

"Medicina Taoista"

Testo di R. Capponi basato su un Seminario tenuto dal Dott. C. Di Stanislao

Cenni storici della Medicina Cinese Taoista

Si deve innanzitutto chiarire un concetto:

- La Medicina Cinese si basa su un Pensiero Ascendente ed Analogico
- La Medicina Occidentale, al contrario, si fonda sul Metodo Scientifico

La Medicina Cinese e la Medicina Occidentale cooperano, convivono e si integrano alla perfezione.

I Cinesi hanno nei loro schemi di pensiero ben presente il concetto secondo cui è utile tener presenti tutti i diversi modelli di valutazione della realtà e del mondo (indipendentemente dall'origine culturale del modello stesso). Questo è avvenuto anche per la Medicina: i Cinesi hanno assorbito i principi della Medicina Occidentale e li hanno fatti propri, integrandoli con i metodi della loro Scuola.

La Medicina Cinese, nel corso della sua evoluzione sembra essere, a volte, in contraddizione con i propri principi, essendosi sviluppata in miriadi di Scuole e Correnti di Pensiero, non tutte giunte sempre alle stesse conclusioni. La Medicina Taoista fa parte ed è una delle più importanti Scuole di Medicina della storia cinese.

Nel 1949 Mao Tse Tung rivoluzionò letteralmente la Medicina Cinese: i migliori (o presunti tali) medici del periodo vennero incaricati di creare una Medicina "ufficiale" della Cina, facendo opera di sintesi fra tutte le esperienze mediche, fino a quel momento sopravvissute, della storia cinese. Nacque così la Medicina Tradizionale Cinese.

E' certo che questa codificazione della scienza medica semplificò non poco il vasto e complesso mondo della Medicina Cinese, come già detto divisa in numerosissime correnti; è altrettanto vero, però, che si depauperò il popolo cinese di una ricchezza culturale inestimabile, quella cioè relativa a millenni di empirismo sulla salute dell'uomo.

All'interno della Medicina Cinese Antica possiamo distinguere due diversi filoni:

- 1) Modello Arcaico → dalla Dinastia Shang (2500 A.C.) fino alla Dinastia Tang (5° sec. D.C.)
 - 2) Periodo Classico → dalla Dinastia Tang fino al periodo Yuan (1200 D.C. – periodo di Marco Polo)
- 1) Si tratta del periodo Sciamanico pre-Taoista. Ci si affidava alle cure degli Sciamani (spesso Donne, sottolinea Di Stanislao). Si tratta di una Medicina "povera", basata principalmente su quelle che, in Occidente, avremmo chiamate Tecniche di Pranoterapia o di Guarigione.
 - 2) Si tratta di un periodo di grande fervore culturale. Lo Stato decise che rimanere in mano agli Sciamani sarebbe stato "pericoloso". Si decise quindi di fondare la prima ed ufficiale Scuola di Medicina Imperiale. Questo fu il periodo della redazione dei grandi Classici della Medicina Cinese, ancora oggi oggetto di studio. In questo periodo venne creata l'Agopuntura, la Farmacologia e venne finalmente codificato il Qigong. Sempre in questo periodo sembra sia stato scritto il più importante dei classici di Medicina: il Huang Ti Nei Ching. Ci sono all'interno nozioni di Anatomia, Fisiologia, Patologia. La traduzione significa "Libro di Huangdi circa le patologie interne". La seconda parte del libro è invece denominata Ling Shu, cioè "Mappa dell'Anima".

Secondo i Classici le principali cause di malattia sono tre:

- Emozioni che provocano Malattie Interne → le emozioni vanno amministrare saggiamente
- Influenze Climatiche (Wei) → Malattie Esterne
- Malattie né interne, né esterne, ma derivanti dalle scorrette abitudini alimentari

Addirittura, secondo le teorie dei 5 Maestri (tra cui il celeberrimo Sun Si Miao) che svilupparono quest'ultima concezione, si doveva anche creare la corretta atmosfera per poter consumare i pasti, tanto che venne redatto una sorta di "decalogo" sugli argomenti di conversazione da evitare mentre si mangia, onde evitare di creare "squilibri emozionali" dannosi che avrebbero avuto ancor più dirompenti effetti durante il simposio...

Da qui l'usanza cinese (ma non solo) di rispettare l'etichetta durante i pasti.

Allo stesso modo, un altro noto medico dell'epoca teorizzò una norma indispensabile per i praticanti del Wai Qigong: avere cura del Proprio Polmone e della Propria Milza! Questo perché l'alimentazione (gestita dalla Milza e dallo Stomaco) e la respirazione sono fattori fondamentali per la salute del proprio Qi (Zhong, Yuan, Wei...) che va poi trasmesso al Paziente di turno.

Ma cos'è lo Shen?

Lo Shen rappresenta simbolicamente l'atto volitivo dell'uomo (e non solo)...nel momento del concepimento, quando Seme ed Ovulo si toccano, se l'Ovulo viene fecondato è perché lo Shen del nascituro esprime volontà di venire al mondo; l'aborto spontaneo, ad esempio, viene spesso considerato (tranne in caso di patologie comprovate, è ovvio) come sintomo di uno Shen non determinato del nascituro.

Lo Shen ha sede nel Cuore (relazione Mente-Cuore) e governa amore e relazione.

Ci sono poi le cosiddette Anime Vegetative, ognuna delle quali ha sede in un Organo ben preciso:

- L'Anima Hun ha sede nel Fegato → Progettualità
- L'Anima Po ha sede nei Polmoni → Istinto di Conservazione
- L'Anima Yi ha sede nella Milza → Intelligenza
- L'Anima Zhi ha sede nei Reni → Forza di Vivere fino in fondo, intensamente

Relazione Corpo – Shen (relazioni dirette tra stati mentali e cambiamenti fisici)

Secondo la Medicina Cinese gli Organi di Base (Cuore, Polmoni, Milza, Fegato, Reni) sono depositari della "Forza", i Visceri (Intestino Tenue, Colon, Stomaco, Cistifellea, Vescica) hanno il compito di trasformarla in Azione. Infatti gli Organi di Base sono Yin (conservano ed accumulano) mentre i Visceri sono Yang (agiscono, trasformano la Forza in azione).

Inoltre l'Organo di Base trattiene ciò che è buono per il Corpo, il Viscere espelle il dannoso. Per purificare e bonificare un Organismo, quindi, è necessario trattare il Viscere collegato all'Organo sofferente.

Analizziamo ora la somatizzazione delle turbe dello Shen, individuando il simbolismo del corpo che manifesta disagio in certe zone in funzione della disarmonia mentale:

- Angoscia → ipertonia dei muscoli sfinteriali ed ipotonia delle fasce muscolari anteriori (Yang Ming), come ad es. Ptosi Mammarie o Addominali
- Tensioni → Cervicali, Scoliosi e problemi ai muscoli rotatori del tronco e del collo (Shao Yang)
- Tensioni dovute alla Carriera → dolori alle facce laterali del Tronco e Schiena fino al collo (Cistifellea e Vescica Urinaria)

E' stato notato come ci sia una stretta relazione tra modus vivendi (specie il modo di approcciarsi alla vita) e patologie conseguenti:

- Chi si "arrampica" per affermarsi → patologie del Tai Yang
- Chi segue la corrente, si lascia trasportare e si lascia vivere → patologie dello Shao Yang
- Chi si sente frustrato, inadeguato, non apprezzato → patologie dello Yang Ming

I Meridiani e la Medicina Energetica

Ci sono diverse categorie di Meridiani, che possiamo schematizzare come segue:

- 12 Meridiani Principali
 - o sono longitudinali e controllano le funzioni organiche
- 12 Rami Secondari
 - o controllano delle funzioni organiche specifiche
- Meridiani Distinti
 - o Vanno dalla superficie del corpo all'interno e viceversa
- Luo
 - o Aumentano la comunicazione tra i Meridiani
- Curiosi
 - o Controllano la "fertilità" umana (creatività) cioè gestiscono lo Yuan Qi
 - lo Yuan Qi si "consuma" in chi pensa troppo e questo riduce l'aspettativa di vita

Il Qi Corretto (così viene tradotto Zheng Qi), cioè il risultato delle energie ricavate da Patrimonio Genetico + Alimentazione – Respirazione, circola nei 12 Meridiani Principali. Il Wei Qi è la capacità immunitaria di difesa e circola nei Meridiani Tendino-Muscolari che partono dalle estremità delle 20 dita. L'energia nutritiva circola invece nei Luo che corrispondono al sistema circolatorio. Nei Meridiani Distinti troviamo Wei Qi e Yuan Qi. Tutti i tipi di Qi sono rigenerabili e coltivabili, ad eccezione dello Yuan Qi.

I Meridiani Principali vengono usati per curare il Corpo, i Meridiani Distinti, Luo e Curiosi per trattare lo Shen. Le disarmonie dello Shen si individuano sul Torace, lungo il decorso dei Luo che hanno percorsi orizzontali.

Sul Collo si riflette il Sacrificio, la capacità di lasciare qualcosa, sacrificare qualcosa di sé per la propria crescita. Il Perdono alberga sul Torace (Riscaldatore Superiore), all'altezza dello Sterno. L'Appagamento, il sentirsi apprezzati ed amati (caratteristiche fondamentali per l'equilibrio) si manifestano sul Riscaldatore Inferiore (zona peri-ombelicale). La capacità di Cambiare si riflette sull'Anca. La Coerenza si manifesta sul Ginocchio. La Capacità e la Libertà di Scelta hanno sede nelle Caviglie. Qualora le sensazioni e gli stati d'animo qui sopra descritti venissero a mancare o venissero vissuti malamente si avrebbero problemi nella zona del Corpo corrispondente...ad esempio, un uomo che non abbia libertà di scelta è possibile che vada incontro a patologie della Caviglia.

Per la Medicina Cinese tutto nasce come Squilibrio Energetico, poi diventa Disarmonia Funzionale ed infine Patologia Fisica.

Il simbolismo del Corpo qui sopra esposto ha, ovviamente, valore nel momento in cui si siano escluse tutte le possibili cause Organico – Patologiche.

La Medicina Energetica è quella branca della Medicina che studia la troppo spesso sottovalutata "Sensazione della Patologia" da parte del Paziente. C'è poi lo Stadio Funzionale, in cui la patologia inizia a manifestarsi sul Corpo da patologia dello Shen che era all'inizio (reazioni di natura psico-somatica, ad esempio). Infine si manifesta lo Stadio Patologico Fisico, momento in cui il disturbo aggredisce un Organo o un Apparato.

Quindi, ricapitolando:

Ben Shen (Anima)	Carattere	Pregio	Difetto	Organo
Zhi	志	Saggezza e Progettualità	Avversione, Tristezza, Cupidigia	Rene
Shen	神	Riflessione e Bontà, Amicizia, Amore	Paurosità, Spietatezza	Cuore
Yi	意	Gioia, Imparzialità, Fiducia, Santità	Egoismo, Rancorosità, Idiozia	Milza
Po	魄	Prestigio, Dirittura Morale, Saldezza, Senso del Dovere	Collera, Ingiustizia	Polmone
Hun	魂	Gioia, Bontà, Compassione	Ruberia, Dissimulazione, Mendacità	Fegato

Un famoso Medico, Sun Xi Miao, ha così catalogato le 5 virtù, manifestazioni regolatrici della natura fondamentale:

- Ren → Umanità, Capacità di Ascolto → Fegato
- Li → Senso dei Rituali che armonizzano l'uomo con il Cielo e gli Antenati → Cuore
- Xing → Sincerità, Buona Fede, Coraggio di dire la Verità → Milza
- Yi → Giustizia → Polmone
- Zhi → Saggezza → Rene

Quindi, per Sun Xi Miao ad ogni Organo corrispondono quelle che lui chiama le 5 Permanenze:

Reni → saggezza e progettualità

Cuore → Senso dei Riti e Perspicacia
 Fegato → Pietas, Virtù Umana
 Polmone → Senso del Dovere
 Milza e Pancreas → Fiducia e Santità

Questi "spiriti" si liberano tramite la corretta alimentazione tale che, mangiando i cibi giusti, lo Spirito si esalta, seguendo un'alimentazione scorretta lo Spirito diventa un "Verme" (da qui la definizione Taoista dei 5 Vermi che infestano il corpo di chi non segue la corretta dieta).

Acqua (Reni) → salato → pesce di fiume e lago (per le donne) e pesce di mare (per gli uomini)
 Fuoco (Cuore) → amaro → verdure, carni bianche e volatili
 Legno (Fegato) → acre – acido – immaturo – "allappante" → carne d'agnello
 Metallo (Polmoni) → piccante → carne di cavallo, melanzane
 Terra (Milza) → dolce → cereali, carne bovina, latte, carote, miele

Allo stesso modo dei Sapori sopra esposti, anche i Colori sono energie molto potenti in grado di intervenire su squilibri energetici. Interrogando il Paziente si deve sempre chiedere se c'è attrazione o repulsione per un dato colore da quando si è manifestata l'eventuale patologia. Quando si è attirati da un colore significa che si deve Tonificare quell'Organo, quando un colore repelle allora bisogna disperdere l'Organo, il tutto secondo questo schema:

Legno → celeste chiaro, color "montagne lontane" o colore dell'intersezione tra cielo e mare all'alba
 Fuoco → Rosso, Arancione
 Terra → Giallo, Ocra
 Metallo → Bianco, il non Colore, Colore Spento
 Acqua → Colore Scuro, Nero