

La realizzazione del mandato del Cuore

L'Imperatore Nudo

- TESI DI TUI NA -

Di Alessandra Capelli

Relatore: Susanna Taccola

Anno 2007, mese di giugno

Scuola di Agopuntura di Firenze

INDICE GENERALE

INTRODUZIONE: Il cuore nelle Tradizioni pag. 2

CAPITOLO UNICO: Il sogno della realizzazione del mandato del cuore: L'Alchimista e la M.T.C. pag. 7

APPENDICE: L'Imperatore nudo: simbologia, anatomia, vuoto
pag. 24

EPILOGO: Il non fare pag. 33

BIBLIOGRAFIA: elenco dei testi consultati pag. 35

INTRODUZIONE

Il cuore nelle Tradizioni

“E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi; e noi vedemmo la sua gloria, gloria come di unigenito dal Padre, pieno di grazia e di verità.”

(Giovanni, 1, 14)

Il cuore fiammeggiante è un simbolo ricorrente e piuttosto esteso. Nella cristianità indica Maestà e amore sovrano, libero da condizioni. Organo mediano nell'individuo, si associa alla nozione di centro. Per l'Occidente è il luogo sede dei sentimenti, per tutte le culture tradizionali invece è sede dell'intuizione e della *ratio*. Oscillazioni concettuali la cui diversa posizione si giustifica in base a ciò che una civiltà considera centrale, se la ragione o il sentimento. Pascal ricorda che i grandi pensieri vengono tutti dal cuore, dunque si può avere della conoscenza una nozione assai larga, che includa le valenze affettive nella gamma delle esperienze conoscitive. Il sentimento può essere un Maestro.

A tutti gli effetti il cuore è il centro vitale dell'organismo, in quanto è l'organo che assicura la circolazione del sangue.

Dovunque vi sia un centro si trova un re: in India il cuore è la dimora del Brahma, nel lessico islamico è detto “Trono di Dio” e in quello cristiano “reame di Dio”. Si tratta del centro dell'individualità, verso la quale la persona fa ritorno nel corso del suo percorso spirituale, stato o condizione primordiale e quindi “Verbo,” luogo dell'attività divina. Secondo lo Houang-ti Nei King il cuore è un organo regale;

rappresenta il re, ed è sede dello Spirito, dello Shen, dell'intelligenza. L'intelletto d'amore.

Il suo movimento doppio invece (sistole e diastole) simboleggia parimente il movimento di espansione e contrazione dell'universo, con la sua carica generatrice delle essenze e della origine dei cicli dei tempi. I Cinesi gli fanno corrispondere, quanto alla sua posizione, l'elemento terra, quello che rappresenta appunto il centro e l'equilibrio; e quanto alla sua natura l'elemento fuoco e il sole che lo genera in quanto principe della luce. Luce dello spirito, dell'intuizione, dell'intelligenza che carpisce rapsodicamente la rivelazione brillando nella caverna (nel corpo cavo) del cuore. L'occhio del cuore di cui parlano i Sufi e Sant'Agostino.

Per lo Houang-ti Nei King la funzione del cuore è quella di governare. Per il Taoismo il cuore è il maestro dei soffi, osservandosi l'analogia tra il ritmo cardiaco e quello respiratorio dei due organi nell'ordine cosmico: il sole diffonde la luce come il cuore diffonde i soffi, e soffi e luce (*ki*) sono esattamente la stessa cosa, intelligenza ordinatrice.

La scrittura ieroglifica egizia, quella amerindia e quella paleocristiana comunemente dipingono il cuore come un vaso. La rete dei meridiani che corrono dall'ipogastrio al torace e all'apice delle spalle disegna in verità una coppa che racchiude un vuoto al cui centro si situa il cuore. Il Graal che contiene il sangue di Cristo è questa coppa. La ricerca del Graal dei Cavalieri della tavola rotonda è un'opera alchemica di ritrovamento della corrispondenza della propria natura con quella divina, le cui chiavi sono tra le dita dei puri di cuore; di colui che la gente chiama "il Puro Folle", che si è spogliato di tutte le passioni e quindi di se stesso, e può vedere.

Nella religione egizia il dio Ptah crea il mondo pensandolo col cuore, e parimenti alle parole evangeliche il cuore è in ogni uomo “la Via, la Volontà e l’Intelligenza”, concetto rispecchiato ogni dove: “Il cuore di un uomo è il suo proprio Dio”, dice la biografia di un antico iniziato, e su una stele conservata al Louvre “...Quanto al mio cuore, mi fa compiere ogni azione, è stato per me un testimone eccellente... E’ un giudizio divino che sta in tutto il mio corpo.”

Torna la nozione di cuore inteso come centro nella radice indo-europea “krd”, trapassata nel latino, nel greco, nell’armeno, negli idiomi germanici e slavi e nei tre linguaggi britannici.

Nella tradizione biblica il cuore simboleggia l’uomo interiore e tutta la sua vita affettiva, la sua intelligenza e la sua saggezza. Amare con tutto il cuore significa per tutti i propri giorni, dal momento in cui lo si considera il primo organo a nascere e l’ultimo a morire. Nel cuore risiede la radice del male che proviene dal sangue infetto e quindi dalla debolezza della carne, prima di ogni metafora. Un cuore di pietra ha chiuso le porte alla propria missione di accogliere e comprendere. Ha rinunciato alla visione che non giudica e non agisce ma emanando, nella terra di mezzo, decide, pensa, visiona progetti, afferma immobile le sue responsabilità. Questo organo è lo spirito. Lo sottolinea la tradizione Islamica, che tralascia le sue valenze affettive per assimilarlo ad una funzione puramente contemplativa e spirituale, quella del battito regolatore di tutte le altre funzioni fisiologiche che altrettanto regola dal suo luogo segreto la coscienza. Dalla camera segreta del Cantico dei Cantici alla cella murata a tutti i viventi di Meister Eckart, il cuore capito come anima profonda, personalità subcosciente, stato latente, verginale, inviolato dal bene e dal male si accomuna al sanscrito “Anahata”, non colpito, intoccato, rimasto intero. Il cuore vulnerato infatti non si può guarire: tocca a

vibrazioni alte e sottili, tocca all'amore il compito di porre rimedio all'attacco: non esistono terapie che possano riscrivere l'offesa se non il potere del perdono, il donare due volte.

Perché? Il Corano va avanti e spiega: "Il cielo e la terra non mi contengono, ma sono racchiuso nel cuore del mio servo". Ecco: nel cuore sono contenuti i due aspetti divini di Conoscenza e di Essenza, l'intuizione, lo svelamento, e la scoperta bruciante della identità con Dio. Il non luogo più segreto del cuore è chiamato Mistero, il punto inafferrabile dove l'uomo incontra e si fonde con il suo Signore.

E' qui che Dio sogna tutte le forme, qui che l'uomo evoca il suo futuro e nominandolo lo crea. Il Mandato del Cielo Anteriore e tutte le esperienze del Cielo Posteriore convergono qui. Qui si sta nell'Eden o ci si dannava. E' il luogo della scelta e della responsabilità. Non c'è separazione tra lo spirito e la carne, il cuore che comanda entrambi ha due camere ma nessuna scissione: è unico. La conoscenza che ne deriva non soffre dunque dei dubbi che dilanano la mente: il cuore non rinnega quanto ha veduto, il petto è fatto così da non tacere la natura essenziale delle cose. Un'ultima curiosità. Tra le popolazioni Caraibiche del Venezuela, una sola parola designa anima e cuore; Tra i Tucano dell'Amazzonia, c'è un solo lessema per indicare al contempo cuore, anima e polsi.

La tradizione alchemica che arriva ai nostri giorni ci rende il cuore rappresentato come un triangolo con la base rovesciata (quanto risonante questa immagine con quella della coppa), che evoca la virtù femminile di essere ricettacolo della manifestazione del Creato. Mentre l'Egitto dipinge un vaso per parlare del cuore, in India il triangolo rovesciato raffigura Shakti, l'elemento femminile dell'essere e principio delle acque primordiali.

Può darsi che i tempi che viviamo siano in qualche misura dominati dal femminile: i cuori graffiati sui tronchi degli alberi o sui monumenti delle città d'arte, spennellati sulle t-shirt e spalmati sui marchi di produzione del vestiario e dei ricordi, diffusi a tonnellate e a milioni nei giorni dedicati all'amore apparentemente desacralizzato della fenomenologia contemporanea, testimoniano di una cultura femminile il cui archetipo è appellarsi al cuore.

CAPITOLO UNICO: Il sogno della realizzazione del mandato del cuore: L'Alchimista e la M.T.C.

“Realizzare la propria Leggenda Personale è il solo dovere degli uomini. Tutto è una sola cosa. E quando tu desideri qualcosa, tutto l'Universo cospira affinché tu realizzi questo desiderio.” (Paulo Coelho, L'Alchimista)

La vita è sogno, ricorda Calderon De La Barca, e la dichiarazione riecheggia nel filone onirico del teatro cinquecentesco europeo. Siamo cose sognate, siamo esseri concepiti. Una parte fondamentale dell'Universo, nascosta ai sensi, sogna, concepisce, progetta l'Universo. La parte energetica.

Tutte le tradizioni immaginano un Caos Primordiale che erutta un soffio ancestrale, il primo *qi*, lo *yuan qi* emanato dalla sorgente che da inizio all'espansione. Avvengono le prime separazioni: i soffi leggeri (*qingqi*) si allontanano da quelli pesanti (*zhuo qi*). L'esistenza si organizza a tre, numero celeste (cielo, uomo, terra), e lo stesso numero si ripeterà nella strutturazioni tipiche dell'essere vivente più complesso: l'impalcatura ossea, legata alle essenze, al *jing*; il sistema digerente o nutrizionale o cognitivo, di mantenimento della vita, legato ai soffi costitutivi, il *qi*; il sistema che contiene le informazioni per la trasmissione della vita, la coscienza, lo *shen*.

L'uomo, *ren*, prende la sua forma dalle reciproche influenze del cielo e della terra, è sottoposto a leggi celesti e terrestri, a fattori ancestrali e acquisiti, a un cielo che esiste prima della nascita (anteriore) e uno che sperimenta dopo il suo primo respiro e la sua prima luce (posteriore). L'accoppiamento tra ciò che era prima e ciò che viene

esperito creerà una nuova configurazione di campi semantici e quello che i Taoisti chiamano Destino, il disegno delle vicende che è possibile creare, indirizzare e modificare: il cammino che prosegue il punto interrogativo lasciato aperto dal Fato immutabile nell'istante del concepimento, quelle cose che si debbono accettare e integrare perché imm modificabili. Il Fato con il Destino narrano la storia dell'Anima Mundi, e scendendo a incontrare ciascuno dei diecimila esseri, diventa la Leggenda Personale di ciascuno: il sogno o il progetto di nascita da portare a buon fine.

L'uomo è a sua volta composto di tre parti: la prima si chiama *xing*, che indica il corpo inteso come estensione e materia, ciò che è visibile e tangibile, sorretto al suo interno da una struttura invisibile e da un principio organizzatore. La seconda parte si chiama *ti*, e designa la base solida e invisibile che organizza la forma secondo principi codificati. E' l'insieme delle nozioni che rendono il corpo una potenza che si evolve e si trasforma a contatto con l'ambiente, così come la fisionomia e l'espressione del viso riflettono stati d'animo individuali. Ma solo il terzo fattore è il *quid* che fa sì che un essere umano sia unico, e venga definito come un individuo in grado di esistere separatamente da tutto il resto del contesto: lo *shen*. Un insieme di termini designa, evoca e non esaurisce il significato sfuggente di questa forza, che agisce più come un simbolo che rimanda a una verità indicibile piuttosto che come un concetto deducibile da un assioma. Lo possiamo chiamare intelligenza, consapevolezza, spirito. Lo *shen* suggerisce alla materia vivente di vibrare così come le leggi dell'armonia vogliono, affinché la creatura risuoni uno stato di salute. La suggestione si riceve solo quando il chiacchiericcio interiore tace, e lascia sgombro il cuore e libero di ricevere annunci: i Maestri della Meditazione sono esercitati a

lasciare sussurrare il cielo piuttosto che supporre loro stessi, travolti dalla logorrea della milza. Per questo lo *shen* risiede sul trono dell'Imperatore, il cuore che comanda tutti gli altri organi affinché il mandato del cielo venga obbedito, e l'uomo manifesti nella sua luce, nella pienezza del suo splendore (*ming shen*) la luce dell'armonia universale. Cosa dunque può essere afferrato dello *shen*?

A tale proposito si legge nel Ling Shu, capitolo 2: "Si guarda l'esterno per capire l'interno". Se lo *shen* organizza ogni cosa, dalle stelle ai corpi, secondo diversi livelli di coscienza, ciò che è materiale e ciò che non lo è ne portano la presenza: l'estro creativo si rivela in un portamento, in un incarnato, ma anche nelle fattezze che rendono unica la persona. Le connessioni tra forma e funzione dicono che la strutturazione di un corpo non è casuale. Vi concorrono fattori interni e ambientali, e per precisare i Cinesi sottolineano come la salute fisica, psichica e sociale siano una cosa sola, e come questa disposizione ternaria corrisponda alla ripartizione di corpo, mente e spirito che un medico debba tenere presente quando voglia aiutare la guarigione di una manifestazione fisica di una malattia. Non è risolutivo occuparsi dei fiori quando non si conosca la condizione della radice. Dunque per guarire occorre conoscere l'intelligenza dei fenomeni, il loro *shen*.

Infatti nel simbolismo taoista i veri cambiamenti di struttura si possono considerare consolidati solo quando gli stati di coscienza si vadano trasformando. Anche le malattie psichiche possono risolversi solo a patto di agire sulla consapevolezza individuale, di provocare cioè una variazione di energia e di stato di coscienza. Ogni mutamento di *shen* implica una riconfigurazione delle condizioni di creazione e ricreazione delle caratteristiche individuali organiche e vibrazionali di una persona, dunque una morte ed una rinascita ad un

nuovo livello di intelligenza, o per lo meno di organizzazione. Il ciclo della creazione avviene secondo un ordine simbolico che in tutte le tradizioni primordiali si ripete con schema identico.

Dal centro la vita si manifesta all'acqua, poi al fuoco, al cielo e da ultimo alla terra. Questa successione si compie nel giro di 24 ore, ed è uno spostamento nel tempo e nello spazio di eventi che si alternano secondo la manifestazione della dualità, legati allo *yin* e allo *yang*. Queste due energie e lo spazio e il tempo definiscono tutti i fenomeni vitali.

Ogni elemento infatti appartiene a un movimento comprensivo di un oriente, di una stagione, cioè di uno spazio e di un tempo contenitori di ogni manifestazione. E ogni elemento sarà controllato, all'interno del sistema energetico, da due punti specifici rintracciabili sulla superficie del corpo umano, e che oltre a riassumere l'elemento stesso in tutte le sue caratteristiche, parlerà delle relazioni complesse tra la sua natura e le sue funzioni e le energie esterne, così da imprimere all'organismo un ritmo primordiale e invariabile che sia in armonia con lo spazio ed il tempo cosmici. Tutto è unito.

Questi punti, detti *mu*, sono la proiezione in superficie di ciò che accade dentro: *mu* significa "araldo", messaggero.

Per l'acqua: 3CV, Zhongji (*yin*), 25VB, Jingmen (*yang*).

Per il fuoco: 4CV, Guanyuan (*yin*), 17CV, Shanzong.

Per il cielo: 23GB, Zhejin , 24GB, Riyue (*yang*), 14LR, Qimen (*yin*).

Per la terra: 25ST, Tianshu (*yang*), 1P, Zhongfu (*yin*).

Per il centro solare: 14CV, Juque, 23ST, Taiyi, Sole e Luna, luce propria e luce riflessa, *shen ming*.

Per il centro terrestre: 12CV, Zhongwan (*yang*), 13LR, Zhangmen (*yin*).

Il passaggio dell'energia attraverso i quattro orienti e poi il Nadir e lo Zenith è coordinato dallo *shen*, che orienta il progetto di ogni vita, la Leggenda Personale di ognuno, affinché vengano preservate le essenze che hanno tanta importanza nel rafforzamento della volontà e del sentire, i vettori che trascinano l'anima al suo obiettivo; il trattamento di questi punti corrisponde, secondo alcuni testi taoisti, al "segreto per conservare l'elisir d'oro". La vita di ogni nuovo essere prende forma attraverso l'attivazione della seguente successione di punti:

1P, Zhongfu, 25ST, Tianshu, 3CV, Zhongji, 4CV, Guanyuan, 25GB, Jingmen, 24GB, Riyue, 17CV, Shanzong, 12CV, Zhongwan, 14CV, Juque, 13LV, Zhangmen, 14LV, Qimen.

E la vita ogni giorno muore e rinasce: quindi riaccendere la sequenza dei punti che indicano la formazione del nuovo essere, significa favorire la risurrezione di uno spirito spento, non più indirizzato al suo scopo, dimentico di se stesso e del suo cielo di nascita. Si suppone di ridare un senso a una vita.

Sulla lapide del famoso industriale tedesco Schindler, che sottrasse centinaia di Ebrei al pogrom, sta scritto: "Chi salva una vita ne salva Mille." Il numero mille per le genti delle Religioni del Libro (Ismaeliti, Ebrei, Musulmani, Cristiani) indica la fine dell'enumerazione, il confine varcato il quale "inizia" l'infinito. Chi salva una vita dunque le salva tutte, chi porta un uomo, reso folle dalle passioni, oltre se stesso e oltre a quanto di se stesso lo fa spaziare la sua ragione, lo salva. Questo indica con chiarezza che un uomo è il mondo intero, e che in una parte molto piccola di un organismo sono contenuti i codici che permettono la ricostruzione dell'intero. Lo dimostreranno, da Max Planck in poi, i fisici delle particelle sottili. Lo hanno predetto gli scrittori incantevoli delle

Mille e Una Notte. Ma perché lo *shen*, la coscienza, il progetto segreto, il dolce comando ignorare il quale ammala, possa portare a compimento il mandato, la Leggenda Personale, occorre chiamare un altro elemento compreso nel concetto di *Ming*.

Ming significa luce e splendore. Lo Zohar, il Libro dello Splendore della mistica Ebraica, lo dipinge, senza poterlo descrivere, come uno stato di perfezione luminescente e emanante, e privo quindi ormai di ogni carica teleologica, il compimento sacro di una via impervia e ormai dimenticata e tuttavia indispensabile a indicare ogni cammino, impossibile da osservare con cognizione umana, così come a umani occhi è impossibile fissare la luce del sole. Ancora prima, chi può descrivere il Dao, la Via? *Ming* possiamo quindi supporlo come una condizione di luce e di beatitudine presente ogni dove nella creazione, e ogni dove prefigurato.

Dobbiamo tornare a incontrare chi ha l'incarico di diffondere l'impulso luminoso che organizza i piani di sviluppo della vita nel suo accadere quotidiano, così da portare ogni sognatore e tutte le sue cose sognate al loro buon compimento. Dobbiamo incontrare l'Imperatore.

Secondo Sun Simiao e Li Shi Zhen le doti attribuite allo *shen* e dunque al Cuore Imperatore sono:

Shen yuan, l'istintualità primordiale, la prima forma di coscienza della creazione.

Shen jing, la razionalità, la capacità di calcolare cosa conviene e di dedurre da un ripetersi di stimoli una legge.

Shen zheng, la risposta psicofisica all'ambiente che risulta dall'integrazione di istintualità e razionalità.

Sheng ming, l'intelligenza che realizza nella vita il destino.

Con queste doti, senza agire (*wu wei*) si governa se stessi e il mondo.

Tutte le mattine alle quattro, al primo apparire del sole, il Cuore, Sole e Fuoco Imperiale, organizza il *ming*, ciò che va compiuto: trasmette l'ordine per la giornata al suo Primo Ministro, il Polmone, il primo organo che si attiva nel ritmo circadiano della energia *rong*. *Ming* in questo caso assume il valore di luce-informazione, sia in senso di azione (*ri*, luce attiva, sole) sia in senso di ricezione (*yue*, luce passiva, luna), così che la trasmissione avvenga senza errore. Questo passaggio avviene nel torace, detto *ming tan*, la vasta sala luminosa, il luogo nel Palazzo Reale dove si sedeva l'Imperatore. Il Polmone, il cui colore è il bianco, al pari della luce lunare, ha qui infatti il ruolo di riflettere l'informazione del Cuore agli altri organi ministri. Attraverso la sua azione i meridiani si mettono in funzione per ricevere i soffi che la sua energia abbassa affinché vengano comunicati in seconda istanza al Rene. Quindi il Polmone è un messaggero: la sua vicinanza stretta, geografica e funzionale, col Chakra della gola preposto alla comunicazione sottolinea in modo logico la sua utilizzazione.

Il Rene deve interessarsi immediatamente al messaggio, e impiegare lo *zhi**, il saper fare, per verificare se i riceventi avranno la capacità o la forza di portare a compimento i voleri del Sovrano. Dalla sala luminosa i soffi raggiungono l'oscurità acquatica del bacino dove risiede il Rene attraverso i meccanismi di risonanza*¹ dello *yang ming*.

In dettaglio, l'impulso luminoso nasce da 14CV, *Ju Que*, punto *mu* del Cuore e suo araldo, viene ascoltato da 1P, *Zhong Fu*, punto *mu* del Polmone, che lo deve portare in basso.

¹ Prendendo due diapason di frequenza esattamente uguale e mettendone uno in vibrazione, dopo un breve intervallo anche l'altro entrerà in vibrazione; lo stesso accade anche se il secondo diapason ha una frequenza di vibrazione esattamente multipla a quella del primo. Questo fenomeno può essere utilizzato per trasmettere una vibrazione a una cassa di risonanza in modo da amplificarlo: appoggiandovi un diapason, si ottiene un rafforzamento del suono senza variazione della sua frequenza.

Quando questo meccanismo si interrompe la nostra capacità di orientarci viene meno, ci si sente spenti, freddi, privi di ispirazione, e non sappiamo organizzare la nostra giornata. Tutto ci sembra noioso e inutile, una stanchezza profonda e una mancanza di motivazione ci rendono abulici e inerti agli stimoli.

La risonanza *yang ming* inizia la sua discesa a 25ST, *Tian Shu*, Cerniera Celeste, punto *mu* del meridiano del Grosso Intestino e gemello del Polmone secondo le assonanze *zang-fu*^{*2}, situato a due *cun*^{*3} a lato dell'ombelico, al centro del corpo e a significare il centro del Creato, l'uomo sintesi e incontro di cielo e terra di cui si occupavano gli Umanisti Fiorentini nel Rinascimento. Dalle sfere celesti il messaggio raggiunge qui la dimensione umana, la terra di mezzo, il luogo dell'equilibrio, e prosegue più lentamente: 26ST, *Wailing*, 27ST, *Daju*, 28ST, *Shuidao*, 29ST, *Guidai*, 30ST, *Qichong*, il cui trattamento ottiene questi risultati:

25ST: ripristina e regola la circolazione dell'energia nell'Intestino Tenue e Crasso, regola il *Qi*, elimina le stasi. Si impiega per disturbi gastrici, vomito, diarrea, gonfiore, difficoltà respiratorie, cicli mestruali irregolari, perdite, dolori all'ipogastrio, infertilità, atonia intestinale con conseguente stipsi.

26ST: Elimina le sindomi da freddo nel Riscaldatore Inferiore e le sindromi dolorose. Si impiega per nausea, dismenorrea e dolori lancinanti in regione periombelicale e all'ipogastrio.

27ST: Regola e attiva il *Qi* nel Riscaldatore Inferiore e tonifica il Rene. Si impiega per emiplegia e atrofia degli arti, stanchezza, disturbi del sonno e incubi, disuria, dolori trafittivi, tensione al basso ventre, tendenza a sussultare.

² Si accenna all'accoppiamento tra un organo e un viscere dello stesso Movimento, in questo caso il Metallo.

³ Unità di misura utilizzata per individuare un punto di agopuntura a partire da un punto di reperi. Corrisponde grossolanamente a un dito.

28ST: Elimina il caldo umido dai tre Riscaldatori e giova alla minzione. Si impiega per tensioni e rigidità dorsale e lombare, tensione e dolore all'ipogastrio e ai genitali esterni, stipsi, disturbi mestruali e ritenzione urinaria.

29ST: Blocca i dolori trafittivi e lancinanti all'ipogastrio, tonifica lo *yin* renale, usato per trattare l'impotenza. Si impiega per: dolore e gonfiore ai genitali, impotenza, amenorrea, disuria, prolasso uterino, disturbi mestruali.

30ST: Punto di riunione con Chong Mai, tonifica il vuoto dello *yin* del Riscaldatore Inferiore, elimina il calore, favorisce la discesa dello *yang*, tonifica lo *yin*.

Una volta nel bacino, sede di ricezione dei soffi*⁴, tocca al 6RN, *Zhaohai*, Mare Luminoso, Riflesso del Sole sull'Acqua, che rappresenta l'accettazione della volontà del cuore, ricevere il *ming* solare da lì partito. Trattare questo punto significa placare immediatamente l'agitazione e l'ansia che conseguono alla esposizione all'ignoto, il non sapere come pianificare e organizzare la propria esistenza. Si torna sereni. Profondamente sereni, visto che il punto apre lo Yin Qiao Mai*⁵ che lavora sul movimento inconscio di realizzazione del mandato del cielo su di un piano accessibile ai sensi o, come direbbero i Cinesi, ai sette orifizi della testa: il piano terrestre della realtà.

Ora il Rene deve verificare se esistono i presupposti strategici per potere realizzare il volere del cielo. Questo compito lo affida al Meridiano per vocazione preposto al controllo e all'organizzazione del territorio, la Vescica, il cui cammino attraversa il corpo intero,

⁴ Emanazioni di energia la cui virtù e la cui funzione si differenziano a seconda che provengano da un tipo o l'altro di *qi*: ad esempio il *qi* della milza, del polmone, dello stomaco, etc.

⁵ Nel *Jia Yi Jing* si sottolinea che nei due Qiao c'è un circuito ininterrotto di energia, per cui quando un ciclo termina l'altro inizia, così è impossibile conoscerne l'inizio e la fine. All'interno porta nutrimento a organi e visceri, all'esterno porta nutrimento alla zona cutanea e muscolare. L'interno e l'esterno sono così incessantemente interrelati, e questa comunicazione porta serenità.

percorrendolo dalla testa ai piedi. Chi controlla l'organizzazione interna è il 66BL, *Zu Tong Gu*, un punto acqua che indica tra altri trattamenti la confusione mentale e la tendenza a sussultare. Se infatti le funzionalità di Rene e Vescica sono inibite, la disorganizzazione e il caos regnano nel territorio. Quando è 6RN a bloccarsi, la persona non riesce a portare a termine i propri progetti, non ha la voglia, la forza necessarie a sviluppare i propri talenti, trova scuse e rimanda, si rifugia spesso nel vittimismo. Quando 66BL si arresta, la persona fa fatica a pianificare e arriva ovunque irrimediabilmente in ritardo.

Tutto questo movimento, che si chiama *Shang*, è l'azione che conduce l'energia a interiorizzarsi per essere compresa e accolta, è un processo dallo *yang* verso lo *yin*, una materializzazione di intenti. Il movimento contrario, che si chiama *sheng*, consiste nell'esteriorizzazione di quanto accolto e appreso, e significa sia nascere che giovare, ovvero sia rendersi manifesto, apparire alla luce dei sensi, sia apportare beneficio allo svolgimento e alla crescita del progetto. Il Meridiano incaricato di questo secondo movimento è la Vescica Biliare, preposta al delicato spostarsi delle scelte e degli orientamenti allo scopo di inaugurare ad ogni svolta una vita nuova: è il Viscere accoppiato allo stratega Fegato. Vivere significa scegliere, e la Vescica Biliare svolge questa funzione dirigendo l'azione dovunque s'intraveda che così facendo si compia il mandato del Cuore, riflesso e trasmesso dalle due lune del Polmone e del Rene. L'obbedienza all'Imperatore non risulta tuttavia obbligante, non va assimilata ad un conformismo avvilito che appiattisce: al contrario essendo il cuore vuoto, non inquinato da proiezioni mentali; il luogo dove l'essenza, la natura governa nella persona dell'Imperatore, l'aderenza a questa sovranità è garante dell'unica libertà possibile.

Se l'uomo non sceglie la sua energia rimane bloccata, con conseguenti ripercussioni sul piano psichico, fisiologico e morfologico. Le turbe della Vescica Biliare conducono a sviluppare umidità-calore, stasi di sangue, edemi che presto o tardi possono dare origine a neoplasie e altre gravi malattie. Sul piano psichico manifestano quelle che i Cinesi chiamano le follie calme, le depressioni, conseguenza della perdita di entusiasmo e di obiettivi.

Il primo punto di risonanza dello *Zu Shao Yang*, la Vescica Biliare, è posto a livello delle gambe, perché le gambe simboleggiano l'andare e il progredire favoriti dalla scelta ispirata. 37GB, *Guangming*, Luce Splendente, punto Lo di riunione con il Meridiano accoppiato del Fegato, Colui che illumina gli occhi, se funziona promuove il coraggio di andare e ghermire le cose che il destino pone misteriosamente sulla via, perché chi osa faccia accadere e, complice tutto l'Universo, compia*(nota: citazione da L'Alchimista,) se stesso*⁶. Immancabilmente la parola "coraggio" contiene lo stesso radicale di "cuore": un uomo di cuore non sarà mai un vile, ma accadrà di esserlo a chi soffre di un 37GB in afflizione.

Assieme a questo punto, chiave di volta delle scelte, Kespi e Sciarretta attribuiscono ad alcuni altri punti del Meridiano della Vescica Biliare la facoltà di spronare alla decisione. Importante il 24GB, *Ri Yue*, Sole e Luna, punto *Mu* del meridiano, utile per purificare il calore e regolare il *Qi* della milza, e per depressioni, respiro difficoltoso, sospiri frequenti, singhiozzo, acidità, nausea, vomito, gonfiore all'ipogastrio, paralisi, ittero. È qui che la luce strutturale si organizza per agire su soggetti timidi, impacciati, taciturni e schivi che sotto pressione psicologica divengono collerici, aggressivi, sgradevoli. Seguono 20GB, *Fengchi*, Stagno del Vento, che

⁶ "Quando desideri una cosa, tutto l'Universo trama affinché tu possa realizzarla." (Paulo Coelho, *L'Alchimista*)

elimina il vento, giova alle orecchie, illumina gli occhi, e si usa per trattare malattie infettive, cefalee, la rigidità del collo monolaterali, diversi disturbi visivi, sintomatologie apoplettiche, spasmi, perdita dell'udito, dolori lombari e dorsali, sincopi, starnuti frequenti, raffreddore, ipertensione arteriosa e sonno disturbato. 22GB, Yuanye, Abisso Liquido, che espelle il Vento, elimina la febbre, la sensazione di pienezza, tensione e oppressione al petto e all'ipocondrio, il gonfiore ascellare e la difficoltà ad alzare un braccio. 23GB, *Zhejin*, che regola il *Qi* della Milza, dissolve umidità e calore e cura l'oppressione toracica, la paura di soffocare, la depressione, la tendenza a piangere facilmente, la nausea e il vomito, l'acidità e l'eloquio scarso e rallentato, difficoltà questa legata alle abilità promosse dal cuore.

Le indicazioni accomunano disturbi fisici e psichici: torniamo a osservare lievemente come la compresenza degli elementi non sia casuale, e ci autorizzi a supporre la latenza di patologie depressive laddove si manifestino sintomi clinici solamente fisici, quali acidità gastrica e pienezza toracica; e come seguendo le stesse ragioni, a fenomeni depressivi conclamati si associno spesso turbe del sistema digestivo o cefalee ricorrenti, o disturbi del sonno. Entrambe le espressioni possono trovare la loro radice nel mancato adempimento del Mandato del Cuore, e ci invitano, dopo avere esaminato le evidenze sul piano fisico e sul livello mentale, a spostarci alla matrice spirituale delle mancate armonie.

Il cerchio è quasi completo. La luce *ming* sospinta dal cuore sui territori del suo Impero, dipanata attraverso la ratio della nutrizione e della cognizione ad apprendere a sposare yin e yang, interno ed esterno, acqua e fuoco, terra e cielo, affinché si faccia di ogni coppia

di fenomeni viventi una cosa sola*⁷, deve fare ritorno al centro dove vuoto, privo di azione, tutto suscita e tutto riaccoglie il Cuore. Si deve ormai avvisare l'Imperatore che il Mandato si è compiuto secondo il suo volere e che la vita si può concludere, arricchita di talenti. Il punto che controlla tale rientro al Paradiso Perduto è il 23ST, *Taiyi*, Estrema Unità, che calma lo *Shen*, favorisce la discesa dello *Yang*, e placa l'irrequietezza, la nevrosi e la follia agitata. Essendo un punto di comando di estrema centralità, il suo compito non si esaurisce nel fare rientrare le uscite dal sé che ogni unità perduta immancabilmente produce, le scissioni che la mente, desiderosa di esperire ogni bene e ogni male, attraversa per avere riprodotta nella sua struttura la dualità. Tale allarme va confidato ai distaccamenti che comandano l'equilibrio generale delle cinque sostanze vitali o fondamentali (*Wu Bao*): 3LR, *Taichong*, Grande assalto, che controlla il sangue, indicato per tonificare e regolare il Fegato e la Vescica Biliare, per regolare e raffreddare il sangue, sottomettere lo *yang* del Fegato, e per dolori e tensioni al petto e ai fianchi, incarnato pallido e spento, cefalee, diarrea alternata a stipsi, malattie del tratto gastrointestinale, desiderio costante di bere, coliche epatiche, sangue nelle feci, urine scure, dolori al ginocchio e all'ipogastrio irradiato ai genitali, gonfiore all'ascella e alla gola, confusione mentale, vertigini, crampi e schizofrenia.

3SP, *Taibai*, Grande bianco, che controlla i liquidi, e dissolve il calore e l'Umidità dello stomaco e della milza, disperde il flegma, favorisce la discesa del *Qi*, regola i liquidi, e si indica per

⁷ “E’ vero, senza menzogna, reale. Ciò che è in basso è come ciò che è in alto, e ciò che è in alto è come ciò che è in basso, per fare miracoli di una cosa sola. Poiché tutte le cose sono venute dall’Uno, così tutte le cose sono nate in questa cosa unica, per adattamento. (...) Tu separerai la Terra dal Fuoco, il sottile dal denso, dolcemente, con abilità. Essa sale dalla Terra al Cielo, e ridiscende in Terra e riceve la forza delle cose superiori e inferiori. Con questo mezzo, tu avrai tutta la gloria del mondo e ogni oscurità si allontanerà da te.”

dolori gastrici, tensione addominale, disturbi digestivi, stanchezza, dolori articolari, febbre con agitazione.

3RN, *Taixi*, Ruscello maggiore, che controlla il *jing*, e regola e tonifica il *Qi* del Rene e del Fegato, purifica il Calore, fortifica la parte inferiore della schiena e le ginocchia.

9LU, *Taiyuan*, Abisso supremo, che controlla il *Qi*, ed è il punto *Hui* delle arterie e delle vene, tonifica il *Qi* del Polmone e della Milza, regola il bilancio dei liquidi, elimina flegma e secchezza, blocca la tosse e purifica il calore, ed è indicato per tutte le sindromi del Polmone, i disturbi della respirazione, le mucosità, la tosse secca, i gonfiori addominali, le eruttazioni, i disturbi della minzione, e nervosismo, irrequietezza, infiammazioni oculari e dolori al polso e alla mano.

23ST, *Tai Yi*, Grande unità, che controlla lo *Shen* e riporta le indicazioni precedentemente dette.

A questo istante 23ST si riconnette al punto da dove questa storia è partita: 14CV, *Juque*, Grande Palazzo, punto *Mu* del Cuore e che regola il *Qi* del Cuore, della Milza e dei Polmoni, regola lo Stomaco, rilassa l'addome, calma lo *Shen*, e cura la tendenza a sussultare, la paura, la timidezza, la mancanza di coraggio, la disattenzione, la scarsa memoria, le psiconevrosi, l'irritabilità, l'acidità, i disturbi gastroenterici, le tensioni all'addome e all'ipogastrio, i crampi, gli attacchi epilettiformi, il singhiozzo, le palpitazioni, l'angina pectoris. Punto che riunisce la periferia con il centro e riporta nel *ming tang* il messaggio luminoso veicolato dallo *Shen*.

Il meccanismo di riconnessione è la porta del successo nella vita. Quando non funziona ed il circuito non può concludersi, è come se lo scopo espresso in potenza in un intento, in una speranza, in un proposito, avesse fallito, e la Leggenda Personale si fosse trasformata

in un Miraggio*⁸. Allora il senso che si ha è di separazione da se stessi, e sembra impossibile un solo traguardo tagliato. Ci si lascia vivere. Ne derivano lo spegnimento di ogni funzione vitale e di ogni volontà di azione. Nessun senso del piacere o dell'avventura vola nei giorni, e lo spirito, defraudato della gioia del cuore, (lo psichismo che quando è in equilibrio, "Move il sole e le altre stelle"*⁹, coll'espansione che porta ai frutti e alla luce estiva), si colma di menzogne. Montano patologie psichiche profonde, depressioni gravi, insonnie tenaci, e soprattutto la sensazione di una inerzia radicale, il senso del nulla. Occorre ristabilire l'intero circuito.

La Medicina Tradizionale Cinese non si può affrontare né applicare senza il Taoismo che ne è la radice filosofica. Il Taoismo ha attraversato tutte le rivoluzioni culturali contemporanee, compresa quella Cartesiana, che ha provocato lo scisma tra pensiero razionale e pensiero analogico, e i dogmi che ne sono seguiti, indenne. L'uomo continua da sempre a essere concepito come un tutto unico di corpo, mente e spirito, e l'interazione tra il cielo anteriore, il senza forma, la potenzialità del genotipo, e il cielo posteriore, la forma che si crea e si ricrea incessantemente attraverso la rete delle relazioni con il cosmo, prosegue la danza sapiente che intreccia Fato Immutabile e Destino da compiere. Il carattere (dall'etimo greco che significa "impronta"), la parte profonda della personalità, messo a vibrare il solito pugno di fango (un presupposto di partenza)*¹⁰, è grandemente

⁸ "Nessuna strada ha mai condotto nessuna carovana fino a raggiungere il suo miraggio, ma solo i miraggi hanno messo in moto le carovane." (H. Desroche)

⁹ "L'amor che move il sole e le altre stelle." (Dante, *Paradiso*, 145)

¹⁰ "Ora, bisogna ricordare due cose a proposito della creazione: Primo, che ogni cosa fu creata dal nulla ed unicamente per mezzo della parola, eccezion fatta per l'uomo, che fu creato da qualcosa, e cioè da una massa che era già un corpo, una sostanza, un qualcosa... L'uomo è fatto di sangue e di carne, più qualcosa d'altro ancora, e cioè l'anima, che è l'uomo stesso in aspetto più sottile." (Paracelso, *Scritti magici, alchemici ed ermetici*)

modificabile con l'ambiente. E le circostanze che questo ambiente descrivono e compongono sono anch'esse, in pari misura alla nostra presenza, circoscritte e organizzate da uno *Shen*, da una Coscienza. Il Caso non esiste.

Anche la relazione che un uomo intesse col Destino varia grandemente, a seconda se si ritenga in grado di interpretare le esperienze in modo cognitivo e di dedurre una capacità di esprimere un progetto, e di tendere ad un fine: e si ponga quindi al Centro dell'Universo in quanto creatura responsabile di una qualche creazione. Se si ritenga in possesso di un Sogno, di una Leggenda Personale. O se preferisca credere alla fortuna ed alla sorte, e ritenersi irresponsabile di quanto gli accade ed accade al Pianeta, e sia quindi privo di Spirito, privo di Sogni, privo di Leggende. Le conseguenze, sul piano terapeutico, sono enormi.

Era opinione corrente, nel Medioevo e in epoca Rinascimentale, che gli astri esercitassero una influenza schiacciante sulle sorti dell'individuo, tracciando profili di vite inermi. Preda dei venti stellari e dei loro capricci, i caratteri recavano impronte planetarie che provocavano inclinazioni, azioni, e un destino fatale. Gli iniziati con vocazione medica non dovevano sconfiggere una malattia, ma un destino avverso, e le pratiche volte a renderlo meno dispotico consistevano in invocazioni e preghiere e canti e danze sciamaniche, dato che solo dallo Spirito si riteneva provenisse il male e allo Spirito andava reso con pratiche adatte.

In epoca successiva a Cartesio all'opposto si escluse la potenza del Cielo e il fuoco si concentrò sulla parte più materiale ed evidente ai sensi del male, sulla sola malattia; portando d'un colpo le responsabilità di un qualsiasi degrado fuori dalla portata umana e da quella celeste. La divisione fu netta, e l'equilibrio che aveva visto per

millenni l'uomo proporzionalmente agito e influenzato da energie celesti e terrestri e da decisioni proprie si ruppe. Nel Genesi si legge: "Dio fece l'uomo a sua immagine", e nell'Oriente poco lontano i greci designano l'individuo con la parola *typos*, che letteralmente significa immagine, impronta, e che altrettanto letteralmente corrisponde al cinese *ren* e al giapponese *sha*. Vogliamo dire codice genetico?

Nel *Nei Jing Tu*, un antico codice taoista, si sostiene che il paesaggio interiore del corpo è analogo a quello del Cosmo, e solo pochi anni fa comparve sul Corriere della Sera un trafiletto che a conferma di questo voleva dimostrare scientificamente che gli esseri umani sono "polvere di stelle", composti dagli stessi cinque elementi, acqua, ossigeno, azoto, carbonio e quinta essenza, intelligenza, *shen*.

Solo quando l'uomo compie il proprio destino può dirsi realizzato. Seguire il proprio mandato significa ricomporre una natura, tornare veri, e l'appagamento che ne consegue ha le caratteristiche dello psichismo emanato dalla luce del cuore: la gioia della conoscenza, e la conoscenza della gioia sono una esplosione sottile che si compie sotto voce.

L'uomo autentico, *zhen ren*, è colui che, dopo avere cavalcato la Tigre (la voce della Terra, simbolo *yin*) e il Dragone (la voce del Cielo, simbolo *yang*), esercitando il potere della conoscenza del Cuore, si rende responsabile delle proprie scelte, e tramanda nella longevità le essenze (i *jing*) ricevute nel genotipo.

APPENDICE: L'Imperatore nudo

Simbologia

“- Sorprendente, magnifico, straordinario! – gridavano tutti con voce assordante. Nessuno voleva lasciar capire al suo vicino che non vedeva nulla; sarebbe stata una confessione schiacciante della propria stupidità o della propria incapacità. No, nessuno dei mille vestiti sfoggiati dal sovrano aveva incontrato tanto favore nel pubblico.

- Ma non ha niente indosso – esclamò d'improvviso una voce infantile. Era il grido dell'innocenza. (...)

H.C. Andersen, *I vestiti nuovi dell'Imperatore*

Possiamo tornare al nostro Imperatore. Lasciamo il rabbioso illuso di Andersen a rammaricarsi di essersi abbandonato alle lusinghe della approvazione del mondo; al bisogno d'incontrare i favori che rende il cuore cieco e preda della follia*¹¹.

L'ideogramma *Xin*, nel capitolo ottavo del *Ling Shu*, disegna un cuore di uomo dal pericardio aperto in alto, il viscere al centro, in basso un accenno all'aorta.

Attraverso l'apertura in alto, il cuore è penetrato costantemente dalle influenze celesti, tramite gli Spiriti che attivano la comunicazione.

Al centro non può esservi che il vuoto, senza il quale gli Spiriti rimarrebbero senza sede. Viene detto, a causa di questa

¹¹ “La litania famosa detta dell'umiltà, composta mezzo secolo fa da un altissimo dignitario della chiesa romana (Dal desiderio di essere stimato... decantato... onorato... consultato... approvato... dal timore di essere disprezzato... respinto... dimenticato... beffato... sospettato... liberami, Gesù) dovrebbe in realtà chiamarsi litania della rigenerazione, dell'affrancamento gaudioso, di quella santa indifferenza di cui la virtù centrale dell'umiltà è condizione e conseguenza, seme e frutto compiuto.” (Cristina Campo, *Con lievi mani in: Gli Imperdonabili*)

comunicazione incessante, Sovrano dell'Essere, perno della vita, garante dell'integrità e della persistenza della vita.

In basso il Cuore irradia a tutti gli altri organi di cui è signore assoluto le comunicazioni, come fa il sole coi suoi raggi ai pianeti che illumina. Ricordiamo che questa luce, oltre a scaldare, stimola la circolazione di cibo e di idee: ha valenza di comunicazione, conoscenza, informazione, oltre che di nutrizione, imbibimento, sostentamento: funzione espletata dal sangue, portatore di vita.

Come *zang*, la cui mansione si pone nella rete delle relazioni funzionali e simboliche con gli altri organi, il cuore è il signore del movimento "fuoco", fiamma che si innalza e pervade tutte le essenze, calore che stimola la circolazione incessante della vita. Simboleggia anche la pienezza dell'esistenza in estate, il rigoglio della vegetazione e l'abbondanza *yang* del sud.

La sua sovranità assoluta viene esercitata non solo sugli *zang* del suo Impero, sugli orifizi superiori, ma anche sui sette sentimenti. Un Imperatore che emani la sua maestà non permette alle passioni di signoreggiare, poiché le manifestazioni visibili e quelle invisibili dei soffi sono sotto il suo controllo.

La nutrizione materiale e spirituale veicolata dal sangue porta ovunque ciò che serve a mantenere la vita. La vitalità, la sensibilità, l'intelligenza, la parola, la comprensione, attraversano la rete dell'animazione e appaiono sul colorito e nella espressione del viso. Ciò che affiora alla coscienza, al crocevia dove si fondono la memoria e lo stimolo, sale alla lingua, orifizio del cuore, dove si gustano i sapori della vita e si formulano i giudizi frutto del discernimento e del ricordare. L'orecchio riceve e capta i segnali, l'occhio scintilla della luce emanata dagli Spiriti all'interno. Tutto lo

splendore dello *shen* riverbera sul volto: luce è ciò che non si può celare. Diffondere la luce, è l'incarico dell'Imperatore, senza sosta:

“Quando il padrone diffonde la sua luce, i sudditi sono tranquilli. Ma se il padrone non diffonde la luce, le Dodici cariche sono in pericolo.”*¹²

La ragione per la quale occorre che la sede degli Spiriti sia vuota, e l'Imperatore sia nudo e vuoto è che lo *shen* non avrebbe pronto il ricettacolo, il calice ad accoglierlo, e l'intelligenza che ordina il cosmo non potrebbe emanare i comandi dell'armonia.

Anatomia

“Tutta la materia ha origine ed esiste solo in virtù di una forza che fa vibrare le particelle di un atomo e che tiene insieme il minuscolo sistema solare dell'atomo... Dobbiamo supporre l'esistenza di una mente conscia e intelligente dietro a questa forza. Questa mente è la matrice di tutta la materia.”

(Max Planck)

Il cuore è un muscolo cavo che svolge il ruolo di pompare continuamente il sangue in tutto il corpo. In un arco di 24 ore il cuore è attraversato da circa 4000 litri di sangue.

La sua sede è in una cavità detta *mediastino*, subito dietro il corpo dello sterno. L'estremità inferiore ha forma di una punta smussata detta *apice*, riposa sul diaframma e guarda a sinistra. La parte superiore si trova dietro la seconda costa toracica a destra e la circonferenza esterna, indice della grandezza del cuore, ha considerevole rilevanza clinica, perché la sua dilatazione porta a una diagnosi immediata di alcune patologie cardiache. L'età, lo stato di

¹² *Suwen*, capitolo 8

contrazione del muscolo, le dimensioni della corporatura sono parametri che influiscono sulle dimensioni del muscolo.

Alla nascita assume una posizione trasversale e ha proporzioni più grandi rispetto al resto del corpo rispetto all'adulto, e un peso maggiore. Il bambino ha "più cuore". Le dimensioni e il peso definitivo vengono raggiunti tra la pubertà e i 25 anni.

La forma varia negli individui a seconda della morfologia del torace: negli individui longilinei il cuore ha un aspetto più allungato, mentre nei soggetti brevilinei e massicci il cuore è più grande e assume una posizione trasversale.

Il cuore è avvolto da un sacco inestensibile chiamato *pericardio*, che è composto di una parte fibrosa e una sierosa. La parte fibrosa è costituita da tessuto connettivo bianco e spesso che si fissa ai grandi vasi che emergono dalla superficie basale del cuore, ma non al cuore stesso. C'è dunque uno spazio intermedio fra il cuore e la parte esterna del pericardio detto *spazio pericardico*. Il sacco fibroso, dalla superficie interna liscia e ben lubrificata, serve come protezione contro i fenomeni di attrito o frizione. Finché il pericardio continua a produrre il liquido sieroso lubrificante, il cuore si muove nel suo alveo senza pericoli d'irritazione.

Le pareti cardiache sono costituite da tre strati distinti di tessuto: epicardio, miocardio e endocardio. La parte interna del cuore è divisa in quattro cavità: le due superiori sono denominate *atri*, quelle inferiori *ventricoli*. Tra la destra e la sinistra c'è una dipendenza delle pareti cardiache detta *setto*. Gli atri sono le cavità di afflusso, dove arriva il sangue portato da grossi vasi detti *vene*. Le vene portano il sangue dai diversi tessuti in modo che possa di nuovo esservi pompato. Gli atri alternativamente si contraggono e si rilasciano per ricevere il sangue e immetterlo nelle cavità inferiori.

I ventricoli ricevono il sangue dagli atri e lo pompano lontano dal cuore nelle arterie. E' necessaria una grande forza per azionare questo meccanismo, dunque il miocardio di ogni ventricolo è più spesso del miocardio di ogni atrio. Il miocardio del ventricolo sinistro ha uno spessore maggiore di quello del ventricolo destro perché deve pompare il sangue in tutto l'organismo, mentre il destro spinge il sangue nel circuito polmonare per depurarlo e arricchirlo di ossigeno.

Le valvole cardiache sono dispositivi meccanici che permettono il flusso del sangue in una sola direzione. Quattro di esse sono fondamentali per il normale funzionamento del cuore. Le *valvole atrioventricolari* permettono al flusso del sangue di dirigersi verso i ventricoli, ma ne impedisce il reflusso. Le contrazioni ventricolari forzano il sangue contro i lembi delle *valvole cuspidali* nella loro faccia inferiore, assicurando il movimento del sangue verso l'arteria polmonare o l'aorta.

Le valvole semilunari sporgono dalla parete interna della parte iniziale dell'arteria polmonare e dell'aorta (*valvola semilunare polmonare* e *valvola aortica*). Il flusso del sangue apre le valvole, mentre il reflusso a monte è impedito dalla loro chiusura, anche quando intervengono momenti dinamici forti.

Il cuore comprende una struttura fibrosa denominata lo *scheletro fibroso del cuore*. Si compone di una serie di anelli uniti fra loro che servono di supporto semirigido alle valvole del cuore e all'attacco della muscolatura cardiaca, e da barriera elettrica fra il miocardio degli atri e quello dei ventricoli.

La profonda interazione fra cuore e polmone rilevata dalla Medicina Tradizionale Cinese si comprende seguendo il percorso del flusso sanguigno attraverso il cuore e quella che viene chiamata la piccola e

la grande circolazione. Dall'atrio destro, il sangue passa attraverso la valvola atrioventricolare destra, nel ventricolo destro. Da lì passa attraverso la valvola semilunare della polmonare nella prima porzione della medesima arteria, che è il tronco polmonare. Questo ramifica per formare le arterie polmonari destra e sinistra, che portano il sangue ai polmoni per lo scambio dei gas. Dai polmoni, il sangue fluisce attraverso le vene polmonari per raggiungere l'atrio sinistro (piccola circolazione). Da qui il sangue passa attraverso la valvola atrioventricolare sinistra nel ventricolo di sinistra, dal ventricolo di sinistra passa, attraverso la valvola semilunare aortica, nell'aorta. I rami dell'aorta forniscono tutti i tessuti del corpo, compresi i polmoni. Il sangue refluo delle parti sovradiaframmatiche del corpo affluisce nella vena cava superiore, e il sangue refluo dalla parte inferiore del corpo affluisce nella vena cava inferiore. Entrambi questi vasi scaricano il sangue nell'atrio destro, riportandolo nel punto da dove era partito (grande circolazione).

Vuoto

“- Quell'uomo è sparito senza lasciare tracce, non sono riuscito a raggiungerlo – Hu-zi rispose: - E' perché gli ho rivelato la mia identificazione con il principio. L'ho accolto con umiltà e mi sono così perfettamente conformato a lui che non sapeva più che cosa ero. Non ho fatto altro che imitare le erbe che si incurvano sotto il vento e le onde che irrompono. Per questo è fuggito. -”

(Il sovrano ideale, in: *Zhuang-zi*)

Il principio di cui si parla e che informa il cuore è sorgente di tutte le cose esistenti. Conformarsi significa perdere la propria forma, cioè la

identità che separa dagli altri esseri e crea i disordini delle relazioni dovute alla paura della diversità. Questo conformarsi è il principio sacro della non-violenza di Gandhi e dei grandi Maestri. Conformarsi al principio significa sottrarsi alla ribellione individuale per ricreare una rete armoniosa di relazioni, di cui i sensi fisici ignorano la grandezza e la sapienza. Conformarsi a un altro essere corrisponde a un atto di riconoscimento. Si vede nell'altro non una cosa separata e rivale, ma una manifestazione del tutto. Il riconoscimento presuppone la conoscenza, e questa un gesto di amore. L'amore infine è la vibrazione che lascia libero di fluire il doppio passaggio delle informazioni e delle attenzioni sconcertanti dal Principio verso le cose molteplici, in una direzione, ed invertendo, ad esse rende il passaporto per tornare a casa.

Il vuoto corrisponde dunque a una nozione di libertà. Quando il cuore viene impegnato dagli schemi mentali che costituiscono la griglia culturale che nutre, sostiene, tramanda l'individuo e al tempo stesso lo limita e lo giudica, così che non apra gli orifizi ad altre voci, o dal borbottio interiore della mente, gli Spiriti volano altrove, lo *shen* tace. Non si è ispirati, non si riflette alcuna luce; si è intorpiditi, condizionati, privi di libertà. Scompare il potere personale, il carisma che sostiene chi ha da essere sovrano del proprio corpo e della propria mente: è questa che ha preso il sopravvento: si deride il Dao. Così sparisce la conoscenza, e con essa l'intelligenza che ordina, organizza, pianifica, vede e sa portare a buon fine. Sparisce la rete delle relazioni armoniose tra il cuore sede dello *shen* scacciato e gli altri organi sudditi, e l'interazione tra loro diventa una Babele di suoni: così il linguaggio sacro è trasformato nell'incomprensione e la sua efficacia nell'impotenza.

Il vuoto è un aderire a un ordine più alto di cui è impossibile non fare parte, visto che ne siamo le impronte, che rigenera e crea e ricrea incessantemente ogni essere. Pensiamo ai vuoti delle notti, quando attraverso il buio e l'assenza il Rene misteriosamente ricarica la nostra energia vitale profonda. I vuoti dell'Antichità erano chiamati "Dies Vacantes", giorni in cui si rinuncia ad ogni affare per rigenerare il corpo, lo spirito e le relazioni. E' difficile pensare alle nostre vacanze come qualcosa di vuoto. Sono piene anch'esse di impegni. Così aumentano a ritmo esponenziale le patologie cardiache e i disturbi mentali. Perché non ci sono più vuoti.

Il vuoto di un affaccio fa bella una casa, il vuoto di un calice ospita vino, il vuoto nell'eloquio e la pausa in musica creano ritmi genitori di pace. Nel mondo della manifestazione si preserva la salute onorando quell'alternarsi di pieno e di vuoto, di *yang* e di *yin* la cui dialettica realizza l'equilibrio dinamico della creazione.

Ma il vuoto del cuore può ospitare la luce. E' il vuoto estremo.

Non ci sono terapie per ottenerlo, ma quelle che i Cinesi chiamano "Pratiche Interne". Mentre tutti gli altri organi possono essere curati, il Cuore che distribuisce quella luce^{13*} e perciò regna, occorre si rivolga, per sanare, ad una energia di ordine superiore.

"Raggiungi il vuoto estremo e conserva una rigorosa tranquillità. Raggiungendo un vuoto estremo e conservando una rigorosa tranquillità, mentre i diecimila esseri tutti insieme si dibattono attivamente, io contemplo il loro ritorno nel nulla. Infatti gli esseri fioriscono e poi ognuno torna alla propria radice. Tornare alla propria radice si chiama la tranquillità; ciò vuol dire deporre il proprio compito. Deporre il proprio compito è una legge costante. Colui che non conosce questa legge costante agisce da stolto e attira

¹³ "E un giorno gli occhi del tuo spirito si apriranno, e tu conoscerai tutte le cose." (Il Vangelo Essendo della Pace)

su di sé la disgrazia. Colui che conosce questa legge costante è tollerante; essendo tollerante è senza pregiudizi; essendo senza pregiudizi, è comprensivo; essendo comprensivo, è grande; essendo grande, è identico alla Via; essendo identico alla Via, dura a lungo; sino alla fine della sua vita non è in pericolo.”

(Tao Te Ching, capitolo xvi)

EPILOGO: Non fare

Non esiste un manuale per orientarsi nella vita, quando c'è qualcosa d'indefinito che si vuole senza sapere come. Non esiste un protocollo medico che garantisca a priori un risultato dove la sintomatologia si presenti confusa e i segni indicatori contraddittori. Allora occorre sempre aspettare. Mentre si aspetta ci si pone in ascolto, si medita, non si avanzano giudizi, anzi si arretra, perché il corpo parli. Il corpo non mente mai. Quello spazio vuoto che si apre affinché la radice di una congerie di sintomi si esprima corrisponde allo spazio vuoto dove hanno sede gli Spiriti, dove lo *shen* discende. Occorre non agire perché l'azione tranquilla del Dao ci disponga a conformarci alla sua. L'ideogramma Wu wei è composto di una particella negativa anteposta a un concetto che indica un'azione deliberata di un uomo che persegue uno scopo. Questo pensiero è strettamente correlato col *dao*, "via", e *de*, "potenza", che si manifesta senza lo sforzo del dover fare. Anzi il *de* indica la capacità di espletare la propria funzione in modo naturale, senza volizione.

Agire in conformità con il Dao implica una sua risonanza all'esterno, una moltiplicazione del suo potere, perché altri ne possono venire coinvolti senza ricorrere alla violenza o alla manipolazione, e perché la leggerezza della sua azione la rende più ampia. E' noto come nel Massaggio questa arte si manifesti quando si riesca a entrare in risonanza con un punto e lo si tratti lievemente. Abbandonando le tecniche della mano pesante, la penetrazione del messaggio si fa più potente. Riti e cerimonie operano diffondendo la potenza del messaggio, senza che niente si sposti. La persona *de* possiede talenti e

capacità naturali per cui il fatto di adeguarsi al *dao* influenza l'esterno e lo migliora pur non agendo.

Il pellegrino che si sposti nel mondo alla ricerca della propria Leggenda Personale e il terapeuta che cerchi nell'aspetto di un paziente la soluzione alle richieste che la sua sofferenza gli pone, hanno l'arma potente dell'attenzione: e si sappia che questa attenzione è un gesto sacro.

Alessandra Capelli, giugno 2007

LA VUOTA INFINITA'

Senza principio, né fine.

Senza passato, né futuro.

Un chiarore circonda il mondo dello spirito.

Ci scordiamo l'uno dell'altro,

Tranquilli e puri, pieni di forza e vuoti,

Il vuoto è illuminato dalla luce del cuore celeste.

L'acqua del mare è liscia e la sua superficie

Rispecchia la luna.

Le nubi scompaiono nell'azzurro.

Le montagne risplendono chiare.

La coscienza si dissolve in contemplazione.

Il disco lunare riposa solitario.

Da Hui Ming Ching, *Il libro della Coscienza e della Vita*

BIBLIOGRAFIA

Elenco dei testi consultati

- Maurizio Corradin, Carlo di Stanislao, Maurizio Parini: *Medicina Tradizionale Cinese* – (Ambrosiana, Milano, c 2001)
- Gary A. Thibodeau, Kevin P. Patton: *Anatomia & Fisiologia* – (Ambrosiana, Milano, c 2000)
- Elisa Rossi: *Shen* – (Ambrosiana, Milano, c 2002)
- *Atlante di Agopuntura* (Hoepli, Milano, c 1999)
- Jean Chevalier, Alain Gheerbrant: *Dictionnaire des Symboles* (Robert Laffont, Paris, 2000)
- Claude Larre, Elisabeth Rochat de la Vallée (a cura): *Dal Huangdi Neijing, Capitolo 8* – (Jaca Book, Milano, 2006)
- *Zhuang – Zi* (Adelphi, Milano, 1992)
- *Tao Te Ching* (CDE, Milano, c 1973)
- Gary Zukav: *La danza dei maestri Wu Li* – (Corbaccio, Milano, 2004)
- *Hoang Ti Nei King So Ouenn* (Scuola di Agopuntura, Firenze)
- Franco Cracolici, Sergio Tosini: *Psichiatria e Medicina Tradizionale Cinese* (Scuola di Agopuntura, Firenze)
- *La Bibbia di Gerusalemme* (EDB, Bologna, 1974)

La realizzazione del Mandato del Cuore
L'Imperatore nudo

Tesi di Tui Na
Di Alessandra Capelli

Relatore: Susanna Taccola

Anno 2007, mese di giugno

Scuola di Agopuntura di Firenze