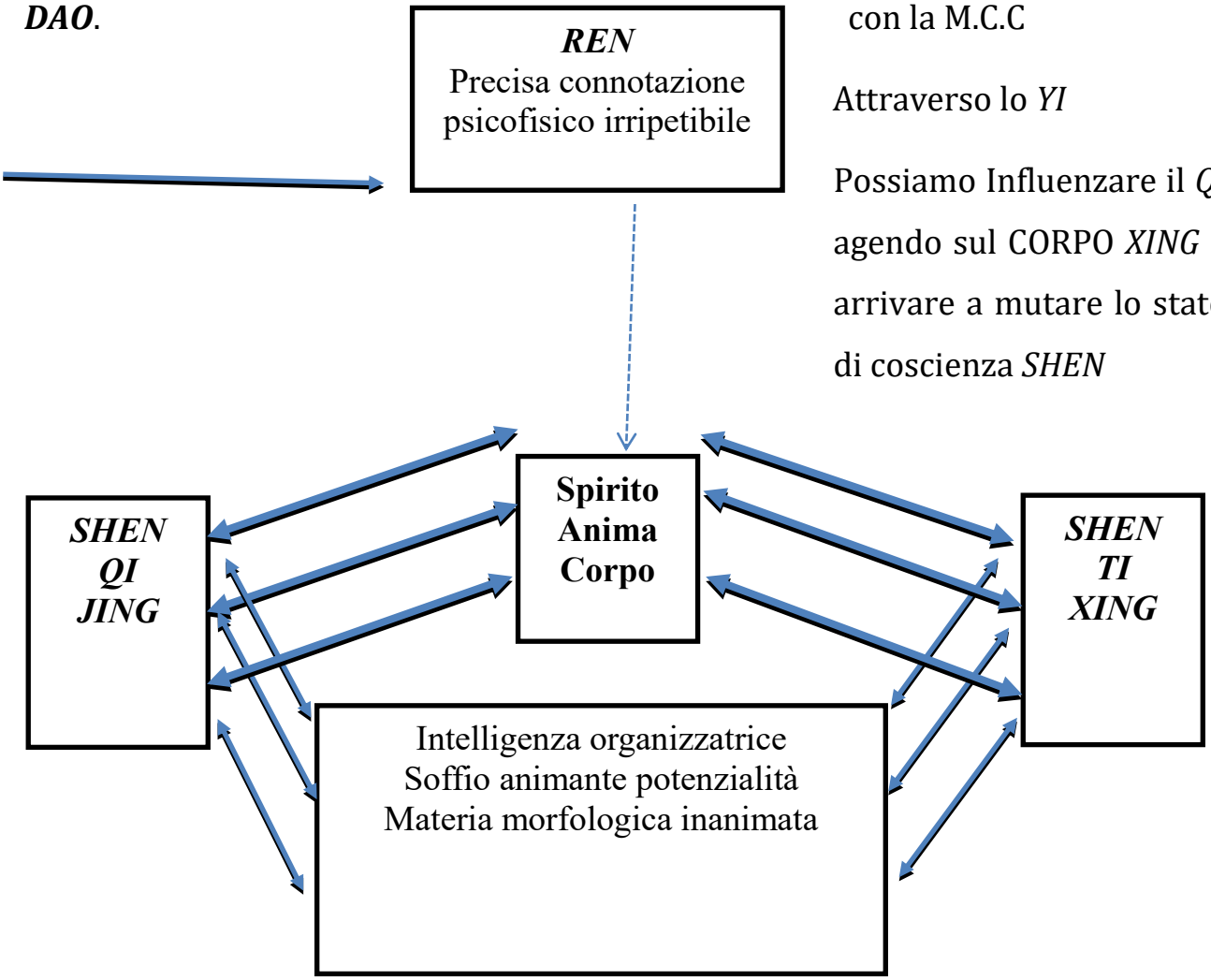
- ***ti* e lo *yingqi* (*qi* Nutritivo):** Rappresenta il campo energetico di comunicazione e nutrimento. Viene prodotta dal Triplice Riscaldatore Medio (estratta dal cibo), distribuita dal superiore e circola profondamente nei meridiani principali e nei meridiani *luo*, fondendosi con il Sangue.
- ***shen* e lo *yuanqi* (*qi* Ancestrale):** È la goccia di luce universale e organizzatrice. Deriva dal *jing* ereditario (*zongqi*, il clan degli antenati) e dalle esperienze provenienti dalle generazioni precedenti. Viene tesaurizzata dai Reni, distribuita nell'organismo tramite il Triplice Riscaldatore (*san jiao*) e circola nei meridiani straordinari. Attraverso il Triplice Riscaldatore, lo *yuanqi* raggiunge gli organi e i meridiani principali, affiorando in superficie nei Punti *yuan* (Punti Sorgente).

3.4 Costituzione e Temperamento: L'Invariabile e il Variabile

Questi soffi energetici determinano le due grandi sfere del comportamento e della struttura umana:

- Lo ***yuanqi*** governa il genotipo, la costituzione profonda e il karma. scorre negli 8 meridiani straordinari e nei 4 mari, costituendo la sfera dell'invariabile. essa racchiude la spiritualità, la capacità di vedere oltre, l'inconscio e il nostro fato (*ming*).
- la danza dinamica tra ***weiqi e yingqi*** genera invece il nostro fenotipo, ovvero il temperamento, strettamente connesso ai 5 movimenti. questa è la sfera del variabile.

DAO.



con la M.C.C

Attraverso lo *YI*

Possiamo Influenzare il *QI* agendo sul CORPO *XING* e arrivare a mutare lo stato di coscienza *SHEN*

1. *XING* -→impalcatura-→motricità-→*WEIQI*-→*QI* istintuale di difesa

- **Prodotto da TR inf**
- **Distribuito da TR sup**
- **Circola nei M.T.M**

***Weiqi* deriva dalla elaborazione della SP ma viene spinto dalla propulsione dello *yang* KI e rigenerazione notturna del LR**

2. *TI*-→campo energetico→comunicazione→*YINGQI*→*QI* nutritivo

- **Prodotto da TR med**
- **Distribuito da TR sup**
- **Circola nei M.Pr./M.Luo**

3. *SHEN*→goccia di luce universale→organizzatrice→*YUANQI*→*QI* ancestrale

- **Deriva dal *jing* ereditario**
- **Tesaurizzato dai KI**
- **Distribuito dal *san jiao***
- **Circola ne M. Straordinari**

Attraverso il triplice riscaldatore raggiunge gli organi e i M. Principali affiorando nei *P.YUAN*

1. *WEIQI*



→generano il temperamento (variabile)-→ 5 MOVIMENTI

2. *YINGQI*

3. *YUANQI* →genotipo , costituzione (invariabile)→ 4 ELEMENTI

4 MARI

8 M.STRAORDINARI

Spiritualità, capacità di vedere oltre , inconscio, esperienze provenienti da generazioni precedenti ,karma, mandato , *ming*, fato, *zongqi*, clan degli antenati

3.5 L'INVARIABILE : Il Fato (Anteriore al Cielo - *xian tian*)

C'è una parte del nostro *ming* (Mandato Celeste) che è effettivamente fissa, invariabile e non negoziabile. Rappresenta il nostro punto di partenza nel mondo manifesto.

- **Il Capitale di Partenza:** questo è il Fato. È costituito dal *jing* (l'Essenza) ereditato dai nostri genitori, dalla nostra costituzione genetica, dal momento storico e dal luogo in cui nasciamo.
- **La Mappa Innata:** È la missione di fondo, la natura intrinseca della nostra anima. In questo senso, il *ming* è la "scintilla divina" che ci viene consegnata prima della nascita (Anteriore al Cielo). Non possiamo decidere di essere querce se siamo nati semi di bambù; questo aspetto va semplicemente "portato alla coscienza", accettato e assecondato.

3.6 Il MODIFICABILE: Il Destino (Posteriore al Cielo - *hou tian*)

Se il *ming* fosse interamente e rigidamente predeterminato, l'intera impalcatura della Medicina Cinese, dell'agopuntura, della meditazione e della pratica del *qigong* sarebbe del tutto inutile. Il fatto stesso che esista una medicina dimostra che il tracciato può essere modificato.

- **La Scelta e l'Investimento:** Se il Fato è il seme (invariabile), il Destino (chiamato spesso *yun*, che significa "movimento, andamento, fortuna") è il terreno che scegliamo, l'acqua che gli diamo e come lo esponiamo al sole. È il modo in cui investiamo il nostro capitale nel Posteriore al Cielo (la vita dopo la nascita).
- **Il Libero Arbitrio (L'azione dello *yi* e dello *shen*):** Il Mandato è una direzione, ma il come ci arriviamo, le deviazioni che prendiamo, le buche in cui cadiamo e il tempo che impieghiamo sono sotto la giurisdizione del nostro libero arbitrio. Lo *yi* (l'Intenzione) ben centrato ci permette di riallinearci costantemente. Attraverso le nostre scelte quotidiane, l'alimentazione, la gestione delle emozioni e il lavoro sui meridiani, noi modifichiamo attivamente l'espressione del nostro Mandato.

3.7 *YANG SHENG*: l'arte di nutrire la vita e cambiare il destino

Nella tradizione taoista esiste un concetto chiamato ***xiu ming*** (Coltivare il Destino) o ***zao ming*** (Creare il Destino).

- **Evitare l'esaurimento:** Il *Su Wen* ci ricorda che l'uomo antico viveva in armonia con il *dao* e compiva i suoi cento anni, mentre l'uomo moderno si esaurisce a cinquanta. Il Mandato vitale (la longevità potenziale) può essere brutalmente accorciato da un cattivo stile di vita, o può essere espanso fino al suo massimo potenziale tramite il principio dello *yang sheng* (Nutrire la Vita).

- **La Trasformazione Alchemica:** Pratiche fisiche ed energetiche lavorano esattamente su questo confine flessibile. Attraverso lo stiramento dei tendini, l'apertura delle articolazioni e la mobilizzazione profonda del respiro e del *qi*, l'individuo non si limita a "mantenersi in salute", ma avvia un'alchimia interna. Si eliminano i blocchi acquisiti (traumi, abitudini tossiche) per permettere allo spirito di riscrivere la propria traiettoria biologica e psichica, modificando letteralmente la propria predisposizione alle malattie e alla sofferenza.

In Sintesi: Il Paradosso della Bussola

Possiamo immaginare il *ming* immutabile come il Nord magnetico di una bussola. Il Nord non cambia, è un dato di fatto invariabile dell'universo. Tuttavia, il percorso che fai per viaggiare verso Nord — se prendere una strada asfaltata, se perderti in un bosco, se fermarti per anni, o se costruire un veicolo migliore per raggiungerlo — è il tuo *ming* modificabile (il tuo Destino), che risponde unicamente alla forza del tuo *yi* e alla chiarezza del tuo *shen*.

Se il *ming* (il Mandato) rappresenta le fondamenta e il progetto strutturale del nostro edificio esistenziale, il temperamento rappresenta la "facciata", le porte, le finestre e il modo in cui interagiamo quotidianamente con l'ambiente esterno. Mentre il *ming* si poggia sulle energie profonde e lente (lo *yuanqi* e i Visceri Straordinari), il temperamento si manifesta qui e ora, ed è il palcoscenico in cui danzano le due energie più dinamiche e quotidiane: il *weiqi* (Energia Difensiva) e lo *yingqi* (Energia Nutritiva). Il modo in cui queste due energie si relazionano determina il nostro carattere, colorato dalle lenti dei Cinque Movimenti *wu xing*. Ecco come possiamo esprimere questo concetto in un'ottica di Medicina Classica Cinese.

3.8 Il Temperamento: La Danza tra *weiqi* e *yingqi* nei 5 Movimenti

Il temperamento umano non è un monolite, ma un processo di continuo adattamento. È il modo in cui il nostro microcosmo risponde agli stimoli del macrocosmo. Questa "pulsazione" tra interno ed esterno è gestita dal delicato equilibrio tra ciò che ci difende (*wei*) e ciò che ci nutre (*ying*).

3.9 *WEIQI*: l'interfaccia reattiva (i confini dell'io)

Il *weiqi* scorre all'esterno dei vasi, nella superficie. A livello psicologico e temperamentale, essa rappresenta il nostro confine, la nostra reattività istintiva e il modo in cui gestiamo lo spazio personale. Determina la nostra immediatezza: come reagiamo a un attacco, a una critica, a un cambiamento climatico o emotivo improvviso. Un temperamento con un *weiqi* molto reattivo (tipico del movimento Legno) sarà estroverso, scattante, pronto alla difesa o all'attacco. Un temperamento con un *weiqi* retratto (tipico del movimento Metallo) tenderà a innalzare barriere spesse, isolandosi per proteggere la propria vulnerabilità.

3.10 *YINGQI*: l'elaborazione profonda (il nutrimento dello *shen*)

Lo *yingqi* scorre all'interno dei vasi, fusa con il Sangue. A livello temperamentale, rappresenta la nostra capacità di interiorizzare, accogliere ed elaborare le emozioni. Mentre il *weiqi* affronta l'emozione sulla porta di casa, lo *yingqi* la fa accomodare in salotto, permettendole di nutrire lo *shen* o, se mal gestita, di intossicarlo. Un temperamento con uno *yingqi* abbondante e fluida (tipico di un Fuoco o di una Terra in equilibrio) sarà empatico, capace di intimità profonda e di risonanza affettiva. Se lo *yingqi* è stagnante, il soggetto rimuginerà (lesione dello *yi*), trattenendo le emozioni fino a generare blocchi interni.

3.11 I Cinque Movimenti come "Filtri" del Temperamento

I Cinque Movimenti non sono categorie rigide, ma strategie adattive o modalità dinamiche attraverso i quali il *weiqi* e lo *yingqi* vengono distribuite, creando i temperamenti variabili:

- **Movimento Legno (Fegato/Vescicola Biliare):** Il temperamento è proiettato verso l'esterno. Il *weiqi* è espansiva, rapida, a volte aggressiva. Lo *yingqi* deve faticare per trattenere l'esplosività, per cui la persona passa da slanci di grande generosità a scoppi di collera impulsiva.
- **Movimento Fuoco (Cuore/Piccolo Intestino):** Il temperamento è comunicativo e radioso. Il *weiqi* e lo *yingqi* sono in continua e rapida comunicazione. La persona cerca la fusione emotiva, l'allegria, ma è estremamente suscettibile agli sbalzi d'umore, rischiando di disperdere la propria energia nutritiva verso l'esterno.
- **Movimento Terra (Milza/Stomaco):** Il temperamento è accogliente, stabile, empatico. L'attenzione è posta sullo *yingqi* (nutrimento profondo, cura dell'altro). Il *weiqi* è meno reattiva e più tollerante, ma il rischio è l'eccesso di interiorizzazione (il pensiero ossessivo di cui parlavamo a proposito dello *yi*), che blocca l'energia al centro.
- **Movimento Metallo (Polmone/Grosso Intestino):** Il temperamento è rigoroso, analitico e interiorizzato. Il *weiqi* forma uno scudo formidabile, selezionando chirurgicamente cosa far entrare e cosa tenere fuori. Lo *yingqi* nutre un mondo interiore ricco ma spesso inaccessibile agli altri, tendendo alla malinconia se i confini diventano troppo rigidi.
- **Movimento Acqua (Rene/Vescica):** Il temperamento è profondo, riflessivo, insondabile. Il *weiqi* può sembrare sfuggente o assente in superficie, ma è supportata da un'enorme riserva sotterranea (*yuanqi*). Le reazioni sono dettate

dalla cautela o dalla paura, e lo *yingqi* protegge gelosamente l'intimità dell'individuo.

Il Segreto della Salute Temperamentale

Nella clinica, il terapeuta non cerca di cambiare il temperamento di base (non si trasforma un'Acqua in un Fuoco), ma lavora affinché la comunicazione tra *weiqi* e *yingqi* sia fluida. Se il *weiqi* è troppo rigida, il paziente si isola e il suo *yingqi* ristagna; se il *weiqi* è troppo debole, il paziente è ipersensibile (come senza pelle) e il suo *yingqi* viene costantemente aggredita dalle emozioni del mondo.

Capitolo 4

L'ANIMA *YI*, IL PROPOSITO DEL CUORE E LA DIMORA DEL PENSIERO

4.1 il significato del carattere e degli ideogrammi (*yi* e *she*)

L'ideogramma *yi* è un capolavoro di sintesi filosofica. È composto da due parti: la parte superiore è *yin*, che rappresenta il suono, le parole o la voce; la parte inferiore è *xin*, il Cuore. L'analisi dei grandi sinologhi e dei testi classici ne svela la reale profondità:

- Andrès traduce l'ideogramma in modo estremamente poetico e letterale: *"Alzarsi in piedi e parlare con il Cuore"* e, a livello ancora più intimo, *"Il Cuore al centro del Cuore"*. È la capacità di ricordarsi la nostra natura più vera e profonda.
- F. Berera ricorda che l'ideogramma richiama *"una persona che, parlando, pensando e progettando, mette il suo Cuore in ciò che esprime in pensieri ed azioni"*.
- Wieger (73 E) lo descrive come *"l'intenzione di colui che parla che mette nelle parole che dice la sua volontà"*.

- Strom. Ryjik (311) lo definisce come "*ciò che il Cuore-mente (xin) afferma (yin)".*
- Laurent aggiunge una sfumatura profonda: *"L'intenzione che colui che parla mette nei suoni che emette"*, tradotto anche con il verbo "gemere", indicando un'espressione viscerale e autentica dell'anima.
- Padre Ricci (5322) lo inquadra come *"Proposito. Potenza spirituale propria della Milza"*, espandendone il senso a intenzione, significato, atmosfera e colorazione del pensiero.

L'ideogramma *she*, associato al punto *yishe* Bl49, significa "dimora, abitazione, hotel, capanno, tappa". Come fa notare Ricci (9610), esso rappresenta una struttura di ramaglie. A livello esoterico, l'uso del termine "hotel" sottintende un luogo in cui non si resta "fissi": il pensiero (*yi*) deve risiedere nella sua dimora per nutrirsi, ma deve anche avere la capacità di muoversi, uscire nel mondo e non ristagnare.

4.2 la relazione intrinseca con il cuore

Lo *yi* dimora nella Milza (*Su Wen cap. 23, Ling Shu cap. 78*), ma la sua matrice originaria è sempre il Cuore. Come afferma Gui Mei Sheng: *"Il Cuore è il maestro dello yi, lo yi comanda il qi e lo mobilizza"*. Il Cuore opera in ogni atto di conoscenza. Affinché il "proposito" possa manifestarsi, il Cuore deve prima riconoscere se ciò che osserva e vede è in perfetta sintonia con la propria natura. È in questo senso che il proposito non è mai un freddo calcolo, ma si incarna in ogni discorso, ogni azione, ogni pensiero, ogni condotta di vita che abbia il Cuore come denominatore comune.

Il testo classico di *Qi Bo* è illuminante su questa genesi:

"Ciò che prende in carico gli esseri si chiama Cuore. Il cuore si applica, ecco il proposito. Il proposito diviene permanente, ecco il volere... Il pensiero si dispiega in lontananza e potentemente, ecco la riflessione".

4.3 l'immagine del *"LING YI"*

Lo *yi* rappresenta la presa di coscienza, la consapevolezza che permette all'individuo di percepire il mondo e di conoscerlo autenticamente. La sua immagine è quella di un architetto vitale: esso ricostruisce l'organismo in toto, separando il puro dall'impuro. Assorbe il nutrimento e, grazie alla Milza, lo trasforma per nutrire sia la periferia (i quattro arti) sia la profondità (i cinque *zang*). È, in sintesi, "la capacità di sentire cosa abbiamo nel Cuore ed è il proposito di realizzarlo".

4.4 il significato funzionale, fisiologico e patologico

Dal punto di vista funzionale, la Milza è definita da Padre Claude Larre come "*magazzino e granaio*". Il pensiero e le attività della coscienza dipendono interamente dalla nutrizione che parte da questo centro. Se il proposito è in eccesso o in deficit , l'organismo non riesce a nutrirsi. Quando la Milza si ammala o il pensiero si blocca, i testi classici delineano quadri patologici severi:

- Su Wen cap. 23: *"Quando l'energia dell'Essenza si riunisce alla Milza vi è l'inquietudine".*
- Il commento di Wu Kong precisa: *se tutti gli organi hanno uno stesso aumento di jing, non vi è malattia; ma se tutti i jing affluiscono precipitosamente verso un solo organo, vi è manifestazione patologica.*
- Ling Shu cap. 8*: "Quando la Milza è in preda all'oppressione e alla pena si produce un attacco al proposito... Le 4 membra non possono più levarsi. Si muore in primavera".*
- Su Wen cap. 44: *"Quando un pensiero carico di preoccupazioni si esercita senza fine, quando l'uomo non riesce ad ottenere quanto aspira, quando il proposito si espande senza controllo all'esterno... il muscolo ancestrale si distende fino ad essere completamente rilasciato".*

Nella clinica quotidiana, la preoccupazione cronica, l'incapacità di ricavare uno spazio dentro di sé, l'oppressione e l'eccesso di responsabilità ledono gravemente lo *yi*. Questo esaurimento determina non solo la letargia, la noia e la difficoltà digestiva, ma conduce a malattie croniche complesse, compresa quella neoplastica, impedendo alla Milza di diffondere la vitalità ai quattro arti.

4.5 la funzione più spirituale e psichica

Spiritualmente, lo *yi* è l'aspetto Terra: il potere di assemblare tutto lo spazio-tempo, di armonizzare la forma ed il ritmo. Come la Terra riceve le sementi e dona i raccolti, lo *yi* permette la digestione delle nostre esperienze di vita, trasformandole in una vita produttiva. La virtù della Terra è *xin,* la sincerità, la fedeltà, la fiducia; queste sono vere e proprie "intenzioni di amore".

Cruciale è l'insegnamento del Maestro Jeffrey Yuen:

lo *yi* è "la coscienza filtrata, concentrata su un particolare... è quello che in psicologia si chiama *'effetto party'*: nel mezzo della confusione di una festa si presta attenzione esclusivamente al discorso che si sta facendo con una persona". Se lo *yi* perde questo fuoco e non è focalizzato sul presente, esso "trascina il *qi*, trascina con sé lo *yuanqi* (Energia Originale) e la consuma inutilmente", allontanando l'individuo dal proprio mandato.

4.6 l'immagine del punto *yishe* bl49 (dimora del pensiero)

Il punto *yishe* Bl49 funge da riequilibratore di queste dinamiche. Fisicamente, come ricorda Deadman, tratta i quadri di Calore-Umidità (distensione addominale, diarrea viscida, ittero, difficoltà nell'ingestione). A livello psichico, armonizza il pensiero in un continuum che va dal pensiero lento all'ossessività. Agisce sulle malattie della

Milza quando implicano difficoltà ad abbracciare lo spazio e il tempo, mancanza di compassione universale, tendenza a girare in tondo centrati su se stessi e assenza di una visione globale. L'immagine terapeutica più potente ed evocativa del punto *yishe* Bl49 è quella della liberazione dall'oppressione mentale:

Immagino l'azione di yishe Bl49 come quando siamo a letto, di notte, colmi di pensieri... E poi ci mettiamo in piedi, compare il sole e noi riusciamo a "sollevarci", a guardare le cose dall'alto con una prospettiva molto più ampia ed il "grosso problema" ci appare molto più "piccolo e leggero". Corradin

4.7 Parole Chiave

Sintetizzando l'azione dell'anima *yi* e del suo trattamento clinico, emergono le seguenti "parole chiave delle parole chiave":

- Rapporto con l'anima *yi*: carenza o eccesso di pensiero, di idee, di intenzioni e di sentimenti.
- Stimola la memoria, la concentrazione e la capacità di studio.
- Armonizza il pensiero in un continuum (salvando la mente dall'ossessività).
- Permette la "digestione" delle esperienze per una Vita produttiva.
- Sincerità, fedeltà, fiducia e compassione universale.
- Elimina l'Umidità, tonifica la Milza e armonizza lo Stomaco.

4.8 i punti di domanda per il terapeuta (direzionare il *qi* attraverso lo *yi*)

Alla luce di questa profonda analisi, il terapeuta di Medicina Classica Cinese, prima di appoggiare le mani o l'ago sul paziente, deve interrogare la propria dimora del pensiero affinché il suo *yi* diventi strumento di guarigione. Le domande fondanti sono:

- "Il mio Cuore è al centro del mio Cuore?" – Sto applicando il mio tocco in modo meccanico, o mi sto "alzando in piedi per parlare con il Cuore" attraverso le mie mani?
- "Sto applicando l'Effetto Party?" – La mia mente è focalizzata unicamente sul presente e sulla risonanza con questo specifico paziente, o è dispersa nel torbido delle mie preoccupazioni e distrazioni, rischiando di drenare il mio *yuanqi* e quella del ricevente?
- "La mia intenzione è un capanno o una prigione?" – Il mio intento terapeutico lascia spazio al paziente di muoversi e trasformarsi (come un hotel/dimora temporanea), o gli sto imponendo rigidamente la mia diagnosi e i miei attaccamenti?
- "Sto esprimendo Sincerità (*xin*)?" – Il mio contatto trasmette fiducia, compassione universale e fedeltà al Mandato Celeste, aiutando il paziente a digerire le proprie esperienze di vita?
- "Sono in grado di guardare dall'alto?" – Sto aiutando il paziente a vedere il sole sorgere per alleggerire il suo "grosso problema", permettendogli di ritrovare la sua visione globale?

- **Capitolo 5**
- **L'ANATOMIA DEL SOFFIO: I LIVELLI DI PROFONDITÀ E LA RETE DELLE ENERGIE**

Per poter guidare il *qi* attraverso l'Intenzione (*yi*) e operare una vera trasformazione, il terapeuta non deve perdersi nella mera anatomia dei tragitti, ma deve comprendere intimamente il "paesaggio energetico" su cui appoggia le mani. Il corpo umano è strutturato in una rete tridimensionale organizzata per livelli di profondità. Ogni livello gestisce specifiche energie ed è preposto a una precisa linea di difesa: dalle semplici aggressioni climatiche, alla somatizzazione delle emozioni quotidiane, fino alla risoluzione dei traumi transgenerazionali.

5.1 I MERIDIANI TENDINO-MUSCOLARI (*jingjin*): La Difesa e l'Esterno

Rappresentano lo scudo più superficiale dell'organismo, la trincea di confine.

- **Energia Dominante:** Sono il palcoscenico su cui danza il *weiqi* (Energia Difensiva), l'energia rapida, calda e istintuale deputata alla protezione dei confini.
- **Applicazione Clinica:** Assorbono l'urto dei **Fattori Patogeni Esterni** (Vento, Freddo, Calore, Umidità). Si trattano per risolvere le Sindromi Bi (ostruzioni dolorose, reumatismi, contratture acute), i traumi fisici superficiali e le patologie di confine (riniti allergiche, asma iniziale, orticarie).
- **Azione dello *yi*:** L'intenzione del terapeuta è puramente "espulsiva" e difensiva. Si utilizzano tecniche di dispersione superficiale (martelletto a fiore di pruno, coppettazione, *guasha*, Tuina vigoroso) per riaprire la superficie e scacciare il patogeno.

5.2 I MERIDIANI *LUO* (Collaterali): La Rete di Compensazione Emotiva

Sono la fitta rete capillare che si dirama dai canali principali, fungendo da formidabile "valvola di sfogo" psicosomatica.

- **Energia Dominante:** Distribuiscono lo *yingqi* (Energia Nutritiva) e il Sangue (*xue*), ma soprattutto fungono da spugna per le tossine emotive.
- **Applicazione Clinica:** Gestiscono i **Fattori Patogeni Interni** (i Sette Sentimenti). Quando un Meridiano Principale non riesce a tollerare uno shock o un'emozione prolungata (rabbia trattenuta, lutto, ansia cronica), "svuota" l'eccesso nel meridiano *luo*, che lo trattiene. La patologia si manifesta con stress cronico e stasi di Sangue che generano cisti, noduli, varici o lipomi (accumuli di catarri legati a pensieri ossessivi).
- **Azione dello *yi*:** Se il *luo* è in "pienezza" (varici, esplosioni emotive), si applica il sanguinamento o la dispersione per liberare lo *shen* intrappolato. Se è in "vuoto" (depressione, atrofia emotiva), si tonifica. Lo *yi* deve essere estremamente accogliente, pronto a ricevere e "digerire" l'emozione che il paziente rilascerà.

5.3 I MERIDIANI PRINCIPALI (*jingmai*): Il Ritmo del Quotidiano

Sono i 12 grandi fiumi dell'energia, i canali ufficiali che collegano l'esterno con gli organi interni (*zang-fu*).

- **Energia Dominante:** Trasportano lo *yingqi* (Energia Nutritiva) per alimentare costantemente il funzionamento fisiologico ordinario e post-natale.
- **Applicazione Clinica:** Gestiscono la routine dell'organismo. Trattano i disturbi digestivi, respiratori cronici, problemi circolatori e ginecologici derivanti dallo stile di vita (cattiva alimentazione, eccesso di lavoro, stanchezza quotidiana).
- **Azione dello *yi*:** L'applicazione si basa sulla diagnosi classica (polsi, lingua). Il massaggio Tuina su questo livello mira a ripristinare il flusso armonico (tonificando i vuoti e disperdendo le pienezze). Lo *yi* lavora per "riarmonizzare il ritmo", ricordando al corpo il suo naturale scorrimento.

5.4 I MERIDIANI DIVERGENTI (*jingbie*): L'Interiorizzazione e la Latenza

Sono un sistema profondo e un meccanismo di sopravvivenza estrema. Intervengono quando un patogeno è troppo forte e minaccia la vita stessa degli organi interni.

- **Energia Dominante:** Dirottano il *weiqi* (difesa) verso l'interno, utilizzando il potere del *yuanqi* (energia ancestrale) per "congelare" la malattia in profondità, lontano dagli organi vitali.
- **Applicazione Clinica:** Sono i meridiani della Latenza. Gestiscono le patologie intermittenti, croniche o degenerative. Trattano le patologie autoimmuni (dove la difesa deviata all'interno attacca i propri tessuti), le infiammazioni croniche silenti, i dolori articolari profondi e le allergie severe.
- **Azione dello *yi*:** L'intento è delicatissimo. Si interviene per dare al corpo la forza di "scongelare" la latenza e riportare il patogeno in superficie per espellerlo. Lo *yi* deve essere supportivo e rassicurante, informando il paziente che è finalmente sicuro affrontare il vecchio demone. In soggetti troppo deboli, al contrario, si aiuta lo *yuanqi* a mantenere attiva la latenza.

5.5 I MERIDIANI STRAORDINARI (*qijing bamai*): Le Radici e il Destino

Sono gli otto oceani di riserva del corpo. Non obbediscono al ritmo quotidiano, ma strutturano lo scheletro energetico e karmico dell'individuo.

- **Energia Dominante:** Contengono e veicolano la purissima *yuanqi* (Energia Ancestrale) e il *jing* (Essenza), la matrice profonda ereditata dai genitori.
- **Applicazione Clinica:** Si applicano per trattare le **emozioni ereditarie**, i traumi transgenerazionali e le crisi di identità profonde. Intervengono nell'embriologia, nei grandi passaggi della vita (pubertà, menopausa, invecchiamento) e nelle patologie psichiche o strutturali gravissime in cui l'intero asse dell'individuo vacilla.
- **Azione dello *yi*:** Per comprenderne l'azione clinica e applicarvi correttamente

l'Intenzione, è fondamentale operare una distinzione embriologica tra i meridiani di Prima, Seconda Generazione. Toccare un Vaso Straordinario significa dialogare direttamente con il Mandato (*ming*) del paziente.

A. I Vasi di Prima Generazione: Il "Big Bang" e l'Organizzazione dello Spazio

I quattro meridiani di prima generazione (*chongmai*, *renmai*, *dumai* e *daimai*) sono i primi a formarsi al momento del concepimento. La loro vera origine embriologica ed energetica non coincide con i punti di apertura che usiamo in clinica (che si trovano invece sugli arti), ma risiede nel ***mingmen*** (la Porta della Vita) e nel ***bao*** (la matrice/utero). Il *mingmen* rappresenta il vero e proprio "Big Bang" della vita umana: è l'esplosione primordiale da cui scaturisce lo *yuanqi* e da cui questi quattro vasi si irradiano per organizzare lo spazio vitale, creando il centro, l'anteriore (*yin*), il posteriore (*yang*) e il contenimento trasversale. Solo successivamente, per poterli attivare e "disostruire" terapeuticamente dall'esterno, noi utilizziamo i cosiddetti Punti Maestro o Punti di Apertura (come *lieque* Lu7 per il *renmai* o *houxi* SI3 per il *dumai*), che fungono da chiavi d'accesso a questi oceani profondi.

- ***CHONGMAI* (Vaso d'Incrocio): Il Centro.** Origine: Nasce nelle profondità del basso addome (Utero/Reni). Direzione del flusso: Ha un moto propulsivo ed espansivo; il suo ramo principale sale centralmente lungo l'addome e il torace per irraggiarsi nel volto, ma possiede anche rami che scendono verso i piedi. Rappresenta l'assalto, la spinta vitale primaria e la ripartizione primordiale del Sangue e del *qi* in tutte le direzioni.

- ***RENMAI* (Vaso Concezione): L'Anteriore / Lo *YIN*.** Origine: Nasce nel basso addome (Utero/*bao*) ed emerge al perineo (*huiyin* CV1). Direzione del flusso: Ascende rigidamente lungo la linea mediana anteriore del corpo, fino alla bocca e agli occhi. È il mare dello *yin*, il flusso che porta in superficie la capacità di accogliere, nutrire, perdonare e farsi carico dell'esistenza.
- ***DUMAI* (Vaso Governatore): Il Posteriore / Lo *YANG*.** Origine: Nasce nel basso addome ed emerge al perineo (*changqiang* GV1). Direzione del flusso: Ascende lungo la colonna vertebrale (linea mediana posteriore), entra nel cervello e scende fino al labbro superiore. È il mare dello *yang*, la colonna portante dell'identità, della dirittura morale e dell'individuazione.
- ***DAIMAI* (Vaso Cintura): Il Contenimento.** Origine: Nasce nella regione degli ipocondri (coste fluttuanti). Direzione del flusso: È l'unica eccezione nel sistema dei meridiani: il suo flusso è orizzontale e circolare. Avvolge la vita come una cintura. Il suo scopo è contenere, unire l'alto dal basso e fare da "ripostiglio" per ciò che il corpo non riesce a risolvere (traumi e patogeni latenti).

B. **I Vasi di Seconda Generazione (*QIAO* e *WEI*): le caviglie e l'organizzazione del cammino**

Mentre la prima generazione scaturisce dal "Big Bang" addominale per creare la struttura di base, la seconda generazione (i vasi *qiao e wei*) nasce in un momento successivo: quando il bambino si alza in piedi, sfida la gravità e inizia a relazionarsi con il mondo esterno. Per questo motivo, la loro vera origine non è nel centro del corpo, ma si trova in basso, a livello delle caviglie e dei malleoli (per i *qiao*) e della parte inferiore della gamba (per i *wei*). Da queste radici, l'energia sale verso la

testa, dettando il nostro modo di camminare nel mondo, di relazionarci agli altri e di gestire lo scorrere del tempo (il passato per lo *yin* e il futuro per lo *yang*). Anche in questo caso, per accedere a queste reti, il terapeuta non punge il "Big Bang", ma utilizza i Punti Maestro (come *zhaohai* Ki6 o *shenmai* Bl62), che in questo caso coincidono strettamente con l'area di origine del meridiano stesso, essendo i punti di contatto tra l'Uomo e la Terra da cui inizia il cammino.

- ***YINQIAOMAI* (Vaso del Movimento dello *YIN*): L'Interiorizzazione.** Origine: Nasce sotto il malleolo interno del piede (*zhaohai* Ki6). Direzione del flusso: Ascende in modo centripeto lungo la faccia mediale della gamba, dell'addome e del torace, per arrivare all'angolo interno dell'occhio. Porta l'energia verso l'interno; governa la capacità di stare fermi, di riflettere, di radicarci e di guardare il nostro bambino interiore.
- ***YANGQIAOMAI* (Vaso del Movimento dello *YANG*): L'Azione nel Mondo.** Origine: Nasce sotto il malleolo esterno del piede (*shenmai* Bl62). Direzione del flusso: Ascende in modo centripeto lungo la faccia laterale della gamba, del tronco e del collo, fino alla testa e all'occhio. Porta l'energia verso l'esterno; governa il dinamismo, il modo in cui giudichiamo il mondo e la prontezza nel reagire agli stimoli esterni (il ritmo sonno-veglia).
- ***YINWEIMAI* (Vaso di Collegamento dello *YIN*): Il Legame con il Passato.** Origine: Nasce sulla faccia mediale della gamba (*zhubin* Ki9). Direzione del flusso: Ascende incrociando e collegando (legando) tutti i meridiani *yin*, culminando nella gola e nel petto (Cuore). Costruisce l'impalcatura dei nostri sentimenti, dei nostri ricordi e del nostro passato, governando il dolore emotivo e la strutturazione dello *shen*.

- ***YANGWEIMAI* (Vaso di Collegamento dello *YANG*): L'Adattamento al Futuro.** Origine: Nasce sulla faccia laterale della gamba (*jinmen* Bl63). Direzione del flusso: Ascende incrociando e collegando tutti i meridiani *yang*, passando per i fianchi fino ai lati della testa (Vescicola Biliare). Gestisce i cambiamenti, l'adattamento ai cicli della vita (pubertà, invecchiamento, svolte lavorative o relazionali) e la nostra proiezione verso il futuro.

Protocollo, Applicazione e l'Azione del Mantra Le patologie dei Meridiani Straordinari non sono "malattie ordinarie", ma crisi dell'Essere. Riguardano disturbi della fertilità, ritardi nello sviluppo, grandi crisi di passaggio della vita, traumi infantili strutturati, deviazioni dal proprio Mandato Celeste (*ming*) e crisi psichiatriche profonde in cui si perde il senso dell'identità. Questi otto mari si attivano attraverso le coppie di Punti Chiave (Punto Maestro e Punto Accoppiato).

Capitolo 6

I MANTRA DI TRASFORMAZIONE: LA CHIAVE ALCHEMICA DEGLI OTTO VASI STRAORDINARI

Dopo aver tracciato l'architettura energetica del corpo umano, dal suo centro generatore fino alla superficie, è necessario comprendere come il terapeuta possa accedere a questi oceani di *yuanqi* per operare una trasformazione. L'attivazione dei meridiani straordinari non avviene solo per mera stimolazione meccanica, ma attraverso la vibrazione di uno specifico Mantra non verbale.

Il trattamento con questi meridiani richiede profondo rispetto, poiché si smuove la parte più intima e nascosta dell'individuo, il suo progetto sacro, e non va mai utilizzato per condizioni acute superficiali o per disperdere l'energia vitale. Quando il terapeuta appoggia le dita sulla mappa del meridiano, il suo *yi* (Intenzione) deve risuonare con la frequenza esatta di quel vaso, trasmettendo un messaggio silenzioso che permetta al corpo del paziente di riorganizzarsi, affrontare le mutazioni nel tempo e nello spazio, e allo *shen* di liberarsi.

Cosi l'applicazione del ***TUINA*** ci porterà a prediligere manovre come :

Le Tecniche per Attivare lo *yuanqi* Il trattamento degli Otto Meridiani Straordinari richiede un approccio manuale capace di superare gli strati superficiali per raggiungere e **attivare** l'energia ancestrale (*yuanqi*). Le tecniche d'elezione per questo delicato compito sono *zhenfa*, *anfa*, *yizhichanfa* e l'applicazione della *moxa*. Nello specifico, il tocco del terapeuta si avvale di:

- ***zhenfa*** **(Vibrazione) e Scuotimento:** Questa è una tecnica cardine per l'apertura. Poiché alcuni punti chiave sono punti *luo* o *shu*-ruscello, per far comprendere al corpo che desideriamo utilizzarli come "chiavi" di accesso al livello *yuan* e non per le loro funzioni ordinarie, va utilizzata la tecnica della vibrazione e dello scuotimento al momento del contatto.

- ***anfa* (Pressione graduale):** Una pressione statica, profonda e perpendicolare. Non deve essere meccanicamente invasiva, ma "pesante" e radicata, per penetrare oltre il *weiqi* e lo *yingqi* e raggiungere l'energia ancestrale. L'ideale è mantenere *anfa* in modo stabile e prolungato sul Punto Maestro,ma seguendo il respiro del paziente , permettendo all'intenzione (*yi*) del terapeuta di entrare in risonanza profonda con il meridiano e favorire lo sblocco emotivo.
- ***yizhichanfa* (Oscillazione del pollice)** Appartiene al gruppo delle manovre basate sulle "oscillazioni". È una tecnica molto raffinata che richiede un'articolazione del polso estremamente rilassata, capace di trasmettere un'onda continua, ritmica e penetrante attraverso il polpastrello del pollice. Proprio grazie a questa frequenza vibratoria costante, la manovra riesce a dialogare con la profondità del corpo senza mai risultare meccanicamente aggressiva, rendendola una tecnica d'elezione per raggiungere e attivare lo *yuanqi* custodito nei Meridiani Straordinari. La sua straordinaria versatilità risiede nella possibilità di essere modulata ponendo l'enfasi su diverse dinamiche:
- **Moxibustione (Moxa)** Sebbene sia una tecnica complementare e non strettamente manuale, è inserita a pieno titolo tra le pratiche fondamentali per trattare e attivare lo *yuanqi* sui meridiani straordinari. Poiché i Vasi di Prima Generazione, in particolare, nascono profondamente dal *mingmen* (il Fuoco della Vita), l'applicazione del calore terapeutico rappresenta la via più diretta per risvegliarne e nutrirne la radice ancestrale. Viene definita come una "tecnica tonificante" che funge da potente veicolo di calore attraverso l'uso dell'artemisia (un'erba medicinale essiccata e polverizzata). A seconda della precisione richiesta e della zona da trattare, il terapeuta può optare per la moxa diretta, attraverso l'applicazione di piccoli coni, oppure per la moxa indiretta,

attraverso l'avvicinamento del sigaro incandescente. La sua funzione clinica sui vasi curiosi è primariamente duplice: da un lato disperde le aggressioni da Vento-Freddo, dall'altro scioglie le stasi profonde, favorendo la libera circolazione del *qi* e dello *xue* (Sangue) in tutto l'asse energetico del paziente.

Di seguito, l'analisi clinica e i mantra di trasformazione per gli Otto Vasi Straordinari, suddivisi nelle due grandi generazioni dello sviluppo umano.

6.1 I Vasi di Prima Generazione: L'Origine e lo Spazio

I vasi di prima generazione originano profondamente dal *mingmen* e si strutturano durante il primo ciclo vitale di sette/otto anni, delineando il progetto costituzionale legato all'Anteriore al Cielo e governando la manifestazione dello *yin* e dello *yang*.

1. *RENMAI* (Vaso Concezione)

• **Archetipo:** Il Cantiere, l'accoglienza, la Madre e il Bambino. Rappresenta il nutrimento vitale, la responsabilità, l'aver cura di sé e l'organizzazione della propria quotidianità.

• **Costituzione e Psiche:** Soggetti introspettivi e sensibili, inclini alla cura dell'altro. Nello squilibrio, divengono possessivi, manipolatori, "vampiri" energetici chiusi in se stessi, sviluppando dipendenze affettive e agendo come malati immaginari per attirare attenzione. Strutturalmente si presentano spesso con spalle ricurve, addome prominente e postura ripiegata.

• **Azione dello *yi* e a chi si rivolge:** Il terapeuta si rivolge a chi nutre un rancore transgenerazionale o fatica a rendersi indipendente. L'intenzione scioglie la dipendenza, riaprendo il petto per consentire al paziente di perdonare e di nutrirsi autonomamente, diventando "genitore di se stesso".

• **I Punti Alchemici:**

***lieque* Lu7** ("Sequenza Interrotta")

Significato del nome: *lie* significa "interrompere" o "spezzare", mentre *que* indica una "sequenza" o un "vaso".

Senso clinico e alchemico: È il Punto Maestro (o Chiave) del ***RENMAI***. A livello terapeutico agisce come punto "ospitante" ed è profondamente legato al sistema respiratorio. La sua stimolazione determina una risposta clinica su tutto il meridiano, permettendo di interrompere le memorie e gli schemi patologici ereditati.

***zhaohai* Ki6** ("Mare Luminoso")

Significato del nome: *zhao* significa "illuminare" o "brillare", mentre *hai* significa "mare".

Senso clinico e alchemico: È il Punto Chiave Accoppiato e funge da punto "ospitato" in relazione a *lieque*. Anch'esso è legato al sistema respiratorio. Il suo nome evoca la capacità di portare luce nelle acque profonde e oscure (le paure inconsce e lo *yin* profondo), supportando il ***RENMAI*** nella sua funzione di accoglienza e di nutrimento.

***huiyin* CV1** ("Incontro dello *YIN*")

Significato del nome: *hui* significa "incontro" o "riunione", mentre *yin* si riferisce all'energia ricettiva, femminile e materiale.

Senso clinico e alchemico: È il Punto di Origine, situato al perineo (tra l'ano e la vulva o lo scroto). È il luogo esatto in cui il tronco comune emerge dopo aver attraversato la zona dell'utero e della "busta della gestazione", riunendo la forza creatrice *yin* che sale dalla terra. Nelle pratiche alchemiche di lunga vita, è il fulcro da cui l'energia può risalire verso il ***DUMAI***, trasformando l Anteriore al cielo in Posteriore al Cielo.

***qugu* CV2** ("Osso Curvo")

Significato del nome: *qu* significa "curvo", mentre *gu* significa "osso" (in riferimento anatomico alla sinfisi pubica).

Senso clinico e alchemico: È il punto che comanda in modo specifico la "funzione straordinaria" del meridiano. Rappresenta la capacità tangibile di farsi carico dell'esistenza e di concretizzare i "progetti di vita" (siano essi fisici come una

gravidanza, o lavorativi e spirituali). Trattarlo significa sbloccare la capacità del paziente di sostenere e realizzare la propria vita materiale e psichica.

***jiuwei* CV15** ("Coda di Tortora")

Significato del nome: *jiu* significa "tortora" o "piccione", mentre *wei* significa "coda".

Senso clinico e alchemico: Situato 7 cun sopra l'ombelico, è il punto da cui origina il ramo addominale del meridiano, ovvero il vaso *luo* chiamato *weiyi*. Ha la funzione di distribuire l'energia vitale alla cute dell'addome. A livello sintomatologico, la sua pienezza si manifesta con forti dolori cutanei addominali, mentre il suo vuoto si manifesta con un prurito profondo.

***juque* CV14** ("Grande Palazzo")

Significato del nome: *ju* significa "grande", mentre *que* significa "palazzo" o "torre di guardia".

Senso clinico e alchemico: Topograficamente, chiude il segmento del ***RENMAI*** (da CV9 a CV14) preposto al controllo della funzione digestiva (Stomaco e Milza). È la porta che l'energia deve attraversare prima di entrare nel dominio toracico (respiratorio e cardiaco).

Punto Terminale - *chengjiang* CV24 ("Contenitore dei Liquidi") (inserito per completezza rispetto al nostro schema precedente)

Significato del nome: *cheng* significa "contenere" o "ricevere", mentre *jiang* significa "fluidi" o "liquidi".

Senso clinico e alchemico: È il punto terminale del ***RENMAI*** situato sotto il labbro inferiore, da cui partono i rami facciali profondi. Controlla la funzione buccofaringea e gestisce tutti gli scambi di natura *yin* tra l'essere umano e il mondo esterno. Sintomatologicamente tratta l'impossibilità di parlare, gli spasmi facciali, il dolore alle gengive e la lacrimazione.

• 1. Funzione secondaria o di regolazione:

Azione Principale: È il trattamento d'elezione per tutti i quadri caratterizzati da un evidente vuoto di *yin*, soprattutto quando i meridiani principali non rispondono agli stimoli e il paziente presenta Freddo, stanchezza e depressione.

Organi *zang-fu*: Regola il Sangue e il *qi* di tutti i meridiani *yin*, sostenendo in particolare le funzioni di Milza e Stomaco e preservando l'energia dei Reni.

• 2. La Funzione Straordinaria:

Azione Psicofisica: Guidata dal punto CV2 (*qugu*), serve a sbloccare la capacità del paziente di "farsi carico" della propria esistenza, restituendo la forza per contenere, sostenere e realizzare concretamente i propri progetti di vita.

Trattamento Topografico (Per Segmenti):

CV1 - CV8 (Pelvi/Basso Addome): Tratta le disfunzioni dell'apparato genitourinario.

CV9 - CV14 (Epigastrio): Tratta le alterazioni della funzione digestiva.

CV15 - CV21 (Torace): Regola le funzioni cardiaca e respiratoria.

CV21 - CV24 (Gola/Viso): Controlla la funzione buccofaringea.

Quadri Sindromici e Patologie Specifiche: Le patologie del ***RENMAI*** sono di natura *yin* (causate da Freddo, Umidità o stasi di materia e Sangue nella pelvi):

Sintomi Generali: Lombalgia associata a gonfiore addominale, sudorazione e forte stanchezza lombare.

Nell'Uomo: Problematiche genitali come ernie (da Freddo o deficit strutturale), varicocele, idrocele (da Umidità) ed ematocele (da stasi).

Nella Donna: Copre tutto il processo di creazione e riproduzione (pubertà, gravidanza, menopausa). Cura turbe mestruali, sterilità da vuoto, leucorrea, cisti, fibromi e dolori pelvici/periombelicali.

Ramo Addominale (*luo*): Tratta i dolori cutanei all'addome (se in stato di "pienezza") o il prurito profondo (se in stato di "vuoto").

Ramo Facciale (CV24 - *chengjiang*): Tratta gli spasmi facciali, l'impossibilità di parlare, il dolore a labbra e gengive, e i dolori oculari accompagnati da lacrimazione o difficoltà a tenere gli occhi aperti.

• **MANTRA:**

• **Mantra Terapeutico:** "Perdono me, perdono tutti, anche mia madre, e intraprendo il mio cammino, prendendomi cura del mio bambino interiore e di chi incontrerò lungo il mio cammino. Con amore incondizionato, mi saprò assumere le mie responsabilità, sarò sensibile e pronto a relazionarmi, aprendomi alla vita e percepirne il piacere."

• **Mantra Alchemico:** "Accolgo il nutrimento incondizionato dell'universo. Recido le catene della dipendenza e del rancore materno, pacificando la dimora del mio

bambino interiore. Nel vuoto del mio addome, il *qi* rinasce puro, rendendomi genitore di me stesso e custode sereno del mio Mandato."

• **Ipotesi di trattamento TUINA:** Il protocollo delle "Ali della farfalla" Questo trattamento ha una duplice valenza clinica e simbolica: da un lato fornisce la base per realizzarsi, dall'altro apre la visione verso nuove direzioni.

Radicamento materiale (Addome): La prima fase lavora sul segmento tra CV2 e CV5. È mirata alla "presa in carico", aiutando il paziente a sostenere la propria vita su un piano strettamente *yin* e materiale (affetti, lavoro, società).

Osservazione e Scelta (Torace): La seconda fase si concentra sulla capacità di cogliere le opportunità. Unisce CV17 (l'"altare" che indica la direzione principale e si trova sulla linea del Cuore, dimora dello *shen*) con i punti della Vescicola Biliare (come GB22), l'organo preposto alla "scelta". Stimolando gli spazi intercostali (le costole sono associate alla luna e al ***RENMAI***), si aiuta l'individuo a esteriorizzare le energie.

Sequenza operativa (Paziente in posizione supina):

1. Applicazione di moxa su CV2.
2. *zhenfa* partendo da CV2 fino a CV5 (effettuando 2 passaggi).
3. Applicazione di moxa su CV17.
4. Esecuzione di *anroufa* su CV17.
5. *tuifa* lungo gli spazi intercostali procedendo verso l'esterno fino a GB24.
6. *anfa* sugli stessi spazi intercostali fino a GB24.
7. Esecuzione di *anroufa* su GB24.
8. Risalita lungo gli spazi intercostali fino a GB23, trattandolo con *anroufa*.
9. Esecuzione di *anroufa* sul punto GB22.
10. Chiusura del trattamento con *anfa* alternato bilateralmente tra CV17 e GB22.

2. *DUMAI* (Vaso Governatore)

• **Archetipo:** L'Impresa, il Padre, la spina dorsale psichica e il processo di individuazione ("Io, Io"). È il leader, il regista della vita alla costante ricerca di nuove mete.

• **Costituzione e Psiche:** Individui iperattivi, intelligenti, dal portamento eretto, possente, con sguardo luminoso e magnetico. Nel patologico diventano presuntuosi, rigidi, intolleranti alle critiche, infedeli e avidi di potere. Soffrono di debolezza lombare, ipertensione, alterazioni posturali (cifosi, lordosi) e disturbi neurologici legati al Vento in testa (Parkinson, epilessia).

• **Azione dello *yi* e a chi si rivolge:** Si rivolge a pazienti sottomessi o schiacciati dal senso di colpa, ma anche a despoti inflessibili. Lo *yi* ripristina la "verticalizzazione" spirituale, definendo i confini del proprio Io e liberando lo *yang* puro verso il cervello.

• **I Punti Alchemici:**

***houxi* SI3** ("Torrente Posteriore")

Significato del nome: *hou* significa "posteriore" o "dietro", mentre *xi* indica un "torrente" o un "ruscello di montagna".

Senso clinico e alchemico: Essendo il Punto Maestro del ***DUMAI***, il suo nome evoca un flusso d'acqua vitale che nutre e sostiene la parte posteriore del corpo (il dorso e la colonna). L'immagine del torrente di montagna richiama la chiarezza e la purificazione: il punto, infatti, dona la lucidità necessaria per separare il puro dall'impuro, infondendo il discernimento indispensabile prima di innalzare l'energia lungo la colonna vertebrale e affrontare le grandi imprese della vita.

***shenmai* Bl62** ("Vaso Esteso" o "Vaso dell'Estensione")

Significato del nome: *shen* significa "estendere", "allungare" o "spiegare", mentre *mai* significa "vaso" o "meridiano".

Senso clinico e alchemico: Essendo il Punto Chiave Accoppiato, questo punto rappresenta la scintilla dinamica situata nel tallone. Il suo nome indica l'azione di "estendersi" verso l'esterno e verso il futuro. A livello terapeutico, fornisce la forza vettoriale e la spinta necessaria affinché l'individuo possa avanzare a grandi passi nel mondo, superando la letargia e supportando l'azione direttiva del ***DUMAI***.

***changqiang* GV1** ("Forza Duratura" o "Lungo e Forte")

Significato del nome: *chang* significa "lungo" (nello spazio e nel tempo), mentre *qiang* significa "forte", "robusto" o "resistente".

Senso clinico e alchemico: Situato al coccige, è il Punto di Origine e Disostruzione del meridiano. L'ideogramma richiama visivamente l'immagine di un solido palo piantato profondamente nel terreno. Il nome suggerisce che questo punto rappresenta la base strutturale inamovibile su cui si erge tutta l'impalcatura fisica e psichica dell'uomo. Trattarlo significa restituire al paziente la "forza duratura" per sostenere la propria identità senza crollare.

***fengfu* GV16** ("Palazzo del Vento")

Significato del nome: *feng* significa "vento" (sia climatico che neurologico), mentre *fu* indica un "palazzo", un "centro governativo" o una residenza ufficiale.

Senso clinico e alchemico: Posizionato sotto l'occipite, il suo nome rivela la sua natura di porta principale e dimora per l'elemento Vento. Clinicamente, è il luogo elettivo attraverso cui le aggressioni esterne (*xieqi*) tentano di penetrare e stabilirsi

nel corpo. Trattarlo significa sigillare questo "palazzo" per difendersi dalle invasioni climatiche, oppure aprirlo per disperdere le "tempeste" psichiche e neurologiche del Vento interno.

***baihui* GV20** ("Cento Riunioni" o "Incrocio dei Cento")

Significato del nome: *bai* significa "cento" (indicando molteplicità o totalità), mentre *hui* significa "riunione", "convergenza" o "incrocio".

Senso clinico e alchemico: Posto all'apice della volta cranica, è il luogo in cui tutti i meridiani *yang* del corpo convergono e si innalzano verso il Cielo. Il nome indica l'apice assoluto della connessione spirituale e fisiologica. Dal punto di vista topografico e clinico, rappresenta lo "spartiacque" definitivo: i punti posteriori a questa grande "riunione" governano le funzioni organiche, mentre quelli che scendono anteriormente verso la fronte ne governano le funzioni psichiche.

***mingmen* GV4** ("Porta della Vita" o "Porta del Mandato")

Significato del nome: *ming* significa "vita", "destino", "fato" o "mandato celeste" (lo scopo vitale dell'individuo), mentre *men* indica una "porta", un "cancello" o una soglia.

Senso clinico e alchemico: Situato nella zona lombare, tra i due reni, questo punto è il fulcro assoluto dell'energia originaria (*yuanqi*) e rappresenta la "porta" attraverso cui l'impulso vitale penetra per strutturare il campo energetico dell'embrione prima della nascita. Simboleggia l'attraversamento del confine tra l'Anteriore al Cielo (il bagaglio ancestrale) e il Posteriore al Cielo (l'incarnazione). Dal punto di vista psicologico e alchemico, rappresenta la zona flessibile della colonna vertebrale legata all'autonomia primaria ("lasciare la madre") e alla flessibilità e capacità di

adattamento nelle scelte fondamentali della vita. A livello clinico e neurologico, in associazione con i punti GV3, GV14 e GV15, è un punto raccomandato per il trattamento di turbe imponenti e patologie degenerative come la sclerosi a placche, la sclerosi laterale amiotrofica e le demenze senili e presenili. Infine, governando il segmento inferiore della colonna, il suo fuoco riscalda e tratta in modo diretto le problematiche intestinali, riproduttive e urogenitali.

• 1. Funzione secondaria o di regolazione:

Il trattamento di base per regolare il meridiano (specialmente in caso di vuoti importanti di *yang*, sia fisici che psichici) viene effettuato attraverso l'uso dei punti chiave accoppiati SI3 (*houxi*) e Bl62 (*shenmai*).

Questi due punti riflettono l'attività della loro sorgente e si legano alla testa, alla faccia e al collo.

• 2. Trattamento della Funzione Straordinaria (Identità):

Il ***DUMAI*** rappresenta il "nome" e l'identità dell'individuo. Quando c'è una crisi di questa funzione straordinaria (il paziente sperimenta turbe d'identità, come affermare "Non so più chi sono", spesso accompagnate da turbe vertebrali secondarie), il punto essenziale per il trattamento è GV1 (*changqiang*).

Trattamento delle Turbe Neurologiche e Vento Interno:

Il meridiano è d'elezione per trattare il "Vento interno" associato ad agitazione e follia.

Per turbe neurologiche imponenti e patologie degenerative (come sclerosi a placche, sclerosi laterale amiotrofica, demenze senili e presenili, con o senza compromissione

psichica), il testo raccomanda l'uso specifico dei punti GV3, GV4 in combinazione con GV14 e GV15.

Regola Topografica per il Trattamento Cranico:

MTC per lo Shiatsu e il Tuina fornisce una regola chiara per la selezione dei punti sulla testa:

I punti situati posteriormente a GV20 (*baihui*) sono dotati di un'attività puramente organica.

I punti situati anteriormente (da GV20 scendendo lungo la fronte) possiedono un'azione prettamente psichica.

Trattamento delle Aggressioni Esterne (*xieqi*):

Le aggressioni da energie patogene esterne avvengono a livello dei vasi secondari e, in modo specifico, attraverso il punto GV16 (*fengfu*). Questo punto risulta quindi cruciale nel trattamento delle invasioni esterne.

Trattamento Sindromico (Pienezza vs. Vuoto):

Quadri di Pienezza: Il meridiano va trattato per risolvere dolore e rigidità della colonna vertebrale.

Quadri di Vuoto: Il trattamento è mirato a disperdere la sensazione di testa vuota, il dolore agli occhi, un dolore vivo alla settima cervicale, la debolezza di carattere e uno specifico dolore al Cuore che si irradia fino al dorso (causato da un grave squilibrio in cui un vuoto di *yang* produce pienezza di *yin*-Sangue).

• **MANTRA:**

• **Mantra Terapeutico:** "Mi alzo in piedi con fierezza e dignità. Riconosco la mia vera identità e taglio i legami che mi impediscono di essere me stesso. Assumo la responsabilità delle mie scelte con rettitudine e procedo nel mondo libero dal giudizio, fiero della mia strada."

• **Mantra Alchemico:** "Allineo la mia colonna tra la Terra e il Cielo. Rivendico la mia sovranità e la dirittura morale del mio Spirito, liberandomi dal peso del giudizio e dalle aspettative ataviche. Lo *yang* si innalza limpido, illuminando i Midolli e rivelando la mia vera identità."

• **Ipotesi di trattamento *tuina*:** Il protocollo del "Giglio meraviglioso" Questo trattamento si concentra sulla funzione straordinaria del ***DUMAI***, operando un profondo "raddrizzamento" fisico che si traduce in un raddrizzamento psicologico-spirituale dell'individuo.

L'Identità e l'Affermazione: Il protocollo stimola la capacità di farsi carico della propria vita e di dire «io» (io esisto, io sono, io voglio), riconoscendo la propria unicità. È indicato per soggetti insicuri con atteggiamento ricurvo fin dall'infanzia, o per chi ha compresso i propri ideali assumendo ruoli subalterni a seguito di traumi (ricostruzione regressiva).

Il Raddrizzamento Strutturale: Ogni individuo necessita di una schiena forte ("l'albero della vita") su cui appoggiarsi per crescere e salire. Il punto *changqiang* GV1 innesca la funzione fungendo da base ("drago e tigre"), mentre *mingmen* GV4 controlla il mandato. I punti GV9, GV14 e GV16 raddrizzano il dorso e la testa, mentre *naoshu* SI10 ("porta degli dei") raddrizza le spalle, sancendo il passaggio all'età adulta e alla pienezza.

Sequenza operativa (Paziente in posizione prona):

1. Applicazione di moxa su GV1, GV4 e GV14.
2. Esecuzione di *zhenfa* (per l'attivazione profonda in apertura) e *anroufa* sul punto GV1.
3. *niefa* lungo il meridiano, risalendo da GV3 fino a GV14.
4. *anfa* con il pollice e l'indice affrontati, partendo dalla quarta vertebra lombare (GV3) in alto fino a GV14.
5. *anfa* risalendo da GV9 a GV14.
6. Espansione verso destra: *anfa* da GV14 procedendo verso l'esterno fino a SI10.
7. Esecuzione di *anroufa* su SI10.
8. Ritorno al centro: *anfa* da SI10 verso GV14.
9. Ripetere i passaggi 6, 7 e 8 sull'altro lato (verso il SI10 di sinistra e ritorno).
10. Chiusura apicale: *anfa* da GV14 a GV16, penetrando verso il cervello.

3. *CHONGMAI* (Vaso d'Assalto o Incrocio)

• **Archetipo:** L'Architetto e il Mare del Sangue. Rappresenta il progetto originario, la forza impetuosa che irrompe nella vita e l'organizzazione strutturale profonda del feto. È il ponte fondamentale che lega l'Anteriore al Cielo (potenziale ancestrale) al Posteriore al Cielo (vita incarnata).

• **Costituzione e Psiche:** Individui profondamente disarmonici e rigidi. Mutano pensiero con estrema difficoltà, rivelandosi testardi e incapaci di adattarsi di fronte all'evidenza. Fisicamente presentano un'obesità "a pantalone da cavallerizzo" (glutei molto evidenti e torace piccolo), viso rotondo con occhi asimmetrici o spenti, e una spiccata tendenza a ipertricosi o irsutismo (data la sua natura di Mare del Sangue e controllore del sistema pilifero).

• **Azione dello *yi* e a chi si rivolge:** Si rivolge a pazienti bloccati in dinamiche ereditarie profonde, affetti da una depressione vitale grave, paralisi (fisica, intellettuale o sessuale), senza appetito e apparentemente privi di motivi per vivere (seppur senza tendenze suicide). L'intenzione mira a mobilitare le stasi profonde, richiamare l'energia originaria e "riorganizzare" la struttura dell'individuo.

• **I Punti Alchemici:**

***gongsun* Sp4** ("Nonno e Nipote")

Significato del nome: *gong* significa "nonno" (di origine materna), mentre *sun* significa "nipote".

Senso clinico e alchemico: Punto Maestro, legato al trigramma *qian* (Cielo) e deputato alla riproduzione. Il nome evoca la connessione con gli antenati e l'aspetto nutritivo materno (*yin*). Trattarlo significa sbloccare l'eredità genetica e l'energia ancestrale per ridare nutrimento ai tessuti.

***neiguan* Pc6** ("Barriera Interna")

Significato del nome: *nei* è "interno", *guan* è "barriera".

Senso clinico e alchemico: Punto Chiave Accoppiato legato alla madre. Agisce in sinergia con Sp4 (padre) per aprire il petto, liberare le memorie emotive trattenute nel Cuore e riavviare la respirazione profonda.

***huiyin* CV1** ("Incontro dello *Yin*")

Significato del nome: *hui* indica "incontro/riunione", *yin* l'energia ricettiva.

Senso clinico e alchemico: È il Punto di Origine da cui il vaso emerge e si divide in una branca posteriore (rachidea) e una anteriore (addominale). Richiama la forza creatrice radicata nella loggia renale.

qugu **CV2** (L'Osso Curvo) - Il Contenimento della Matrice

Sebbene sia un punto del ***RENMAI***, *qugu* condivide con il ***CHONGMAI*** la stessa radice profonda (l'Utero / il *mingmen*).

o **Significato Alchemico:** L'ideogramma richiama un osso (la sinfisi pubica) che si curva per accogliere. Se il ***CHONGMAI*** è l'"Assalto" e la spinta propulsiva ancestrale, *qugu* rappresenta il contenitore fisico (la Terra, la Materia) necessario affinché questa esplosione di *yuanqi* non si disperda nel caos. È la base strutturale su cui il progetto dell'individuo prende forma materiale. o **Azione nel *CHONGMAI*:** Viene utilizzato quando l'energia del ***CHONGMAI*** è così debole o non radicata da causare prolassi, gravidanze a rischio o una totale incapacità di "farsi carico" del proprio progetto di vita. o **Trattamento Tuina:** Richiede una pressione costante profonda e mantenuta per più cicli respiratori, o la Moxa, per ancorare l'energia alla base del tronco e offrire un porto sicuro alla spinta vitale.

chongmen **Sp12** (La Porta dell'Incrocio / dell'Assalto) - Il Varco del Destino

Questo punto appartiene al meridiano della Milza, ma il suo stesso nome (*chong*) condivide l'ideogramma del ***CHONGMAI***, indicandone l'intima e vitale connessione.

Significato Alchemico: Situato nella piega inguinale, *chongmen* è letteralmente la porta attraverso cui le energie ancestrali e profonde (Anteriore al Cielo) irrompono per fondersi con le energie acquisite e nutritive della Milza (Posteriore al Cielo). È il varco dove il Fato incontra il Destino.

Azione nel *CHONGMAI*: Quando la "Porta dell'Assalto" è bloccata, l'energia del ***CHONGMAI*** ristagna nella pelvi o, al contrario, si ribella scagliandosi verso l'alto in modo disordinato (*qi* ribelle), causando attacchi di panico, ansia viscerale, nodo alla gola e masse addominali. Aprire Sp12 significa permettere alla spinta evolutiva di fluire armoniosamente e di essere "digerita" dalla Milza.

***qichong* St30** ("Assalto del Qi")

Significato del nome: *qi* indica l'energia vitale, *chong* significa "assalto" o "incrocio".

Senso clinico e alchemico: È il punto da cui emerge il ramo discendente del meridiano e che comanda le mutazioni dell'energia *yang*. La sua attivazione "invia la truppa all'assalto", trattando la paralisi e rimettendo in moto la circolazione arteriosa delle gambe.

***guanyuan* CV4** ("Barriera della Sorgente")

Significato del nome: *guan* è "barriera", *yuan* l'energia ancestrale.

Senso clinico e alchemico: È il punto fondamentale di intersezione addominale suggerito per trattare la "funzione straordinaria". Trattarlo ristabilisce le fondamenta vitali di chi si sente esaurito o anziano prima del tempo.

***henggu* Ki11** ("Osso Trasversale")

Significato del nome: Si riferisce anatomicamente all'osso pubico.

Senso clinico e alchemico: Punto su cui il ***CHONGMAI*** si innesta lungo l'addome. Controlla specificamente le mutazioni *yin* (come la trasformazione degli alimenti in massa corporea e Sangue).

Sintesi Clinica: Coordina e ricapitola tutti e 12 i meridiani principali (è il Mare dei 12 meridiani). Tratta le turbe dei passaggi vitali (pubertà e menopausa), aborti a ripetizione, gravi vuoti cronici, lombalgie con difficoltà all'estensione e coliche addominali con la sensazione di energia che "sale verso la testa" (*qi* controcorrente).

• **MANTRA:**

• **Mantra Terapeutico:** "Accetto i doni e le sfide della mia discendenza senza restarne prigioniero. Abbandono la rigidità che mi invecchia e permetto alla forza della vita di fluire libera in me, nutrendo nuovi progetti e nuove speranze."

• **Mantra Alchemico:** Attingo alla fonte immacolata del mio Anteriore al Cielo. Sciolgo la pietra della testardaggine e risveglio l'Architetto interiore, riedificando il mio corpo e il mio Spirito con il soffio caldo della creazione originaria.

• **Ipotesi di trattamento per il *CHONGMAI*:** L'obiettivo clinico di questo protocollo è sostenere la *yuanqi* per un risveglio alchemico dal centro, operando esclusivamente in tonificazione profonda e interiorizzazione.

• **Funzione Straordinaria ("L'Architetto"):** Regge l'embriogenesi iniziale e governa i mutamenti e i grandi passaggi della vita (come pubertà, matrimonio e menopausa). La sua attivazione fornisce al paziente l'energia necessaria per superare i blocchi trasformativi più severi, stati di immobilità profonda e crisi psicofisiche caratterizzate da un'assenza di "appetito" per la vita.

• **Funzione Secondaria (di Regolazione):** Agisce come mare dei cinque organi *zang-fu* e del Sangue (*xue*). La sua regolazione ricapitola le funzioni corporee di base e riequilibra i grandi vuoti energetici sistemici, intervenendo quando vi è una carenza contemporanea di *yin*, *yang*, *qi* e *xue*.

Sequenza operativa (Paziente in posizione supina):

1. **Armonizzazione dei Punti Chiave:** Applicazione di un *anfa* tonificante e silente per stabilizzare il vuoto centrale. Il punto Sp4 *gongsun* viene premuto a sinistra negli uomini e a destra nelle donne, alternandolo in connessione con il punto Pc6 *neiguan* controlaterale.
2. **Innesco dei Motori della Trasformazione:** Utilizzo selettivo della moxa sui punti CV4 *guanyuan* e St30 *qichong*. Il calore profondo risveglia la radice addominale e attiva direttamente la funzione straordinaria.
3. **Sblocco della Barriera Sovrapubica:** Esecuzione di una pressione palmare ampia e alternata sulla parte inferiore dell'addome. Questa manovra interessa la banda strategica che include Sp12, St30, Ki11 e CV2, sciogliendo i nodi viscerali che impediscono l'emersione dell'energia ancestrale dal bacino.
4. **Riallineamento dell'Asse Toraco-Addominale:** Per risolvere la rigidità e l'immobilità del tronco, si applica *anfa* (pressione costante, profonda e mantenuta per più cicli respiratori) lungo i punti del meridiano dei Reni. Si procede dal basso verso l'alto, partendo da Ki11 *henggu* fino ad arrivare a Ki27 *shufu* negli spazi intercostali superiori.

4. *DAIMAI* (Vaso Cintura)

• **Archetipo:** La Bussola, la Stella Polare, il Legaccio. È l'unico vaso orizzontale. Come una cintura che "infagotta" e orienta, lega tutti gli altri meridiani per bilanciarli, permettendo all'individuo di "stare in piedi" dritto, paragonabile a un covone di grano ben legato.

• **Costituzione e Psiche:** Soggetti fisicamente asimmetrici e isolati, che presentano una costituzione "a clessidra" (torace ben strutturato opposto a fianchi larghi e inferiorità cellulitica, debole e fredda). Psicologicamente si sentono alienati, estraniati dall'ordine naturale delle cose. Diventano paurosi e si chiudono in se stessi, trasmettendo pochissimo calore umano, come se non riuscissero a comunicare la loro spiritualità profonda.

• **Azione dello *yi* e a chi si rivolge:** Il terapeuta si rivolge a individui dispersivi, che non sanno convogliare le loro forze e mancano di orientamento. Il ***DAIMAI*** funge da "pattumiera" per scaricare i conflitti non risolti e i sensi di colpa post-natali. L'intenzione è allacciare ciò che è slegato, restituire la bussola interiore e svuotare i sovraccarichi emozionali e pelvici.

• **I Punti Alchemici:**

***zulinqi* GB41** ("Governare le Lacrime del Piede")

Significato del nome: *zu* è "piede", *lin* "governare", *qi* "lacrime".

Senso clinico e alchemico: Punto Maestro, legato al trigramma *xun*. Funge da cerniera vitale. Trattarlo sblocca l'amarezza, le frustrazioni e le "lacrime" (siano esse emotive o liquidi fisici patologici) stagnanti nella cintura pelvica.

***waiguan* TE5** ("Barriera Esterna")

Ruolo Strategico: È il Punto Chiave (Maestro) dello ***YANGWEIMAI*** e il Punto Accoppiato del ***DAIMAI***. **Azione di Regolazione:** Il suo nome richiama una vera e propria "dogana" energetica. Gestisce l'asse *shaoyang* e filtra i patogeni intrappolati tra superficie e profondità. Associato a *zulinqi* GB41, è fondamentale per trattare le sindromi meteoropatiche (ipersensibilità ai cambi di tempo), dolori articolari ed emicranie laterali. **Azione Alchemica e Psichica:** Funge da scudo per l'anima. Viene in soccorso dei soggetti "camaleontici" e ipersensibili, aiutandoli a definire i propri confini e a separare le "proprie cose da quelle degli altri". Supporta la crescita intellettuale e spirituale, sbloccando gli individui terrorizzati dal cambiamento che rischiano di "invecchiare male" o di perdere le proprie "ali". **Uso nel Tuina:** Si tratta in tonificazione (es. *anroufa*) per rinforzare questa vitale barriera di contenimento psichico ed energetico.

***daimai* GB26** ("Vaso Cintura")

Ruolo Strategico: Rappresenta il Punto di Origine e di emergenza dell'omonimo Vaso Cintura (***DAIMAI***). **Azione di Regolazione:** Gestisce tutto ciò che "spacca il corpo a metà". È il punto d'elezione per le lombalgie a cintura (che si irradiano verso l'inguine), la sensazione di freddo all'addome, la stipsi atonica, i cedimenti delle gambe e le asimmetrie termiche (calore in alto e freddo in basso, tipico di quadri come la cellulite). **Azione Alchemica e Psichica:** È l'interruttore della "clessidra meravigliosa" e funge da "vaso pattumiera". Questo punto custodisce le scorie emotive: traumi repressi, rancore ed enormi sensi di colpa. Un suo blocco fa sparpagliare le energie vitali del paziente in mille direzioni inconcludenti. **Uso nel Tuina:** Il suo sblocco (attraverso un paziente *anroufa* o pressioni prolungate) serve a svuotare in sicurezza questa cantina emotiva e a restituire all'individuo la propria "stella polare", fornendogli finalmente una direzione e uno scopo preciso nella vita.

***wushu* GB27** ("Cinque Pilastri" o "Cinque Perni")

Significato del nome: *wu* significa "cinque", *shu* "perno" o "pilastro".

Senso clinico e alchemico: Situato lungo la cresta iliaca, è uno dei perni su cui si appoggia la cintura. Tratta la paralisi e le disarmonie motorie tra la metà superiore e inferiore del corpo, consolidando l'equilibrio strutturale.

***weidao* GB28** ("Via di Collegamento")

Significato del nome: *wei* significa "collegare/preservare", *dao* "via" o "sentiero".

Senso clinico e alchemico: In connessione con lo Stomaco, ha la funzione di eliminare il liquido organico patologico (tratta edemi, cellulite e vomito) ripristinando il corretto collegamento nutritivo e di scarto.

***zhangmen* Lr13** ("Porta del Rifugio" o "Porta Chiara")

Significato del nome: *zhang* significa "schermo/rifugio", *men* "porta".

Senso clinico e alchemico: Punto Mu (Allarme) della Milza. In alcuni classici è indicato come origine profonda del ***DAIMAI***. Attraverso questo punto, la cintura "contiene e sostiene" tutti i visceri (*zang-fu*) dell'addome, metabolizzando e trasformando i sensi di colpa (che la Milza trattiene).

Sintesi Clinica: Controlla l'azione dell'energia *yang* sullo *yin*. D'elezione per patologie che creano una separazione orizzontale: lombalgia a sbarra, sensazione di "sedersi nell'acqua" (glutei freddi), gambe che cedono, dismenorrea, ammassi (mastopatia fibrocistica e fibromi) e debolezza congenita dei legamenti (slogature frequenti).

• **Ipotesi di trattamento *tuina*: "Clessidra meravigliosa"**

Questo trattamento si concentra sulla duplice funzione straordinaria del ***DAIMAI***: orientare l'individuo (la "stella polare") e trattare i sentimenti di rancore e colpa.

Orientamento e Direzione: Un individuo con turbe in questo Vaso Cintura possiede molta energia ma non sa indirizzarla, disperdendola in mille direzioni ("manca la stella polare"). Il trattamento mira a concentrare le forze, legando e orientando i meridiani.

Trattamento di Rancore e Colpa: Il ***DAIMAI*** funge da "vaso spazzatura" in cui si riversano i conflitti irrisolti, le voglie represse e ciò che il mondo esterno ci ha dato ma che la Milza non è riuscita a "metabolizzare". Questa incapacità si traduce nella formazione di catarri (Freddo o Calore) che si riversano all'esterno (leucorree) o provocano ostruzione toracica (attacchi di panico). A livello psicologico, l'incapacità di trasformare si manifesta come rancore (verso l'esterno) o senso di colpa (verso se stessi), provocando stasi di *qi* al petto, epigastrio o addome (interessando Cuore, Reni e Vescicola Biliare).

Sequenza operativa:

Apertura e sblocco della stasi:

1. Applicazione di moxa su Lr5, il punto *luo* del Fegato che mette in comunicazione le nostre parti con il mondo.
2. Esecuzione di *tuifa* seguito da un *anfa* protratto a lungo sul meridiano del Fegato, salendo dalla gamba fino all'inguine, per sbloccare la stasi di *qi* tipica delle turbe da "rancore".

Trattamento del Vaso Cintura (Addome):

3. *anroufa* sul ***DAIMAI*** all'addome, trattando i punti che lo governano (GB26, GB27, GB28) e inserendo anche Lr13 (punto mu della Milza, luogo in cui i conflitti non metabolizzati si riversano nel Vaso).

Armonizzazione Toracica (Rancore e Colpa):

4. *anroufa* partendo da CV17 (identificazione dell'uomo con se stesso e punto del *baomai*).

5. Si procede lateralmente con *anroufa* su Pc1 fino a raggiungere Sp21. Il punto Sp21 fa partire il Grande *luo* della Milza (anch'esso in relazione col ***DAIMAI***): trattarlo è necessario per evitare che la Milza distribuisca rancore e colpa nell'organismo.

Interiorizzazione dello Yang:

6. *anfa* sul meridiano dello Stomaco (che comanda il Sangue, sede dello *shen*, e porta lo *yang* in profondità) salendo da St16 a St12, per poi fermarsi su St11.

7. *nafa* (presa) sul meridiano dello Stomaco al collo, fino al punto St4.

Chiusura (Il Centro dell'Uomo):

8. *zhenfa*, per attivare in profondità, sul punto fondamentale GV26 al centro del viso. Questo punto "rianima" e apre gli orifizi dello *shen*, permettendo di interiorizzare l'energia e metabolizzare i propri "fantasmi" (*gui*) oscuri, consentendo all'anima di riprendere corpo.

• **MANTRA:**

• **Mantra Terapeutico:** "Lascio andare i rancori, i sensi di colpa e i sovraccarichi emotivi. Ritrovo il mio centro di gravità, unisco il pensiero all'azione e mi apro nuovamente al calore del mondo, sentendomi radicato e presente."

• **Mantra Alchemico:** Svuoto il bacino dai detriti del mio passato. Allaccio saldamente la cintura dorata del mio Spirito, riunendo il Cielo e la Terra dentro di me. La Bussola ritrova il suo Nord, e io procedo integro.

6.2 I Vasi di Seconda Generazione: Il Cammino e il Tempo I vasi di seconda generazione (*qiao* e *wei*) originano a livello delle caviglie nel momento in cui il bambino si alza in piedi e inizia a relazionarsi con l'ambiente esterno. Strutturandosi nel Posteriore al Cielo, essi governano il movimento e l'interazione con il mondo, delineando il nostro personale modo di camminare nella vita e gestendo lo scorrere del tempo tra le memorie del passato e la proiezione verso il futuro.

5. *YINWEIMAI* (Vaso di Collegamento Yin)

• **Archetipo:** Lo Spazio Interiore, il Custode dei Segreti, l'invecchiamento strutturale. È la "corda maestra" che lega e preserva tutti gli spazi profondi e le funzioni *yin* del corpo. Rappresenta l'iniziativa del Cielo applicata a processi fisici di accoglimento e riproduzione (come la gravidanza).

• **Costituzione e Psiche:** Individui affascinanti, fisicamente eleganti e armoniosi nei movimenti (spesso costruiti ad arte). Hanno occhi scuri e luminosi. Dal punto di vista psichico sono ipocondriaci e incapaci di governare la loro emotività: vivono vere e proprie "bufere interiori" e custodiscono lunghi amori e segreti che li logorano. Vorrebbero rimanere eternamente bambini, manifestando perenne cattivo umore e insofferenza nelle età di passaggio.

• **Azione dello *yi* e a chi si rivolge:** Il trattamento si rivolge a chi soffre per una rottura tra ideazione e volontà, afflitto da tristezza, disperazione e segreti inespressi. L'intenzione è quella di pacificare gli "spazi profondi", rasserenare il Cuore sofferente e donare al paziente la flessibilità per accettare l'età adulta.

• **I Punti Alchemici:**

***neiguan* Pc6** ("Barriera Interna")

Significato del nome: *nei* è "interno", *guan* "barriera".

Senso clinico e alchemico: Punto Maestro, legato al trigramma *gen*. Apre gli spazi profondi del torace, curando il sintomo cardine di questo vaso (il dolore al cuore, la tristezza) e ricollocando lo Spirito nel suo rifugio sereno.

***gongsun* Sp4** ("Nonno e Nipote")

Significato del nome: *gong* "nonno", *sun* "nipote".

Senso clinico e alchemico: Punto Accoppiato. Fornisce l'àncora terrena (Terra/Milza) necessaria a stabilizzare l'individuo in preda a burrasche emotive interne.

***zhubin* Ki9** ("Costruire per l'Ospite")

Significato del nome: *zhu* significa "costruire" o "pigiare la terra", *bin* significa "ospite" o "visitatore".

Senso clinico e alchemico: Punto di Origine, Disostruzione e Comando Straordinario. Il nome evoca il preparare la casa (l'utero/il corpo) per accogliere una nuova vita o una nuova fase. Trattarlo in gravidanza facilita il parto, dona al feto un'aura luminosa e lo preserva dalle malattie; a livello psichico prepara la persona ad accogliere il cambiamento strutturale (crescita).

***daheng* Sp15** ("Grande Orizzontale")

Significato del nome: *da* è "grande", *heng* "orizzontale".

Senso clinico e alchemico: Punto del segmento *taiyin* (apertura verso l'esterno). Tratta la stasi viscerale e la malinconia incastrata nell'addome. A questo livello il sintomo cardiaco è ancora sopportabile, simile a una puntura di spillo.

***qimen* Lr14** ("Porta della Scadenza" o "Porta dei Cicli")

Significato del nome: *qi* è un ciclo o un periodo di tempo, *men* "porta".

Senso clinico e alchemico: Punto Mu del Fegato, appartiene al segmento *jueyin*. Governa i ritmi ciclici (mestruazioni); se l'energia si blocca in questo spazio profondo, il dolore al cuore si fa atroce e insopportabile.

***tiantu* CV22** ("Sporgenza Celeste" o "Camino Celeste")

Significato del nome: *tian* è "cielo", *tu* "sporgenza/camino".

Senso clinico e alchemico: Appartiene al segmento più profondo (*shaoyin*). Se il blocco emotivo sale fino a questa zona, il dolore al Cuore è paragonabile a una pugnalata letale. La sua manipolazione libera il torace dal senso estremo di soffocamento.

Sintesi Clinica: Armonizza l'energia circolante in tutti gli spazi *yin* (cranio profondo, addome, torace). Il sintomo principale è il dolore al Cuore (che si aggrava da spillo a pugnalata scendendo nei livelli), associato a cefalea a casco, disturbi ginecologici (dismenorrea, emorragie da accumulo), sbalzi di umore e patologie psicosomatiche cardiache o intestinali.

• **Le Funzioni:**

• **Funzione Secondaria (di Regolazione):** Regolarizza gli "spazi profondi" (organi, Sangue, endocranio). È indicato per i dolori al Cuore (simili a punture di spillo che possono aggravarsi), e per i soggetti "chiusi" che faticano a rivelare la propria interiorità o a distaccarsi dal mondo emozionale.

• **Funzione Straordinaria:** È l'iniziativa (il Cielo) che agisce su un piano *yin* (come la gravidanza). Tratta i soggetti che "hanno perso le ali", che invecchiano male, bloccati nella crescita o che si feriscono psicologicamente con estrema facilità.

• **Ipotesi di Trattamento (Sintesi operativa, paziente supino):** L'obiettivo è aprire il torace e pacificare gli spazi profondi.

1. **Apertura:** *anfa* o *zhenfa* bilaterale sui punti chiave accoppiati Pc6 (*neiguan*) e Sp4 (*gongsun*).
2. **Innesco Straordinario:** *anfa* profondo o applicazione di moxa sul punto di origine Ki9.
3. **Sblocco Addominale:** Mantenendo una mano su Pc6, eseguire *anfa* con il palmo lungo la faccia interna della gamba fino al pube.
4. **Chiusura:** *anroufa* risalendo l'addome sui punti Sp13, Sp15 e Sp16, passando per Lr14, per terminare con una pressione delicata dietro la testa su CV22 e CV23.

• **MANTRA:**

• **Mantra Terapeutico:** "Cesso di lottare contro i fantasmi e i dolori del mio cuore. Accetto di crescere e di lasciare andare i segreti che mi soffocano. Trasformo la mia malinconia in pace duratura."

• **Mantra Alchemico:** Costruisco una dimora di luce nel profondo delle mie acque interiori. Lascio che il Cielo fecondi la mia Terra. I dolori del Cuore si dissolvono nello spazio, e il Soffio circola limpido e quieto nel mio mistero.

6. *YANGWEIMAI* (Vaso di Collegamento Yang)

• **Archetipo:** Lo Spazio Esteriore, lo Scudo Termico, l'invecchiamento legato alle scelte. È la corda che lega e preserva tutti gli spazi *yang* (superficie, periferia, testa), regolando i confini tra l'uomo e il mondo esterno. Guida i processi creativi *yang*, ovvero intellettuali e spirituali.

• **Costituzione e Psiche:** Persone di forma rotondeggiante, dolci e pacate in apparenza, con occhi che tradiscono però rinuncia e ferite profonde. Hanno modi molto femminili e misurati (anche nei maschi). Sono individui fragili e camaleontici: si fondono con l'ambiente perdendo la propria identità e venendo plagiati facilmente. Soffrono terribilmente i torti e le calunnie. Sono ipersensibili (anche all'influenza della luna) e spiccatamente meteoropatici.

• **Azione dello *yi* e a chi si rivolge:** Il terapeuta si rivolge a chi è indifeso, privo di confini psichici, ciclotimico (alterna mania e depressione) o in balìa dell'ambiente circostante. L'intenzione è ricostruire lo "scudo spaziale", isolare la persona dalle offese (chimiche, climatiche, sociali) per permetterle di recuperare una forma stabile e una vera evoluzione spirituale.

• **I Punti Alchemici:**

***waiguan* TE5** ("Barriera Esterna")

Significato del nome: *wai* è "esterno", *guan* "barriera".

Senso clinico e alchemico: Punto Maestro, legato al trigramma *zhen* (tuono). Ripristina la cerniera degli spazi *yang* del corpo, fungendo da barriera attiva contro l'intrusione di patogeni atmosferici, sbalzi di temperatura e aggressioni psichiche.

***zulinqi* GB41** ("Governare le Lacrime del Piede")

Significato del nome: *zu* è "piede", *lin* "governare", *qi* "lacrime".

Senso clinico e alchemico: Punto Accoppiato che collabora a fluidificare lo *shaoyang*, rilasciando le pressioni e le tensioni superficiali.

***jinmen* Bl63** ("Porta di Metallo" o "Porta d'Oro")

Significato del nome: *jin* è "metallo/oro", *men* "porta".

Senso clinico e alchemico: È il Punto di Origine. Essendo il metallo simbolo di difesa e limite, il nome evoca una porta strutturata a sigillo della superficie, essenziale per radicare la difesa del *weiqi*.

***yangjiao* GB35** ("Incrocio dello Yang")

Significato del nome: *yang* si riferisce al principio attivo, *jiao* significa "incrocio/intersezione".

Senso clinico e alchemico: Punto di Disostruzione. Assicura la fluida circolazione negli incroci superficiali e articolari, prevenendo o sciogliendo le paresi causate dai cambiamenti meteorologici.

***juliao* GB29** ("Fessura Stazionaria" o "Porta delle Anche")

Significato del nome: *ju* significa "stazionario", *liao* "fessura ossea".

Senso clinico e alchemico: Definito "porta delle anche", segna energeticamente il passaggio dell'uomo all'età adulta. Sblocca i traumi legati alle scelte di vita (l'invecchiamento psicologico).

***naoshu* SI10** ("Shu del Braccio" o "Porta delle Spalle")

Significato del nome: *nao* "braccio superiore", *shu* "punto di trasporto".

Senso clinico e alchemico: Definito "porta delle spalle", governa lo spazio toracico superiore e segna il delicato passaggio energetico all'età della piena maturità.

Sintesi Clinica: Tratta le turbe di ripartizione degli spazi corporei superficiali e laterali. Il quadro patognomonico è la meteoropatia (i dolori compaiono fino a due giorni prima del cambio del tempo). Si manifesta con dolori cutanei causati dal tempo, gonfiore articolare a mani e talloni, brividi, febbri, perdita di forza emotiva sotto la pioggia e cefalee scatenate dai temporali.

• **Le Funzioni:**

• **Funzione Secondaria (di Regolazione):** Regolarizza gli "spazi superficiali" (cute, visceri, energia difensiva). È d'elezione per i soggetti meteoropatici (sensibili ai cambi di tempo), ipersensibili, e per coloro che non riescono a separare le proprie emozioni da quelle degli altri (soffrono i torti e le maldicenze).

• **Funzione Straordinaria:** Fornisce l'iniziativa per compiere il percorso psicologico e trascendentale della vita verso il mondo esterno. Fa parte del grande trattamento del "Ventaglio meraviglioso", necessario quando l'individuo sperimenta la "perdita dell'innocenza" e si blocca di fronte al male del mondo.

• **Ipotesi di Trattamento (Sintesi operativa, paziente sul fianco):** L'obiettivo è ricostruire lo "scudo spaziale" e favorire l'esteriorizzazione.

1. **Apertura:** *anroufa* sui punti chiave accoppiati TE5 (*waiguan*) e GB41 (*zulinqi*).
2. **Innesco Straordinario:** Moxa o *anfa* prolungato su GB35 (punto di comando della funzione).
3. **Trattamento delle Porte (Barriere della crescita):** *anfa* scivolato lungo la coscia fino a GB29 ("porta delle anche", che segna la pubertà). Proseguire sul fianco fino a SI10 ("porta delle spalle", che segna la maturità e l'"attacco delle ali").
4. **Chiusura cefalica:** Risalire al collo su TE15 e GB21, trattando la cerniera dello *shaoyang* fino alla testa (GB13, GB14) e chiudere su GV16 sotto l'occipite.

• **MANTRA:**

• **Mantra Terapeutico:** "Smetto di essere lo specchio passivo degli altri. Costruisco confini saldi e luminosi: accolgo la bellezza del mondo, ma respingo le maldicenze e le tempeste che non mi appartengono."

• **Mantra Alchemico:** Sigillo la Porta di Metallo e innalzo lo scudo termico del mio Spirito. Il Vento e la Pioggia scivolano via senza corrodermi. Lo *yang* puro si innalza, permettendomi di brillare della mia luce originale.

7. *YINQIAOMAI* (Vaso del Tallone Yin / del Movimento Yin)

• **Archetipo:** Il Riflesso, l'Introspezione, le Radici, il Matrimonio. Rappresenta la percezione che l'individuo ha di sé stesso, il profondo "guardarsi dentro". A livello fisiologico governa la fusione (il matrimonio) tra *yin* e *yang* e gestisce l'evoluzione dei tempi *yin* (il riposo, la notte, la fase calante).

• **Costituzione e Psiche:** Persone fisicamente altissime e slanciate (la porzione *yin* della gamba è sviluppatissima), con collo elegante, caviglie sottili, viso ovale e grandi occhi con palpebre tendenti all'abbassamento (ptosiche). Psicologicamente si sentono eternamente sospesi tra spirito e materia. Hanno un bisogno assoluto di radicarsi alla terra natale. Faticano a sposare profondamente l'altro sesso, mostrando una sessualità interiore spesso non allineata (omosessualità, frigidità).

• **Azione dello *yi* e a chi si rivolge:** Il trattamento aiuta i pazienti dissociati dalla propria identità sessuale o afflitti dallo sradicamento fisico/geografico. L'intenzione è quella di rallentare i ritmi in eccesso ("far rientrare lo *yang* nello *yin*"), inducendo l'individuo a chiudere gli occhi sulle maschere del mondo e ad accettare quietamente il proprio mistero interiore.

• **I Punti Alchemici:**

***zhaohai* Ki6** ("Mare Luminoso")

Significato del nome: *zhao* "illuminare", *hai* "mare".

Senso clinico e alchemico: Punto Maestro, Origine e Comando Straordinario, legato al trigramma *kun* (la Terra). Lega saldamente l'individuo al suolo, controllando i tempi *yin* e illuminando le acque profonde della paura. Radica la consapevolezza e permette il matrimonio tra identità terrena e spirituale.

***lieque* Lu7** ("Sequenza Interrotta")

Significato del nome: *lie* "interrompere", *que* "sequenza/vaso".

Senso clinico e alchemico: Punto Accoppiato. Come il suo nome suggerisce, spezza il loop della veglia ansiosa. Induce il riposo sbloccando la respirazione e favorendo l'introiezione del *qi* verso il petto e l'addome profondo.

***jiaoxin* Ki8** ("Incrocio delle Lettere" o "Incrocio della Fiducia")

Significato del nome: *jiao* significa "incrocio/comunicazione", *xin* "fiducia/lettera".

Senso clinico e alchemico: Punto di Disostruzione. Controlla e sblocca l'evoluzione ciclica dei fluidi e dei tempi *yin*. Favorisce la comunicazione ("il messaggio") corretta tra le metà ormonali e sessuali del corpo, restaurando la fiducia interiore.

***rangu* Ki2** ("Valle Infuocata")

Significato del nome: *ran* è "bruciare/fuoco", *gu* "valle".

Senso clinico e alchemico: Indicato in antichi classici come origine profonda del vaso, questo punto attiva lo *yin* infuocato (l'energia sessuale). Regola il divampare patologico del calore nei genitali e nella gola.

***qugu* CV2** ("Osso Curvo")

Significato del nome: Anatomico, riferito all'osso pubico.

Senso clinico e alchemico: Punto di intersezione sulla linea mediana genitale. Suggella la fusione (il "matrimonio") tra *yin* e *yang* necessaria ai processi fisici della procreazione e della sessualità.

***jingming* Bl1** ("Pupilla Luminosa")

Significato del nome: *jing* "occhio/pupilla", *ming* "luminoso/luce".

Senso clinico e alchemico: Sede di penetrazione nell'endocranio. È il confine temporale in cui lo *yin* emerge per dissetare gli occhi, invitandoli alla chiusura (sonno) e spegnendo la vigilanza dello *yang*.

Sintesi Clinica (Sindrome da Accelerazione Yin): Il vuoto o il pieno di questi meridiani indicano un problema di "velocità" (accelerazione o rallentamento dei ritmi). L'accelerazione *yin* genera insonnia irriducibile (gli occhi non riescono a chiudersi e il cervello non si spegne), spasmi ai muscoli interni della gamba (con flaccidità all'esterno), disturbi aggravati di notte e anomalie ormonali (turbe dell'assecondamento placentare, alterazioni mestruali nella fase lutea).

• **Le Funzioni:**

• **Funzione Secondaria (di Regolazione):** Regola i "tempi *yin*" dell'uomo (il riposo, la notte, la fase mestruale). Interviene nei disturbi del sonno e nei disturbi motori caratterizzati da spasmo della muscolatura interna e flaccidità esterna.

• **Funzione Straordinaria:** Rappresenta la fusione (matrimonio) dello *yin* e dello *yang* al bacino e agli occhi, e il profondo legame con le proprie radici (terra natale). Tratta i soggetti che si svalutano ("valgo poco") e che non sanno penetrare nella profondità delle cose, fermandosi alle apparenze.

• **Ipotesi di Trattamento (Sintesi operativa, paziente supino):** L’obiettivo è il ripiegamento dell’energia, portando la luce (*ming*) in profondità.

1. **Apertura:** *anfa* o *zhenfa* sui punti chiave accoppiati Ki6 (*zhaohai*) e Lu7 (*lieque*).
2. **Innesco Straordinario:** Moxa su Ki6 (punto chiave e di radicamento) e Ki4.
3. **Il Ripiegamento (Autunno):** *anfa* bilaterale su Lu1 e poi sui punti dello Stomaco da St14 a St25, per interiorizzare l’energia verso il centro.
4. **Chiusura (“Matrimonio” agli occhi):** Risalita dal collo fino al viso premendo lungo il meridiano dello Stomaco fino a St1 e Bl1 (sede di penetrazione dell’energia nell’endocranio, induzione del sonno), eseguendo rotazioni sul punto extra *taiyang*.

• **MANTRA:**

• **Mantra Terapeutico:** "Chiudo gli occhi al rumore del mondo. Faccio pace con la mia essenza, sposo la mia natura profonda e permetto al sonno e al riposo di guarire le mie ferite, sentendomi radicato e a casa."

• **Mantra Alchemico:** Le palpebre si chiudono pesanti, e il Giorno cede lo scettro alla Notte. Il Mare Luminoso accoglie lo *yang* ramingo. Celebro le nozze silenziose della materia e dello Spirito, affondando saldamente nella mia Terra.

8. *YANGQIAOMAI* (Vaso del Tallone Yang / del Movimento)

• **Archetipo:** L'Osservatore, la Radice dell'Azione, lo slancio nel mondo. Rappresenta la percezione che l'individuo ha del mondo esteriore e dirige lo svolgimento temporale di tutti i processi fisici e psicologici legati all'azione, all'accelerazione, alla veglia e all'estroversione (tempi *yang*).

• **Costituzione e Psiche:** Individui alti, magri e longilinei, calorosi e pervasi da tensione muscolare e posturale. Hanno un viso lungo, un'andatura elegante (camminano "in punta di piedi") e uno sguardo acutissimo e indagatore. Sono ossessionati dal bisogno di approfondire la conoscenza (persino sui dettagli più banali), si sentono divisi tra le volontà terrene e spirituali, soffrono intensamente i cambiamenti di fuso orario e, similmente allo ***YINQIAOMAI***, presentano fatiche nel legame di coppia intimo.

• **Azione dello *yi* e a chi si rivolge:** Il trattamento mira a "fermare" pazienti frenetici, divorati dal bisogno di indagare il mondo senza mai fermarsi, preda di stati d'ansia esplorativa. L'intenzione è allentare la trazione nervosa esteriore, spegnere le "antenne" troppo sensibili all'ambiente e placare lo sguardo, favorendo un calmo radicamento nel presente.

• **I Punti Alchemici:**

***shenmai* Bl62** ("Vaso Esteso" o "Vaso dell'ora Shen")

Significato del nome: *shen* indica l'azione di "estendere", ma anche "la nona ora" (15:00-17:00, orario di picco della Vescica). *mai* è "vaso".

Senso clinico e alchemico: Punto Maestro, Origine e Comando Straordinario (legato al trigramma *kan*, l'Acqua). È il motore d'inizio temporale di tutte le creazioni *yang*. Agisce radichando lo slancio vitale, impedendo all'individuo di perdere aderenza con la terra a causa dell'iperattività fisica e intellettuale.

***houxi* SI3** ("Torrente Posteriore")

Significato del nome: *hou* "posteriore", *xi* "torrente".

Senso clinico e alchemico: Punto Accoppiato che purifica il rachide e garantisce che lo slancio governato dal meridiano si muova con lucidità e direzione decisa, spegnendo il calore eccessivo in testa.

***fuyang* Bl59** ("Tarso dello Yang")

Significato del nome: *fu* è il collo del piede (tarso), *yang* la superficie.

Senso clinico e alchemico: Punto di Disostruzione. Essenziale per detensionare la muscolatura contratta, sbloccare la spinta propulsiva bloccata nelle gambe e rallentare i ritmi frenetici della "marcia" dell'individuo.

***pushen* Bl61** ("Servo Rispettoso" o "Porta del Tallone")

Significato del nome: *pu* è "servo/servitore", *shen* "inchino/rispettoso".

Senso clinico e alchemico: Punto definito la "porta del tallone". Governa energeticamente la crescita fisiologica nell'infanzia e insegna l'umiltà strutturale (l'inchino), ammorbidendo chi è troppo rigido ed eretto.

***fengfu* GV16** ("Palazzo del Vento")

Significato del nome: *feng* "vento", *fu* "palazzo/dimora".

Senso clinico e alchemico: Punto in cui il Vaso incrocia la linea mediana posteriore per arrivare al cervello. Disperde l'accelerazione neurologica ("il Vento in testa") che scatena manie e iperattività.

***jingming* Bl1** ("Pupilla Luminosa")

Significato del nome: *jing* "occhio/pupilla", *ming* "luminoso/luce".

Senso clinico e alchemico: È il capolinea cefalico dove lo *yang* esplode la sua forza verso l'esterno, spalancando le palpebre e avviando l'esplorazione vigile (spesso ossessiva) del mondo.

Sintesi Clinica (Sindrome da Accelerazione Yang): Si tratta in caso di iperattività temporale dello *yang*: spasmi e dolori acuti alla fascia esterna della gamba (con flaccidità all'interno), lombalgie violente e insonnia tenace e sbarrata. Ciò che l'individuo tollera riposando diviene insopportabile di giorno (grande stanchezza, cefalea diurna, dolore senza localizzazione fissa). Molto indicato per turbe da jet-lag o abbandono della terra natale.

• **Le Funzioni:**

• **Funzione Secondaria (di Regolazione):** Regola i "tempi *yang*" (accelerazione, veglia, attività). È indicato per dolori erratici (senza localizzazione fissa), difficoltà di movimento e insonnia con forte agitazione psicofisica.

• **Funzione Straordinaria:** Permette di trovare le radici durante le trasformazioni della vita e controlla la fase *yang* della sessualità. Tratta i soggetti in cui il "mondo è malvagio" o che soffrono traumi legati al trasferimento e all'abbandono della terra natale.

• **Ipotesi di Trattamento (Sintesi operativa, paziente sul fianco):** L’obiettivo è calmare l’eccesso di estroversione, rallentare l’iperattività temporale e ridare orientamento.

1. **Apertura:** Eseguire *anfa* collegando il punto chiave Bl62 (*shenmai*) con *niefa* (pizzicottamento) su SI3 (*houxi*).
2. **Innesco Straordinario:** Moxa su Bl62 (punto di comando che “radica” lo slancio vitale) e Bl58.
3. **Orientamento della Luce:** *anroufa* lungo la gamba passando per Bl59 (disostruzione) e GB29. Applicare *anroufa* collegando GB37 (punto “luce” per l’incapacità di scegliere/vedere chiaro) con GB24 (esteriorizzazione controllata).
4. **Chiusura:** Risalire lungo il dorso fino a SI10, passare sul collo (*nafa* delicato), e terminare al viso su St1 e Bl1, disperdendo il “Vento in testa” su GV16 e GB20.

• **MANTRA:**

• **Mantra Terapeutico:** "Cesso di correre in punta di piedi. Placare la mia mente indagatrice non spegnerà il mio spirito. Vivo il giorno con morbidezza, accettando il mondo così com'è, senza pretendere di analizzarlo o cambiarlo."

• **Mantra Alchemico:** Le ali dorate si ripiegano sui miei talloni, e l'Occhio indagatore si placa. Rallento la corsa febbrile del mio Fuoco esteriore. Scendo dal regno dei pensieri per calcare la terra con passo denso, umano e presente.

Capitolo 7

l'yijing e la trasformazione: il cambiamento come via di guarigione

"Tutte le innumerevoli creature prosperano per poi tornare alla loro radice. Tornare alla radice si chiama quiete; la quiete si chiama 'ritornare al Mandato' (Fu Ming). Conoscere il ritorno al Mandato è l'Eterno (Dao)."

(Daodejing, Capitolo 16 - Laozi)

"Colui che conosce il proprio Mandato (Ming) non sta in piedi sotto un muro che crolla."

Mencio / Mengzi, filosofo confuciano

"Se ti affidi al Dao, il tuo Mandato (Ming) si prolunga. Se ti allontani dal Dao, il tuo Mandato si esaurisce prima del tempo."

tratto dal Su Wen

"Chi vive in armonia con il Dao cavalca le trasformazioni (Hua). Lasciando che il Dao agisca, non vi è alcun conflitto con il Mandato (Ming), né ostacolo lungo la Via."

Liezi

"Conoscere l'inevitabile e accoglierlo in pace come se fosse il proprio Mandato (Ming): questa è l'espressione suprema della virtù. Così facendo, si dimora nel Dao."

Zhuangzi, Capitolo 4 - Nel mondo degli uomini

7.1 dalla divinazione alla coltivazione di sé

Il Classico dei Mutamenti (*YIJING* o *I CHING*) non è soltanto il più antico testo oracolare dell'umanità, ma costituisce l'ossatura filosofica su cui si regge l'intera Medicina Classica Cinese. Esso racchiude una duplice natura: da un lato è uno strumento di indagine per sondare l'armonia tra il microcosmo umano e il macrocosmo del Cielo e della Terra; dall'altro, è un manuale insostituibile per la "coltivazione" di sé (*yang sheng*). L'insegnamento centrale dell'*yijing* è che nulla in natura è statico. La lettura degli esagrammi non serve a prevedere un futuro immutabile, ma fornisce indicazioni pratiche su come l'uomo debba comportarsi nel presente per assecondare il mutamento in corso. Come suggeriva il grande filosofo Wang Bi, lo scopo dell'oracolo è un processo di progressiva essenzializzazione: "Procedere dalle parole per capire le immagini, per poi dimenticare le parole; procedere dalle immagini per cogliere il senso (*yi*), e infine dimenticare le immagini". Questo è esattamente ciò che accade nel trattamento con il Mantra: si usano parole silenziose per evocare un'immagine di guarigione, finché la parola svanisce e rimane solo la pura Intenzione, la vibrazione che opera il cambiamento.

7.2 la malattia come resistenza al cambiamento

Secondo la prospettiva del Classico dei Mutamenti, l'intero universo è governato da una continua, inesorabile e meravigliosa trasformazione. L'Essere Umano, in quanto antenna tesa tra il Cielo e la Terra, deve possedere la fluidità necessaria per sapersi trasformare di conseguenza. Il fondamento della salute, dunque, non è l'assenza di batteri o traumi, ma la capacità di assecondare il movimento di trasformazione della vita. Al contrario, la malattia insorge nel momento esatto in cui l'individuo oppone resistenza, si irrigidisce e interrompe il flusso del mutamento. La stasi è la madre di

ogni patologia: dove il *qi* non fluisce liberamente per adattarsi al nuovo, l'energia marcisce. In questa cornice, l'eziologia della Medicina Classica Cinese assume un valore profondamente psicologico e metaforico. I "Sei Eccessi Climatici" non sono solo invasioni atmosferiche, ma rappresentano il rapporto dell'individuo con il cambiamento:

- **Il Vento** (che muove e scuote) rappresenta la necessità e l'inevitabilità di cambiare.
- **Il Freddo** (che congela e contrae) rappresenta il terrore e l'impossibilità percepita di cambiare.
- **Il Calore** (che divampa e consuma) rappresenta l'urgenza, l'ansia e la smania di cambiare tutto e subito.
- **L'Umidità** (che impaluda e ristagna) rappresenta l'indecisione, il rimuginio ossessivo dello *yi* (il pensiero della Milza) che blocca l'individuo nel pantano dell'inerzia.

Il compito del medico, attraverso l'uso consapevole dei Meridiani Straordinari e del Mantra, non è quello di "aggiustare" una macchina rotta, ma di rimuovere questi ostacoli (le paure, i traumi, le indecisioni), restituendo all'individuo il coraggio di fluire con i mutamenti della propria esistenza.

7.3 Fato, Destino e Mandato Celeste (*MING*)

Risolvere la resistenza al cambiamento significa permettere alla persona di riprendere il cammino verso il proprio *ming*, il Mandato Celeste. Come abbiamo visto, ogni individuo giunge sulla Terra chiamato a svolgere un compito specifico, una vocazione che risuona nella profondità del suo *shen*. Metaforicamente, il Fato (Anteriore al Cielo) rappresenta il "capitale di partenza" che ci viene fornito alla nascita: il corpo fisico, il temperamento di base, la famiglia di origine (la *zongqi* del clan degli

antenati) e il contesto storico. Questo capitale è invariabile. Il Destino (Posteriore al Cielo), invece, è il modo in cui noi, attraverso il libero arbitrio, decidiamo di "investire" tale capitale nel corso della vita. Quando la paura del cambiamento ci fa trattenere le energie e ci immobilizza nelle nostre ferite (l'ombra dello *yinqiaomai*), il capitale marcisce e ci ammaliamo, tradendo il nostro Mandato. *L'yijing*, così come l'agopuntura e il tocco informato dallo *yi*, non cambia il Fato di partenza di un individuo, ma gli offre lo strumento supremo per trasformare il proprio Destino, restituendo alla coscienza la bussola per ritrovare la Via (*dao*).

Capitolo 8

IL CORPO PARLANTE E L'ESITO CLINICO: LA DIAGNOSI COME ATTO DI RISONANZA

8.1 Il Corpo Parlante: L'Archivio della Verità

Prima di poter formulare un'intenzione terapeutica o pronunciare un mantra di trasformazione, il terapeuta deve porsi in ascolto. Nella visione della Medicina Classica Cinese, il corpo umano (*xing*) non è un guscio silenzioso, ma un vero e proprio "Corpo Parlante". Esso costituisce l'archivio incorruttibile in cui si stratificano i traumi, le memorie, le resistenze al cambiamento e le deviazioni dal Mandato Celeste. Mentre la mente razionale elabora difese, rimuove ricordi e spesso mente a se stessa, il corpo non può mentire. Ogni contrattura muscolare (stasi nei Meridiani Tendino-Muscolari), ogni dolore vago (blocco dei *luo*), ogni cisti o freddo profondo, sono parole non dette. La diagnosi in MCC non è la mera classificazione di una malattia, ma la traduzione di questo linguaggio silenzioso per comprendere in quale punto l'individuo si è perso.

8.2 oltre il sintomo: l'arsenale diagnostico della medicina classica

Per decodificare il linguaggio del Corpo Parlante, il terapeuta di Medicina Classica non si affida a un solo strumento, ma apre tutti i propri sensi, attingendo a un arsenale diagnostico vasto e raffinato (i "Quattro Esami"):

- **L'Osservazione (*WANG*):** Lo sguardo del terapeuta scruta il colore del viso, la luminosità degli occhi (che riflette lo stato dello *shen*) e, soprattutto, l'osservazione della lingua. La lingua è la mappa dell'intero regno interiore: il suo colore rivela il Calore o il Freddo, la sua forma indica la pienezza o il vuoto, la sua patina mostra la presenza di Umidità (indecisione) o Vento.
- **L'Ascolto e l'Olfatto (*WEN*):** Ascoltare il tono della voce (spezzata, flebile, o tonante), il respiro, e percepire l'odore emanato dal corpo (collegato ai 5 Movimenti) fornisce indizi cruciali sull'organo in sofferenza.
- **L'Interrogatorio (*WEN*):** Non è una semplice anamnesi medica, ma un'indagine sul cammino della persona. Si indaga non solo cosa fa male, ma quando è iniziato, legando il sintomo alle fasi di transizione della vita del paziente (lutti, cambi di lavoro, paure inconsce).
- **La Palpazione (*QIE*):** È l'esame per eccellenza. La palpazione dei polsi radiali non misura solo il battito cardiaco, ma "tasta" la forza e la qualità del *qi* nei vari organi. La palpazione dei meridiani e dell'addome (*hara*) rivela i vuoti profondi, i nodi emotivi e le aree in cui il corpo ha murato il dolore.

8.3 Le Otto Regole Diagnostiche (*BAGAN*G): La Bussola dell'Intervento Tutte le informazioni raccolte dai Quattro Esami convergono verso un sistema di sintesi magistrale: le Otto Regole Diagnostiche (*ba gang*). Questa griglia di lettura permette di inquadrare la natura esatta del disequilibrio attraverso quattro coppie di opposti:

- **Esterno / Interno (*BIAO / LI*):** Stabilisce la profondità della malattia (se il patogeno è ancora sulla barriera difensiva o ha già intaccato il nucleo vitale).
- **Freddo / Calore *(HAN / RE*):** Rivela la natura del quadro (se vi è contrazione e paura, o divampamento e infiammazione).
- **Vuoto / Pienezza *(XU / SHI)*:** Identifica se il corpo è esaurito e necessita di essere nutrito (Vuoto di *yin* o di *yang*), o se sta lottando contro un blocco/eccesso che va disperso (Pienezza).
- ***YIN / YANG*:** La sintesi suprema, che inquadra il paziente nel quadro generale dell'armonia cosmica.

È solo dopo aver stabilito questa mappa che il terapeuta sa dove dirigere la propria intenzione e quale meridiano (Principale, Luo, Divergente o Straordinario) invocare per operare il mutamento.

8.4 Il *KANYING*: La Risonanza Clinica Tuttavia, nessuna conoscenza accademica delle Otto Regole o abilità nella palpazione dei polsi può operare la vera trasformazione alchemica descritta in questa tesi se manca l'elemento fondamentale: la Risonanza *(kan ying). Il kan ying* è il fenomeno fisico e spirituale per cui due corde, accordate sulla stessa frequenza, vibrano all'unisono anche se solo una viene toccata. Nella clinica, questo avviene quando il Cuore del terapeuta, mantenuto vuoto dalle proprie aspettative ***(XIN SHU)***, entra in contatto con il Cuore del paziente. Quando il medico appoggia le mani sul corpo del paziente dopo averne compreso la sofferenza attraverso le Otto Regole, formula il suo Mantra. In quel preciso istante, la diagnosi si trasforma in terapia. Lo *yi* (l'Intenzione) del terapeuta, carico di amore incondizionato e compassione, crea un campo magnetico (un'eco) a cui il corpo del paziente "risponde".

8.5 Conclusione:

Il Silenzio che Cura

Il fine ultimo della Medicina Classica Cinese non è la sconfitta della malattia, ma il risveglio dell'individuo. Il terapeuta non "guarisce" il paziente, ma utilizza la propria Intenzione come un faro nell'oscurità. Attraverso il tocco e il suono impercettibile di un Mantra di Trasformazione, il medico "parla" direttamente allo *shen* dell'altro, dicendogli:

"Vedo la tua ferita. Conosco il tuo ristagno. Ma riconosco e rispetto anche la tua immensa forza vitale".

È in questo spazio di assoluto silenzio, privo di parole superflue e giudizi, che le barriere della mente razionale crollano. L'energia stagnante si rimette in moto, l'individuo ritrova il coraggio di affrontare il mutamento e, finalmente, si riallinea al proprio Destino (*ming*).

In questo incontro sottile tra due universi, la medicina cessa di essere una mera tecnica meccanica e si rivela per ciò che è sempre stata fin dalle origini:

un prodigioso atto d'amore.

"Colui che comprende [la malattia] attraverso la sola osservazione è detto 'Shen' (Divino/Illuminato).

Colui che comprende attraverso l'ascolto è detto 'Sheng' (Saggio/Eccellente).

Colui che comprende attraverso l'interrogatorio è detto 'Gong' (Operaio Abile).

Colui che comprende attraverso la palpazione dei polsi è detto 'Qiao' (Artigiano Esperto)."

(Nan Jing, Difficoltà 61)

BIBLIOGRAFIA

Bottalo, F., & Brotzu, R. (a cura di). Il grande libro dello Shiatsu. Xenia Edizioni.

Corradin, M., Di Stanislao, C., & Parini, M. Medicina Tradizionale Cinese per lo Shiatsu e il Tuina. Casa Editrice Ambrosiana.

Dispense didattiche e materiale di studio. Centro Studi Xin Shu - Scuola di Medicina Classica Cinese, Roma.

Tesine interne di approfondimento a cura degli allievi. Centro Studi Xin Shu - Scuola di Medicina Classica Cinese, Roma.