

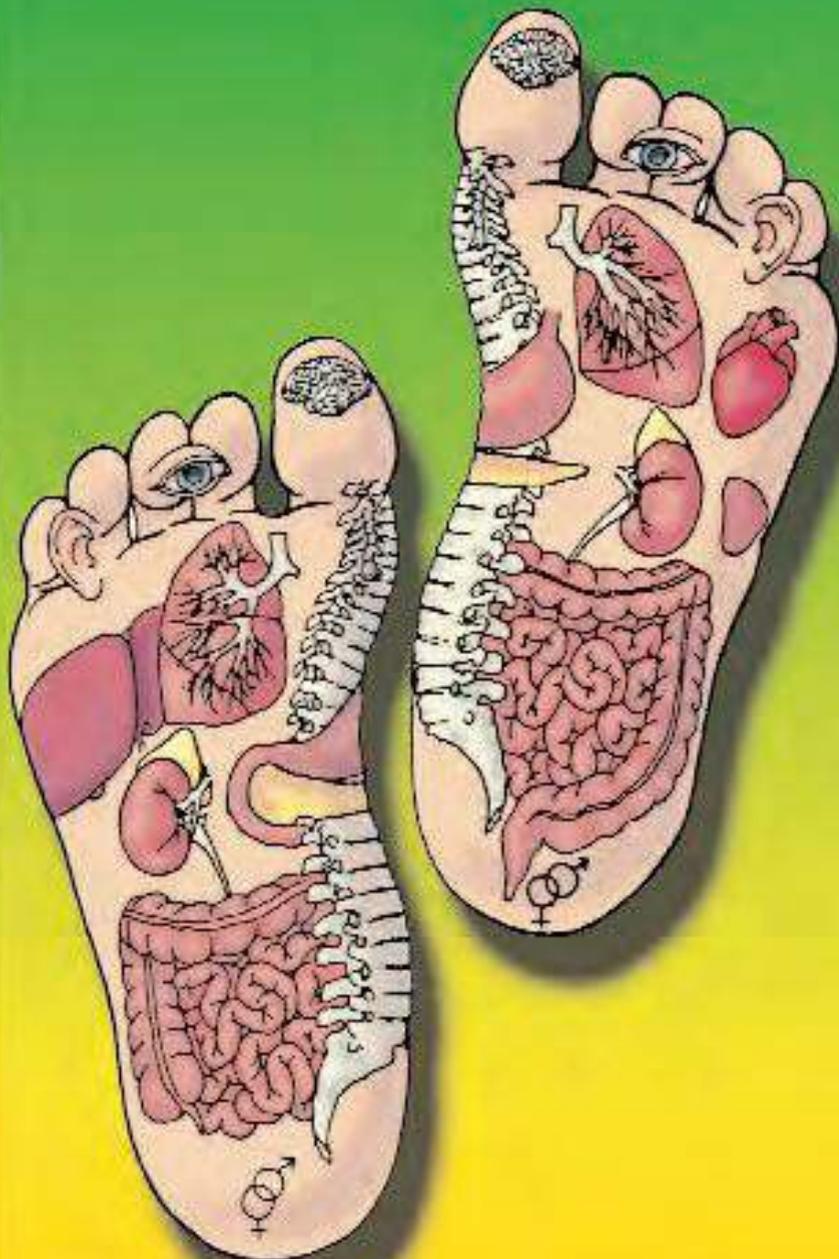
REFLESSOLOGIA ZU

Vol. III

ENERGETICA

老足
Laozu
Baldassarre

足道中心



Edizioni
Zu Center

老足

LAOZU
BALDASSARRE

REFLESSOLOGIA
ZU

VOL. III

Energetica

Edizioni
"ZU CENTER"

*A mia moglie Cecilia
che mi ha dato l'energia
per scrivere questo libro
sull'energia*

...Questo libro che sa di futuro...

Una sorpresa un po' impegnativa, questo terzo libro, anche per i lettori avvezzi alla letteratura zu, per i frequentatori e persino per gli stessi allievi della scuola, per i quali sorprendersi non è poi una novità. Lo slancio degli inizi del percorso, infatti, non si affievolisce col tempo, anzi accelera. Già il primo volume creava una netta distinzione con la Reflessologia del Piede conosciuta fin allora stabilendo prerogative come:

- la proiezione dei punti riflessi sullo scheletro del piede, che abolisce ogni approssimazione precedente e adotta il linguaggio anatomico, preciso, oggettivo, universale.

- l'accostamento ai principi della Medicina Tradizionale Cinese, che determina tra l'altro i colori usati nella mappa. Questa "rivoluzione" trasforma la Reflessologia del Piede da mera somma di punti rivelatisi corrispondenti ed efficaci a disciplina olistica, che utilizza gli stessi punti ma con la logica globale taoista, confermata e mai smentita nel corso dei millenni.

La visione taoista è una chiave d'interpretazione della realtà scevra da condizionamenti morali e dogmi religiosi, responsabili dei limiti geografici e storici della maggior parte delle civiltà. Senza la nostra dicotomia uomo-natura, individuo-universo, materia-spirito, millenni d'osservazione della natura hanno stratificato in Cina una cultura dell'uomo nella natura, proteso a individuare le fasi, coglierne i nessi, comprenderne le leggi immutabili e i cambiamenti, intorno a sé e dentro sé, consapevole d'essere una forma individuale della medesima energia. Il secondo volume presenta una nuova chiave di lettura del piede: l'interpretazione morfologica, un

esame questa volta “visivo” della forma. Principi come yin-yang, pieno-vuoto, antico-recente, i cinque movimenti, qui si applicano agli aspetti anomali del piede, gonfiore e solchi, calli e callosità, rivelano preziose informazioni specifiche mai ipotizzate prima.

Questo terzo volume è la proposta di una nuova possibilità terapeutica, dalla proiezioni sistematica dei meridiani sul piede nasce l'energetica riflessa, applicazione evolutiva della dimensione energetica in campo riflesso.

Operativamente l'Energetica Riflessa Zu richiede competenza specifica e indiscutibile, ma anche il lettore novello può seguire il percorso di questa scoperta e assaporarne lo svolgimento, la sistematizzazione con un po' d'impegno e attenzione ai processi logici, le corrispondenze, le analogie che incontrerà lo affascineranno e stimoleranno il suo emisfero cerebrale destro, quello più lunare, analogico, orientale, che dalle nostre parti e da adulti usiamo sempre meno.

Nell'introduzione l'autore scrive: - ...ma il mio cervello è così veloce che anch'io fatico a stargli dietro... -

Non è per presunzione o schizofrenia! Nel mio amico/maestro ho visto crescere sempre di più il ricercatore-reflessologo e credo di aver capito che quando serietà scientifica e capacità analogica si enfatizzano l'un l'altra il processo del pensiero s'intensifica e velocizza a tal punto che diventa difficile registrare tutti i dati e le connessioni che può sviluppare in certi momenti!

Mi auguro che questo libro, che sa di futuro, diventi un seme paziente, pronto a germogliare al momento giusto.

Luciana Colangelo

Reflessologa Zu

Docente Scuola Superiore Reflessologia Zu

Namasté lettore

Sono un riflessologo con una visione taoista della vita, non sono uno scrittore, pertanto mi perdonerete le lacune letterarie che incontrerete durante la lettura. Nel trascrivere riflessioni ed esperienze, il pensiero che queste pagine non avrebbero mai visto la luce, mi ha accompagnato costantemente. Ho trascorso periodi in cui era più quello che cancellavo che quello che scrivevo.

Mi sentivo un po' come Penelope, che di notte disfava la tela che tesseva di giorno. Quello che scrivevo mi appariva prolisso, spiegazioni su spiegazioni di cose che per me erano ovvie, ma amici e allievi mi invitavano a scriverle lo stesso, ritenendole necessarie per un lettore non preparato sull'argomento trattato.

Ho la sensazione d'invecchiare ad una velocità superiore alla media, la percezione dell'approssimarsi della fine è costante, ciò non mi spaventa, la morte ha la funzione di esaltare la vita, m'induce a vivere intensamente ogni attimo.

Le insistenze delle persone vicine, mi hanno indotto a contenermi nelle mie elucubrazioni e a scriverle. Alcuni amici tra il serio e il faceto, mi hanno consigliato di considerarle come l'inizio di "un testamento professionale". Il risultato è un piccolo testo conciso, la metà dello scritto originario, una quantità di frasi e concetti ridotti così all'essenziale, da essere quasi criptici, in taluni passaggi sembrano una raccolta d'appunti delle mie "visioni".

Non sempre c'è continuità letteraria perché il mio cervello è così veloce che a volte io stesso faccio fatica a stargli dietro.

Una sensazione costante è che le cose che scrivo m'invecchiano tra le mani, tra un foglio e l'altro, per questo i differenti paragrafi possono apparire come fotogrammi di una pellicola non sempre collegati tra loro.

Nella stesura ho goduto della trascrizione dei significati dei singoli punti d'agopuntura, della numerologia e della simbologia in essi contenuti. Inserire nel testo anche questi elementi, però mi avrebbe portato troppo lontano, facendo perdere di vista al lettore la finalità del libro, perciò anche in questo mi sono trattenuto. I cinesi dicono che un'immagine vale cento parole, per cui alcuni disegni e tavole potrebbero sembrare messi lì per caso, ma è con questo spirito che sono state utilizzate, ridurre le parole per quanto possibile, quindi solo il lettore accorto riuscirà a tradurre in concetti disegni e grafici.

Ogni volta che "rimetto mano" a quanto scritto, per migliorare e perfezionare, vedo, leggo e continuo a scoprire relazioni interagenti tra micro e macro.

La perfezione della natura, la sua logica, che entusiasmo ragazzi! Linfa vitale per la mia pazzia visionaria. La novità assoluta di questo libro, nel panorama energetico e riflesso, è l'arricchimento di una differente visione dei meridiani e i loro punti, che conferma e arricchisce di motivazioni i percorsi energetici-elettrici dei testi classici, che nelle differenti scuole d'agopuntura sono studiati singolarmente.

Ho unito verticalmente e orizzontalmente punti e meridiani, disegnato sul corpo una griglia che li mette in relazione e l'ho proiettata sui piedi, non ho aggiunto né tolto alcun che.

Così facendo si sono evidenziati i percorsi paralleli dei meridiani, i rapporti orizzontali e verticali, la logica

dei punti di repere, le proporzioni perfette delle distanze. Niente di nuovo sotto le stelle ma uno stimolo per ulteriori studi d'approfondimento sull'argomento. La naturale perfezione riflessa, le soddisfazioni derivanti dalle verifiche delle applicazioni terapeutiche, questa è per me Reflessologia Zu.

Un limite che taluni lettori potranno incontrare è che ancora una volta non propongo ricette terapeutiche. Non troverete scritto cosa fare, come fare. Ancora una volta porgo "canne da pesca", non pesci, ad ogni pescatore il suo pesce. In questo testo e nei precedenti mi sono autoimposto di presentare unicamente le proiezioni riflesse riguardanti l'organica, la psicosomatica e l'energetica, testi esclusivamente tecnici e descrittivi.

Il prossimo tratterà di semeiotica, il linguaggio sarà più discorsivo, meno tecnico, sintesi dei primi tre e vi si troverete informazioni a riguardo.

Buona lettura.

Laozu Baldassarre

Energetica Riflessa Zu

Questo è il terzo volume della Reflexologia Zu.

Il primo descrive le I.A.R.S. (*Identificazione Aree Riflesse Sensibili*) che costituiscono la componente organica. Il tocco delicato o deciso delle nostre mani sui piedi del paziente individua quelle aree che alla sollecitazione rispondono con una sensibilità superiore alla norma, si ricercano le aree più dolenti e se ne interpretano i significati.

La soglia del dolore più bassa è indice di un'anomalia, interpretabile secondo il tipo di sensazione suscitato in quel punto: dolore acuto oppure sordo, localizzato o diffuso, che massaggiato aumenta o diminuisce.

Le aree sono state evidenziate utilizzando come riferimento topografico oggettivo le ossa. Le colorazioni d'identificazione nella mappa riflessologica, corrispondono ai colori d'appartenenza dei *wu xing*, *cinque movimenti*.

Argomento del secondo volume è l'aspetto morfologico. L'attenzione ora si porta dal toccare all'osservare.

L'osservazione diventa predominante al toccare.

Fondamentali diventano le interpretazioni degli atteggiamenti posturali dei piedi: addotti, abdotti, supini, proni, estesi, flessi e in *clinch*. Le loro forme: cavi, piatti, equini, ci forniscono importanti informazioni insieme al colore, l'odore, la temperatura. Non sono tralasciati indicatori quali callosità, solchi, gonfiori, artrosizzazioni, che rivelano un mondo sconosciuto e affascinante.

Le unghie con le loro alterazioni cromatiche, gli incarnimenti, ispessimenti o assottigliamenti, costituiscono quasi un capitolo a parte, ma facenti sempre parte delle

tessere del mosaico della lettura morfologica del piede. Seguendo la logica dallo *yin* allo *yang*: dallo strato più profondo al più superficiale, questo libro ci introduce alla scoperta dell'energetica. I piedi sono l'immagine rimpicciolita del corpo, non in senso letterale, sono solo la sua proiezione, pertanto bisogna avere una mente elastica capace di vedere al di là di ciò che appare d'interpretare segni e segnali che il corpo ci invia.

Le linee guida sono quelle già studiate: ciò che è *yin*, perché situato nella parte mediale del corpo, continua ad essere *yin* nella parte mediale dei piedi; si definisce qualcosa *yang*, per esempio la testa, riferendosi al torace *yin* perché posto più in basso.

Per i cinesi, il corpo attraversato dai meridiani, rappresenta la mappa del cielo. I piedi interpretati come mappa del corpo, nel rapporto micromacro sono anch'essi una proiezione della mappa del cielo.

Dai piedi partono e arrivano i meridiani *zu*. La loro conoscenza diviene fondamentale per orientare il massaggio e stimolare l'energia che vi scorre. La comprensione dell'energetica ci permette d'individuare l'origine di problematiche differenti da quelle organiche e psicosomatiche. La visione taoista applicata alla pratica terapeutica, attraverso i principi dell'agopuntura, determina un arricchimento dell'interpretazione universo-uomo inserito nella realtà quotidiana.

Con le attuali tecniche diagnostiche sono costantemente confermati gli assunti e i postulati della medicina cinese, che per molti anni erano stati accettati come verità assiomatiche confermate solo dall'osservazione e dalla statistica dei casi risolti.

Le problematiche d'origine energetica nella *Diagnostica Riflessa Zu*, sono evidenziabili soprattutto attraverso

so le dita dei piedi, le sue aree dorsali e mediali.

Le dita possono avere alterazioni già catalogate come a martello o a uncino, sovrapposte o sottoposte, retratte, artrosizzate, gonfie: manifestazioni già trattate nel secondo volume e interpretate da un punto di vista morfologico. I muscoli e i tendini delle gambe e dei piedi, contraendosi e rilassandosi determinano l'adduzione e l'abduzione, la flessione e l'estensione, la supinazione e la pronazione. Ritornando all'assunto che le ossa non si muovono da sole, ma sono mosse dai muscoli, in questo testo tratto in particolare quelli interessati dai meridiani *zu*.

L'esigenza di trasmettervi una certa quantità d'informazioni inerenti l'energetica è determinata dall'ulteriore motivazione che queste si rivelano indispensabili, quando nell'ambito della *diagnostica* e della *terapeutica riflessa zu*, si deve differenziare una patologia d'organo da una di meridiano.

wu

senza nome
vuoto iniziale
non-manifesto
non-fare

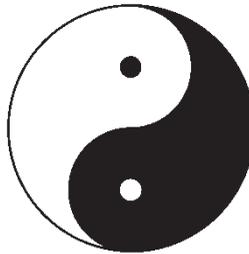
tai xi

grande uno
uno primordiale

wu wei

agire-senza-agire

yin/yang



Taiji tu

Immagine del grande capovolgimento

Yin/Yang

Qual è l'origine dell'universo? L'uomo da dove viene? Che c'è dopo la morte? Anche i cinesi dell'antichità, come chiunque, anche loro si sono posti queste domande, ma intuendo l'impossibilità di una risposta esauriente, da popolo estremamente pratico e pragmatico, non si sono mai scomposti più di tanto, è hanno lasciato che le risposte venissero argomentate dai filosofi.

...All'origine era il vuoto supremo, che è il fondamento del principio delle trasformazioni...

...Senza un nome è *wu*, con un nome è *Tai Xi*.

...Il Grande Uno.

...La trasformazione inizia da Uno, il suo nome è *Tai Xi*.

...Quando *Tai Xi* si muove allora esso si trasforma in *yin/yang*...

Tai Xi, energia indifferenziata, nel suo fluire dà vita al *wu wei*, (*wu* è una delle cinque negazioni cinesi, *wei* significa esterno, fuori, anche visibile), quindi il grande vuoto corrisponde al nonessere o meglio al nonapparire.

Il concetto di *nonessere* orientale è diverso dal nostro non essere occidentale, in antitesi ad essere o non essere e al *cogito ergo sum* di illuminista memoria.

Per i cinesi ciò che non è, non è perché non esiste, ma semplicemente perché mancano le condizioni affinché appaia, in realtà tutto già esiste, occorre solo che si creino le condizioni per il suo apparire. Le immagini arcaiche dei concetti nonessere ed essere originariamente erano espresse dalle immagini sintetizzate dalle *yao ou* e *yao ji*, linee-immagini in movimento.

Di solito *ou* viene detta come linea spezzata o due linee, niente di più sbagliato.

Esaminiamo il pittogramma *ou*: rappresenta due buoi aggiogati. Già da questi possiamo trarre alcuni interessanti elementi interpretativi. *Una* immagine, costituita da *due* tratti, che indicano *una coppia*, quindi *due buoi*, che generano *un solco*, espressione di *vuoto potenziale*, pronto ad accogliere il seme di ciò che si renderà manifesto sviluppandosi. I due tratti ci servono per far apparire, se così vogliamo dire, il vuoto, ciò che non appare e non ciò che non è. Quindi di *ou* bisogna prendere in considerazione la nonlinea: lo spazio esistente tra i due tratti.



Nella stanza in cui mi trovo potrei dire che non c'è acqua perché non ne vedo, ma il fatto che non la veda non significa che non ci sia, mancano solo le condizioni per il suo apparire. Mentre scrivo queste pagine si suppone che io sia vivo e che respiro, perciò mi trovo in un luogo dove c'è aria.

Due degli elementi costitutivi l'aria sono l'idrogeno e l'ossigeno. Se compattassi l'aria presente in questa stanza vedrei apparire vapore e successivamente acqua, l'acqua che c'era già ma in uno stato non visibile.

Di una porta in realtà utilizzo la nonporta: il vuoto della porta! Quando la porta è chiusa diviene prolungamento della parete.

Di una pentola utilizzo la nonpentola: il suo vuoto. Quando questa è parzialmente o del tutto riempita, il vuoto perde la sua peculiarità, non è più tale perché è stato sostituito. A questo punto s'impongono delle ulte-

riori differenziazioni: la pentola è piena di farina o di acqua? Se contiene acqua, questa è tanta o poca? Dolce o salata? Calda o fredda?...

Queste due condizioni, *yao ou* e *yao ji*, successivamente si sviluppano nei termini *yin/yang*, che sono gli elementi costitutivi fondamentali della visione taoista. *Yin/yang* non sono cose in sé, non esistono in quanto struttura, sono invece descrizioni, fasi di movimento, indicazioni alternanti del costante fluire.

In questi due ideogrammi la parte sinistra è identica. All'origine rappresentava una collina per i riti, di forma elevata perché predisposta alle cerimonie per gli dei, funzione arcaica della religiosità animista degli antichi cinesi.

La parte destra dell'ideogramma *yin* è composto da due segni che esprimono l'idea di presenza latente, nascosta, non manifesta, e dal carattere che sta per nuvola, ombra. Descrive quindi l'immagine di nuvole cariche di pioggia che si stanno accumulando, quando il sole si offusca, il cielo si abbassa, l'aria diventa più scura e fredda.

La parte destra dell'ideogramma *yang* rappresenta la luminosità di un sole splendente, è simile a quello di *yi* de *Yi Jing*, (Libro dei Mutamenti), se ne differenzia solo per una linea orizzontale in più che divide nettamente la parte alta da quella bassa.

Il sole in alto separato dalla pioggia che scende, crea l'immagine della fine del temporale, quando il sole prevale sulle nuvole separandosene sempre più nettamente. *Yang* è questo particolare momento in cui le nuvole svaniscono e il sole si disvela, l'aria si riscalda e diventa più luminosa, il cielo riappare, le nubi si sfilacciano e per poi scomparire.

Il carattere ideografico *yi* de *Yi Jing* evoca cambiamenti di tempo in generale, indicando la naturalezza e la facilità con cui sole e pioggia si alternano nel cielo; *yang* invece da risalto ad uno degli aspetti di questi cambiamenti. Il significato di *yin/yang* è stato esteso per analogia fino a strutturarsi nei termini correnti, *yin* per la parte oscura della collina, quella in ombra, non illuminata, fredda, umida; *yang* invece ha acquisito il significato di vessilli sventolanti, quindi qualcosa di visibile, come lo è la parte più esposta, a sud della collina, la più assolata.

yin

yang

La qualità dei numeri

I numeri che utilizziamo correntemente sono chiamati numeri arabi, per differenziarli da quelli romani, in uso fino al IX d.C., usati ormai solo per i quadranti degli orologi e per indicare i capitoli dei libri. La rivoluzione della numerazione araba fu determinata dall'utilizzo dello zero. Tutte le culture antiche hanno dato una notevole importanza al computo del tempo, prendendo come riferimenti fissi e ciclici i movimenti dei pianeti. Gli arabi divisero il tempo e lo spazio con immagini che hanno una logica filosofica matematica grafica, semplice e comprensibile. Le quantità erano espresse dal conteggio degli angoli interni delle immagini generate, come dall'esempio qui di seguito riportato.

Zero = nessun angolo, ma zero, origine di tutte le cose è l'equivalente di trecentosessanta angoli, ($3 + 6 = 9$) ovvero il vuoto/tutto.

Un'immagine che rappresenta il concetto di questa assoluta è la pennellata che genera un cerchio. La perfezione del cielo viene sintetizzata dall'immagine grafica appiattita della sfera. Il vuoto contenuto all'interno del cerchio, vuoto come lo spazio della *yao ou*, rappresenta una parte del tutto.

Pennellata cerchio zen

L'uroburo: il serpente che si morde la coda, rappresenta l'A e l'Ω, (alfa e omega) l'*arché* e l'*escatos*, l'inizio e la fine.

Differenti immagini di uroburo in culture diverse:



greco



arabo



medievale

Per rappresentare il numero uno, nel senso della quantità, viene eseguita un'unica pennellata orizzontale, anche il suo nome è *yi* nella trascrizione fonetica *pinyin*.

La *yao ji* quindi, per contrapposizione complementare diviene l'espressione della compattazione dell'energia, l'energia che si rende manifesta, la sua strutturazione.



Pennellata numero 1

La bellezza esoterica dell'ideografia cinese, con questo semplice gesto compiuto in un'espirazione, determina l'apparire del concetto "tre". Quest'unica pennellata divide il foglio di carta di riso in tre elementi, ossia la parte alta della pennellata, "cielo", la parte bassa "terra", la linea intermedia "l'orizzonte". L'esoterismo cinese, dei numeri, prende in considerazione la qualità più che la quantità. Il numero esisteva prima della ragione: quei tre alberi erano tre, già prima che imparassi a contare. Quindi esotericamente il primo numero *yang*, dispari è il tre, il primo degli *yin*, pari, è il due. Queste due immagini, una volta divenute simboli, vengono utilizzate anche per la divinazione, così che la *yao ji* diviene "sì" e la *yao ou* diviene "no".



I quattro xian

Il loro raddoppio ne aumenta le potenzialità interpretative dando luogo a quattro possibilità che vengono chiamate *xian* o digrammi, identificandoli come: *grande* o *vecchio yin*, *giovane yang*, *giovane yin*, *grande* o *vecchio yang*.

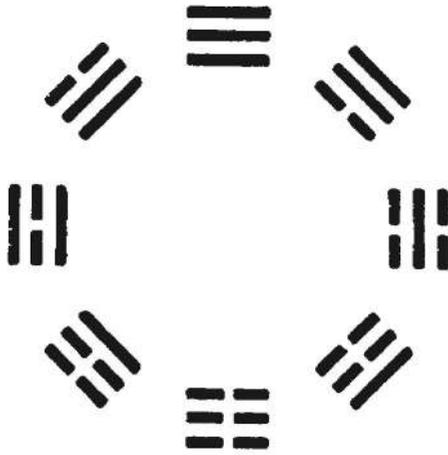
Il loro utilizzo viene applicato alle quattro direzioni, le quattro stagioni eccetera. La *yao* inferiore simboleggia lo *yin*, la terra, la non-azione; quella superiore lo *yang*, il cielo, l'azione.

Il cielo feconda la terra e genera i diecimila esseri...” l'apparire dell'uomo situato tra cielo e terra, diviene la terza linea, quella intermedia, dando vita così ai *gua*. L'ideogramma *gua* significa sia trigramma che esagramma a seconda dell'ideogramma che gli si accosta.

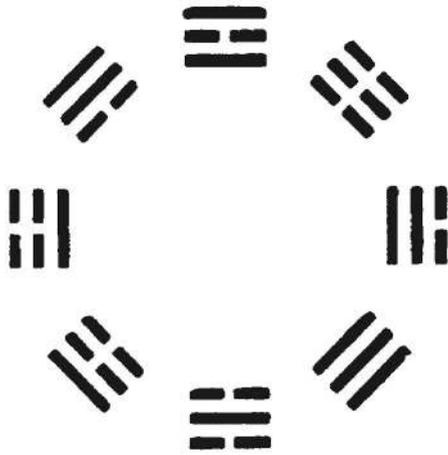
I *ba gua*, otto trigrammi, trascritti e interpretati anche come Otto Saggi, nel *XianTian*, *Cielo Anteriore*, sono distribuiti in maniera simmetrica e contrapposta.

Nel *Hou Tian*, *Cielo Posteriore*, i trigrammi sono distribuiti differentemente, assumono posizioni diverse rispetto al Cielo Anteriore, rimane simmetrico solo l'asse *Li/Kan*, sud/nord, *yangming/shaoyin*, est/ovest nel Cielo Anteriore.

La durata della vita è un fenomeno predeterminato che dipende dal *jing* innato e dalla *yuanyi*, quindi dal Cielo Anteriore. Secondo la medicina cinese l'invecchiamento è un processo naturale che può essere accelerato o rallentato dal tipo di vita che si conduce, dall'alimentazione, dallo stato psichico dell'individuo. Lo *jing* innato non può essere recuperato, ma si può conservarlo evitando le dispersioni con un corretto stile di vita. Il decadimento naturale del *jing* può essere accelerato precocemente da eccessi sessuali, fattori patogeni latenti, alterazioni degli organi.



Xian Tian
(Cielo Anteriore)



Hou Tian
(Cielo Posteriore)

Dr. Robert O. Becker

Gli studi del professor Becker dell'Università di Syracuse (U.S.A.) hanno dimostrato che ogni organo, ogni funzione è una sorgente d'attività elettrica, dalla cellula, all'organo costituito.

L'elettroencefalogramma serve per quantificare la capacità elettrica dei neuroni, se risulta piatto significa che la persona è in coma, non c'è attività elettrica del cervello. Se ci sentiamo stressati, se non riusciamo a fermare i nostri pensieri nemmeno quando dormiamo, è la manifestazione di un'attività cerebrale incontrollabile.

L'elettrocardiogramma rende in grafici l'attività elettrica del cuore. La tachicardia, la bradicardia, le extrasistoli e le aritmie in generale sono manifestazioni dell'alterazione del ritmo cardiaco. L'elettrocardiogramma piatto c'indica che l'individuo è in arresto cardiaco, che può essere momentaneo o irreversibile, ad ogni modo ci sta dando l'indicazione che non c'è attività elettrica del cuore. Altre patologie organiche come un soffio al cuore, invece non sono evidenziabili con l'elettrocardiogramma, perché non sono patologie determinate dall'alterazione della conduzione elettrica, bensì disfunzioni strutturali, per cui bisognerà ricorrere all'ecocardiografia o ad altri esami più sofisticati.

L'elettromiografia ci permette di quantificare l'elettricità dei muscoli. Una persona che denuncia un sintomo tipo "le gambe senza riposo", che non riesce a tener ferme nemmeno di notte, o quando è seduta ha le ginocchia che saltellano, persone attanagliate frequentemente da crampi, evidenziano i sintomi di un aumentato accumulo d'elettricità nei muscoli. Il caso opposto è quello di una persona che ha avuto una gamba immobilizzata



Dr. Robert O. Becker

per lungo tempo, per una frattura o per un intervento chirurgico, un *ictus* o una paralisi: il suo arto inferiore apparirà senza vita, il tono muscolare insignificante.

La carenza d'elettricità determina l'ipotonia muscolare. I massaggiatori sportivi erano soliti portare un anello sormontato da un ago, che utilizzavano per pungere gli atleti dove si manifestava il crampo, per liberarli dall'accumulo d'elettricità determinatasi dall'aumentata produzione d'acido alfa lattico conseguenza dello sforzo. In inverno quando ci avviciniamo alla macchina è comune generare scintille, prodotto di cariche elettrostatiche accumulate per le condizioni meteorologiche.

Altre fonti emittenti cariche elettriche sono tutti gli elettrodomestici. Ogni qual volta entriamo in banca e attraversiamo un metal detector, o determiniamo l'apertura/chiusura di una porta del supermercato, dell'ascensore, stiamo interrompendo un campo magnetico, caricandoci così di cariche elettriche.

Tutto questo magnetismo interferirà con la fisiologica attività elettrica delle nostre cellule, tessuti, organi, determinando un'alterazione elettrica delle funzioni ancora di difficile quantificazione.

L'esigenza di trasmettervi una certa quantità d'informazioni inerenti l'energetica è determinata dalla motivazione che queste si riveleranno indispensabili, quando nell'ambito della diagnostica e della terapeutica, dovremo differenziare una patologia d'organo da una di meridiano.

Sei energie

L'uomo è situato tra cielo/terra, riceve la *tianqi*, tradotto con "energie celesti", che si manifestano attraverso le "sei energie cosmiche", queste esercitano una benefica azione sull'organismo in corrispondenza con i sei livelli energetici. Dal cap. 66° del *So Wen*: "Il freddo, il calore, la secchezza, l'umidità, il vento e il fuoco costituiscono lo *yin/yang* celeste".

Le sei energie, dalla più superficiale alla più profonda, sono:

Taiyang in relazione con il freddo, *han*

Shaoyang in relazione con il caldo, *re*

Yangming in relazione con la secchezza, *zao*

Taiyin in relazione con l'umidità, *shi*

Jueyin in relazione con il vento, *feng*

Shaoyin in relazione con il calore, *huo*

I termini *yin/yang* riferiti ai livelli energetici, sono relativi alla logica spaziale e non alla natura delle energie. *Yang* come concetto l'abbiamo sempre considerata parte più esterna, periferica, e tale continueremo a considerarlo, ma è anche vero che le parti più esterne del nostro corpo o della terra sono più fredde rispetto alle interne. Pensate al centro della terra fatto di fuoco, e alla parte più alta delle montagne ricoperte di ghiaccio.

Taiyang



Il *taiyang*, grande *yang*, massimo *yang*, è apertura, aperto all'esterno, "spande il soffio", *qi*.

In riferimento alla sua posizione, la più esterna rappresenta la frontiera tra il mondo esterno e quello interno. Sostiene la *weiqi*, energia difensiva: i *wei* erano le pattuglie che facevano la ronda attorno alla città.

L'energia prevalente che vi scorre è di tipo *yin*, è *han* il freddo, l'energia dell'inverno, quando attacca tende a consumare lo *yang* dell'organismo. Il *taiyang* aggredito dal freddo provoca contrazioni muscolari e rallentamento della circolazione del *qi* e del *xue*, (sangue), ne derivano raffreddori dolori ed intorpidimento degli arti. Quando lo *yang* del corpo è esaurito compaiono sintomi da eccesso di *yin*: brividi intensi, pallore, sensazione di freddo, diarrea con cibi non digeriti, urine chiare e abbondanti, tutti segnali che lo *yang* del corpo si sta esaurendo.

L'organo più sensibile all'azione di *han* è il rene.

Graficamente *taiyang* è costituito da due *yao ji* e una *yao ou*, trascrivibile anche come 110 in codice binario.

Nel Cielo Anteriore è situato a sud-est.

L'identificazione *yang* di questo *gua*, trigramma, come per tutti i *gua yang* viene dalla sua prima linea *yang*.

Shaoyang

少陽



Lo *shaoyang*, *giovane yang*, è il primo degli *yang* ad apparire, rappresenta la luminosità che precede il sorgere del sole (*yangming*); è cerniera, è il perno tra gli *yin* e gli *yang*, il cardine, "regola il debito".

Lo *shaoyang*, è pervaso dall'energia della primavera, i primi caldi, *re*.

Questa energia di natura *yang* attacca la parte alta del corpo, l'organo che più ne risente è il cuore.

Il caldo consuma il *qi* e lo *yin* del corpo, che reagisce al calore esterno aumentando la produzione di *yin* da parte degli organi. Oltre un certo limite questo meccanismo di compensazione tende a esaurirsi determinando manifestazioni cliniche quali: perdita d'appetito (lo stomaco non riesce a trasformare i cibi perché l'energia *yin* della milza è esaurita), fatica a respirare per eccesso di secchezza dei polmoni, oliguria con urine scure per esaurimento dell'energia *yin* dei reni.

Graficamente *shaoyang* è costituito da una *yao ji* e due *ou*, codice binario 100.

Nel Cielo Anteriore è situato a nord-est.

Yangming

陽明



Lo *yangming* è lo *yang solare*, il sole, la denominazione originaria era *jueyang*, *yang* contratto, concentrato.

Nel Cielo Anteriore è rappresentato a est e viene chiamato *yangming*; nel Cielo Posteriore occupa la posizione sud e viene denominato *Li* (il risplendente, il luminoso); nei *wu xing* (Cinque Movimenti) lo troviamo a ovest. Si osserva quindi che dal Cielo Anteriore, al Cielo Posteriore per arrivare ai Cinque Movimenti, l'immagine trigrammatica di *yangming* ha graficamente rappresentato il movimento apparente del sole: est-sud-ovest. Ecco perché si dice che riunisce il "soffio", *qi*, è chiusura, quindi deve compiersi a ovest. L'energia dell'autunno si avverte attraverso la secchezza, *zao*. La sua azione consiste nell'equilibrare l'eccesso d'umidità: il figlio, metallo, sottrae energia alla madre, terra, e riduce l'entità delle secrezioni. Colpisce la parte alta del torace, l'organo d'elezione più sensibile è il polmone. Se l'energia *zao* (secchezza) diviene fattore cosmopatogeno, perché in eccesso o in carenza, vengono a essere interessate le prime vie respiratorie: naso, seni mascellari, seni frontali, faringe, laringe. Per eccesso di secchezza la bocca, la gola, la pelle, diventano secche, successivamente si possono esaurire i liquidi *jin* e il polmone può perdere la capacità di umidificazione, distribuzione e discesa.

Graficamente *yangming* è costituito da una *yao ji*, una *yao ou*, e una *yao ji*, codice binario 101.

Nel Cielo Anteriore è situato a est.

Taiyin



Il *taiyin* è il grande *yin*, grande inteso come quantità, l'inizio dello *yin*, la sua superficie, è la pelle della terra, e come essa traspira.

L'umidità, *shi*, è l'energia corrispondente al movimento terra, tende ad andare verso il basso e a stagnare, è definita "pesante e impura", quindi attacca prevalentemente la parte bassa del corpo procurando disturbi come gonfiori agli arti inferiori.

La sua caratteristica è quella di causare malattie che tendono a cronicizzare e si aggravano a ogni cambiamento di stagione.

L'organo più sensibile all'attacco dell'umidità, quando diventa energia perversa, è la milza.

Le manifestazioni *yin* di *shi*, comunemente si associano a energie cosmiche come il freddo e il calore dando vita a manifestazioni combinate quali freddo-umido o caldo-umido. Umidità come energia cosmica; dolce come sapore; controllano le corrispettive energie del movimento acqua, creando danni alle ossa: *bei* fissi, dolori articolari determinati dall'umidità stagnante nelle articolazioni; carie dentarie, diarrea chiara, schiumosa per eccesso di zuccheri.

Graficamente *taiyin* è costituito da due *yao ou* e una *ji*, codice binario 001.

Nel Cielo Anteriore è situato a nord-ovest.

Jueyin

絕陰



Lo *jueyin* è lo *yin* contratto, concentrato, fine degli *yin*, il battente della porta, si apre verso lo *yang*, dalla polarità negativa a quella positiva, dall'adrenenergia alla colinergia. Il vento, *feng*, è un'energia cosmica di tipo *yang*, ha effetti benefici sul fegato e vescicola biliare specialmente in primavera.

Attacca prevalentemente la parte alta del corpo, ed ha dei punti preferenziali di penetrazione, detti punti vento, punti finestra o finestre del cielo.

Il nostro corpo per i cinesi può essere rappresentato come un palazzo, per cui i punti attorno al collo, alla base del cranio, rappresentano le finestre più alte del palazzo, gli abbaini, i punti di entrata più esposti alla penetrazione delle energie perverse.

Feng è dotato di estrema mobilità, provoca movimenti anomali del tronco e degli arti, come tremori, spasmi e convulsioni, ma anche rigidità del tronco e della colonna. Quando si associa ad altre energie perverse può fare da vettore a queste e aumentarne l'aggressività.

La caratteristica di *feng*, è di provocare malattie caratterizzate da cambiamento dei sintomi, che vanno e vengono improvvisamente.

Graficamente *jueyin* è costituito da una *yao ou* e due *ji*, codice binario 011.

Nel Cielo Anteriore è situato a sud-ovest.

Shaoyin



Lo *shaoyin* è il perno degli *yin*, centro, è cerniera degli *yin*, è dappertutto, è l'asse acqua/fuoco, il più profondo, in relazione con il *taiyang* il più superficiale.

Il fuoco, *huo*, è l'energia cosmica che designa l'azione del calore al massimo grado. Quando diventa eccessivo invece di produrre *qi*, lo consuma. La dinamizzazione è la sua espressione. L'eccesso determina quadri clinici dovuti a consumo di liquidi e all'esaurimento della componente *yin* degli organi con liberazione di *yang*. Manifestazioni dalle più comuni alle più estreme possono essere: febbre, foruncoli, ascessi, malattie esantematiche, congiuntiviti; fino ad arrivare all'ansia, all'angina, al delirio, alla follia.

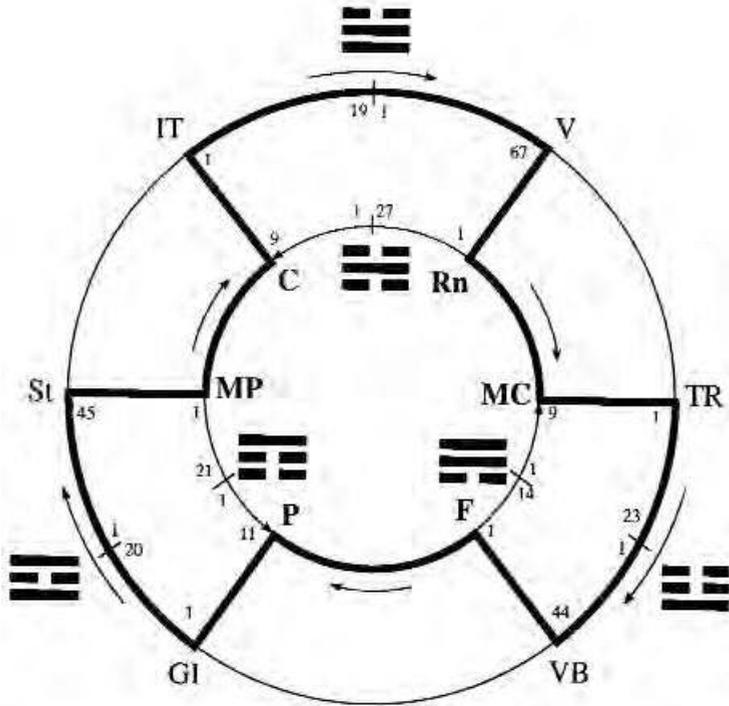
La tendenza di *yang* calore ad espandersi, e *yin* freddo a concentrarsi, permettono lo scambio e l'incontro *yin/yang* l'opposto genererebbe l'allontanamento quindi la morte.

Graficamente *shaoyin* è costituito da una *yao ou*, una *yao ji* e una *yao ou*.

Codice binario 010.

Nel Cielo Anteriore è situato a ovest.

Griglia energetica

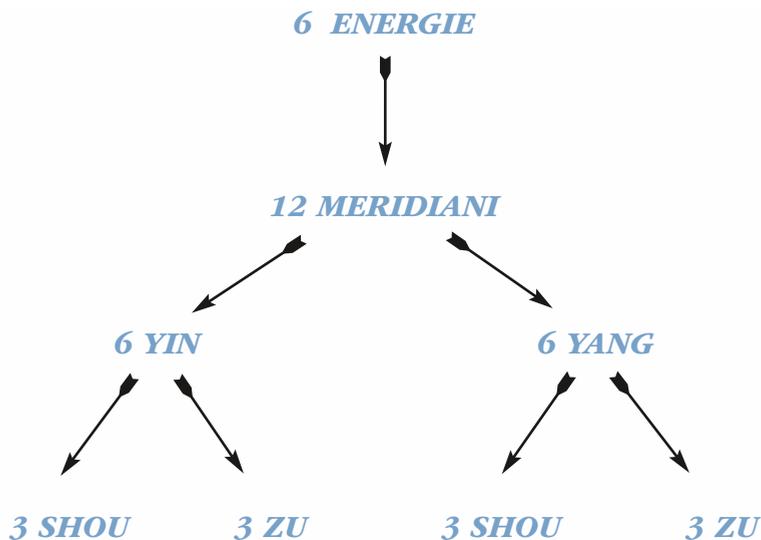


I meridiani

經絡

Come il cielo circonda la terra, così lo *yang* circonda lo *yin*: il cielo è *yang*, la terra è *yin*, il cielo è vuoto, la terra è piena. Le sei energie circolano nel nostro corpo attraverso il sistema dei *jingluo* (meridiani energetici) e rappresentano l'impalcatura energetica dell'organismo, la connessione tra il sistema corpo e il sistema cosmo. I percorsi dei *jingluo* sono considerati dai cinesi la "mappa del cielo" e costituiscono lo scorrimento preferenziale del *jing*. La traduzione/interpretazione degli ideogrammi *jingluo* è "cammino a rete". Davanti ai due caratteri è sempre presente l'ideogramma radicale che significa "filo di seta". Il tratto di sinistra indica due bozzoli di bachi da seta da cui fuoriescono preziosi fili, ciò suggerisce l'idea di sottile e resistente, sotto e situato lo strumento usato in passato per annodare e creare un filo più resistente, a destra una corrente d'acqua sotterranea e un uomo che cerca di percepirla il flusso. *Jing* indica quindi la trama di un tessuto, una rete d'animazione percettibile ma non visibile, ma anche la strada tracciata da sud a nord, regola costante e immutabile, libri canonici, governare. In occidente è stato tradotto con meridiano e significa "ordito", *luo* indica i canali collaterali e significa "trama". La parola meridiano non è accettata di buon grado da tutti i sinologi, però se l'associamo alla sua omologa utilizzata per definire le differenti aree del globo, la determinazione dei fusi orari, la navigazione e l'identificazione delle aree geografiche diviene ab-

bastanza aderente a ciò che i cinesi intendono con *jing luo*. Meridiani e paralleli geografici e meridiani energetici hanno in comune il fatto d'assolvere funzioni virtuali. Nella lingua cinese esiste una gran quantità d'ideogrammi omofoni: si pronunciano in maniera simile, ma si scrivono differentemente, pertanto acquistano valenze e significati diversi, frequentemente simili o assimilabili analogicamente tra loro. Per esempio l'ideogramma *jing* può significare anche cammino, come può esserlo la "grande muraglia cinese": una strada percorribile, ma che separa due territori, quindi qualcosa che unisce ma allo stesso tempo separa. *Jing* può essere anche un canale d'acqua navigabile che ancora unisce e separa allo stesso tempo. Per quanto antica sia la teoria dei meridiani, attraverso lo studio dei testi di Mawangdui, località vicina a Changsha, capoluogo della provincia dell'Hunan, nella Cina centrale, si desume che ancora nel periodo degli "Stati Combattenti" (476-222 a.C.) erano in fase d'elaborazione. I testi più antichi che parlano di meridiani e *moxa* sono: *Zubi Shiyimai Jiujing* (Libro della *moxa* secondo gli undici canali del piede e del braccio) e *Yin Yang Shiyimai Jiujing* (Libro della *moxa* secondo gli undici canali *yin/yang*). Il sistema dei meridiani, *jingluo*, è inserito nella più ampia classificazione dei *jingmai*, che designa i meridiani principali e secondari. Ai nomi propri dei meridiani si associano quelli corrispondenti a organi e visceri, in realtà essi hanno un'autonomia che si manifesta attraverso la modulazione d'importanti movimenti d'energia. I percorsi dei meridiani che prendo in considerazione sono solo quelli superficiali, essi ne hanno anche uno interno, ma non è obiettivo di questo testo il loro approfondimento, per il quale rinvio allo studio di testi specifici.



I dodici meridiani per scopo didattico sono divisibili in:

6 yin e 6 yang

I termini *yin* e *yang* in questa circostanza sono riferiti alla logica spaziale della distribuzione dei meridiani sul corpo, e non sono riferiti alla natura delle energie che li percorrono, infatti *taiyang* è il massimo *yang* in riferimento alla posizione più esterna, mentre l'energia prevalentemente contenuta è il freddo, *yin*. Come esempio si può portare la parte più esterna del pianeta, le montagne, che sicuramente sono il luogo dove il freddo è maggiore. Analogicamente nello *shaoyin*, più profondo rispetto alla posizione, l'energia prevalentemente contenuta è il fuoco *yang*, come centro della terra dove la temperatura è più alta. I meridiani principali e secondari sono inseriti nella classificazione dei *jingmai*, che designa i meridiani principali.

3 shou e 3 zu

La parola *shou* indica mano e per estensione arto superiore. *Zu* significa piede e il suo significato si estende all'arto inferiore

i meridiani yin

Iniziano dalle dita dei piedi, ad eccezion fatta per lo *zu shaoyin* che inizia dal centro della pianta del piede, provengono dal centro della terra, portano l'energia calore del fuoco, il fuoco per sua natura tende a salire, raggiungono il torace *yin* relativamente alla testa *yang*, al torace cambiano denominazione: da *zu* a *shou* e terminano il loro percorso sulle dita delle mani, il loro percorso è sintetizzabile in piede-torace-mano.

i meridiani yang

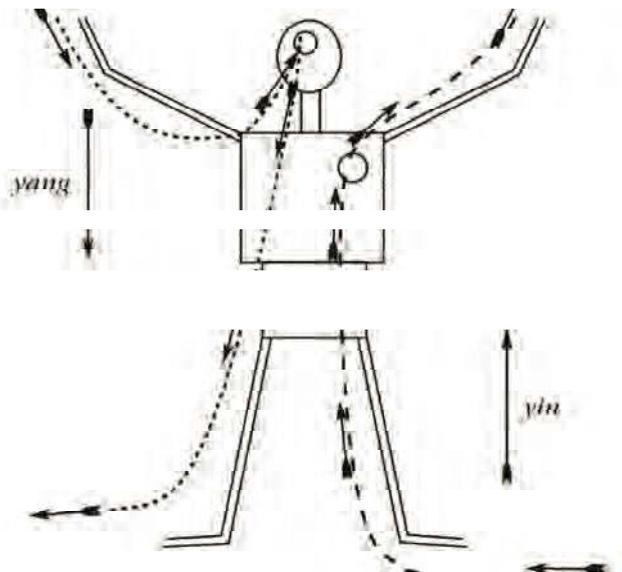
Iniziano dagli angoli ungueali delle dita delle mani, provengono dal cielo, portano l'energia freddo dell'acqua, l'acqua per sua natura tende a scendere, raggiungono la testa *yang* relativamente al torace *yin*, qui cambiano denominazione: da *shou* in *zu* e terminano il loro percorso sulle dita dei piedi, hanno un percorso sintetizzabile in mano-testa-piede.

Nelle **mani** e nei **piedi** si ha il **cambio di polarità**: da *yin* a *yang* o viceversa.

Nella **testa** e nel **torace** si ha il **cambio di denominazione**: da *shou* a *zu* o viceversa.

I meridiani *yin* sono in relazione con il *renmai*, meridiano che percorre centralmente, anteriormente l'addome, il torace; e i meridiani *yang* con il *dumai*, i meridiani straordinari *chong*, *dai*, *wei* e *qiao*, prendono a prestito punti da quelli principali.

A livello dei meridiani principali esiste una circolazione generale, ciclica, che ha inizio e termine nella zona toracica. Il ciclo energetico inizia nel triplice riscaldatore medio, ramo interno del meridiano del polmone, si distribuisce nella regione toracica, giunge a gli arti superiori, ritorna al torace, sale alla testa, scende lungo la schiena fino alle estremità inferiori, risale attraverso la faccia interna delle gambe e delle cosce fino al torace dove il circolo termina per poi ricominciare. Il passaggio dal *cielo anteriore*, mondo delle potenzialità, al *cielo posteriore*, mondo della realtà, così come lo percepiamo, avviene per la presa di forma del corpo, espressione che coinvolge il polmone.



Primo ciclo

Inizia con lo *shoutaiyin*, polmone, che dal torace giunge alla mano, dove l'energia passa nel secondo meridiano, lo *shouyangming*, grosso intestino, raggiunge il viso dove inizia *zuyangming*, stomaco, che scende fino al piede, qui cede la *qi* allo *zutaiyin*, milza-pancreas che risale fino al torace.

Secondo ciclo

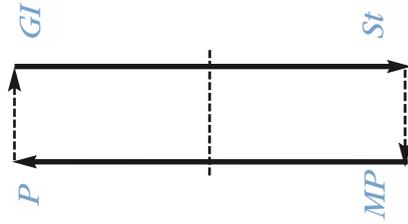
L'energia passa allo *shoushaoyin*, cuore, dal torace fino alla mano, dove passa nello *shoutaiyang*, intestino tenue e giunge alla testa. Qui avviene il cambio di denominazione e passa nello *zutaiyang*, vescica, raggiunge il piede, dove penetra nello *zushaoyin*, rene, per risalire verso il torace.

Terzo ciclo

Il *soffio* penetra nello *shoujueyin*, maestro del cuore dal torace passa alla mano dove passa allo *shoushaoyang*, triplice riscaldatore, alla testa entra nello *zushaoyang*, vescica biliare, e scende di nuovo fino al piede per risalire con lo *zujueyin*, fegato per ricominciare un nuovo ciclo dal polmone.

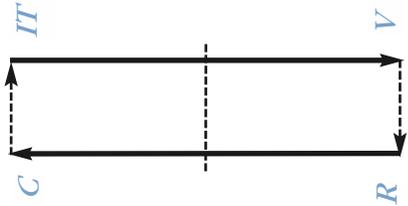
Primo ciclo

Shoutaiyin P
 Shouyangming GI
 Zuyangming St
 Zutaiyin MP



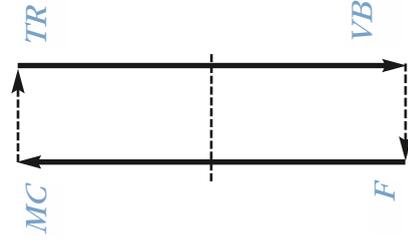
Secondo ciclo

Shoushaoyin C
 Shoutaiyang IT
 Zutaiyang V
 Zushaoyin R



Terzo ciclo

Shoujueyin MC
 Shoushaoyang TR
 Zushaoyang VB
 Zujueyin F



La parte alta del nostro corpo elettricamente è caricata positivamente, relativamente alla parte bassa che è caricata negativamente, l'anteriore è negativa rispetto alla posteriore, e così di seguito anche per gli arti: negativa l'area mediale e positiva l'esterna, confermando la semantica cinese relativa alla dislocazione dei meridiani *yin/yang*. Nella descrizione anatomica il corpo è sempre descritto in decubito dorsale, supino, a pancia in su, che dir si voglia. La schiena della quale prediamo in considerazione l'asse rachidiano, come zona di riferimento, è la parte di potenzialità positiva più alta, più *yang*; la parte anteriore del corpo quindi è l'area di potenzialità positiva più bassa, più *yin*, la più negativa.

Nella topografia anatomica gli arti superiori sono presi in considerazione con le braccia che poggiano sulle loro facce esterne e i palmi delle mani aperti, gli arti inferiori dritti con le rotule in alto. Le braccia poggiano la parte esterna, il bordo interno mediale è più vicino alla linea mediana posteriore del rachide. Dividiamo il braccio con un piano immaginario orizzontale, la parte alta è di polarità negativa, *yin*, ed è interessata dai meridiani *yin shou*. *Yin* è contratto, piccolo, i tre meridiani presi in considerazione occupano uno spazio relativamente limitato. I tre meridiani *yang* sono dislocati rispettivamente sulle restanti aree mediane ed esterne, zone più estese del lato interno.

Gli arti inferiori poggiano sulla faccia posteriore, quindi il bordo posteriore della faccia esterna è il più vicino alla linea assiale posteriore di più alta potenzialità.

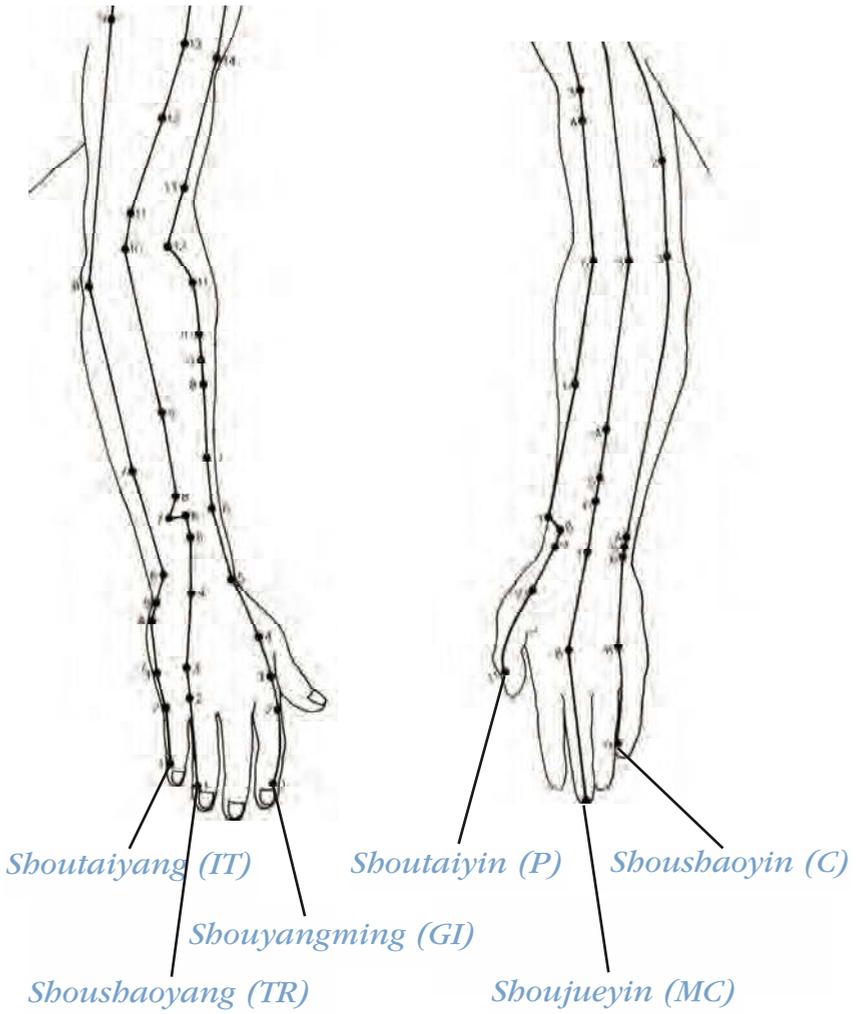
Sistematizzati graficamente gli *yang*, i restanti meridiani *yin* occupano le posizioni opposte come chiaramente si evidenzia dalla grafica: *taiyang/tai yin*, *yang ming/shao yin*, *shao yang/jue yin*.

La giornata cinese è divisa in dodici cicli, ognuno corrispondente a due delle nostre ore. Dodici meridiani principali, ventiquattro ore in un giorno, ogni meridiano ha due ore che gli sono particolarmente riservate.

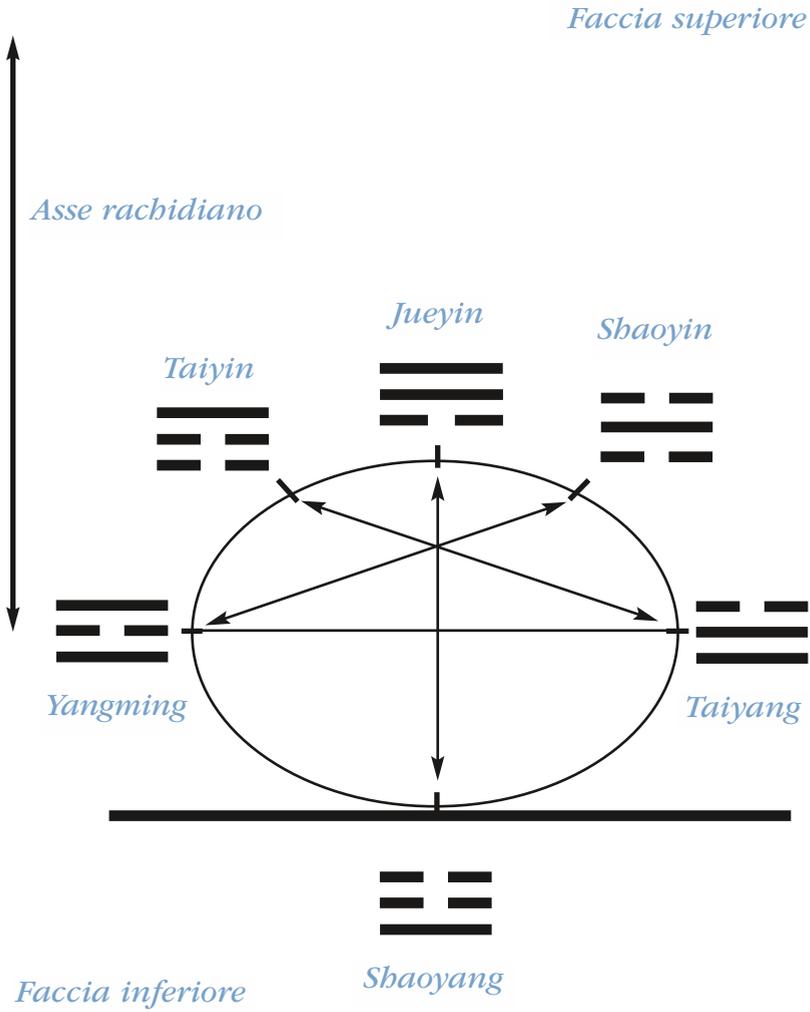
I cicli iniziano e finiscono al torace da dove si distribuisce il *soffio* ed è qui che avvengono gli scambi respiratori.

Nel petto risiede il cuore che fa circolare il sangue ed è la sede della ritmicità.

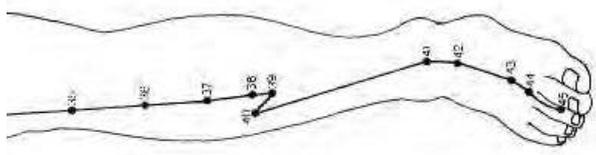
Meridiani arto superiore



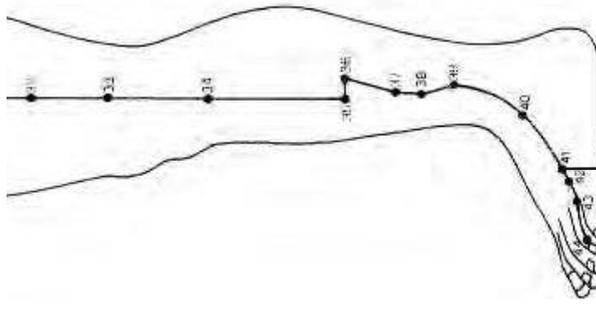
Meridiani arto superiore



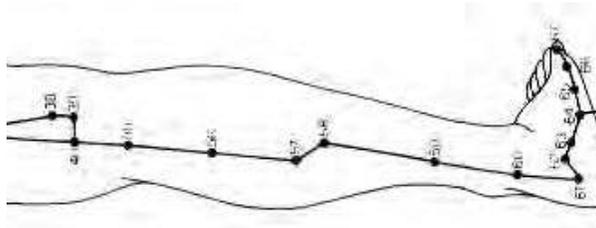
Meridiani arto inferiore



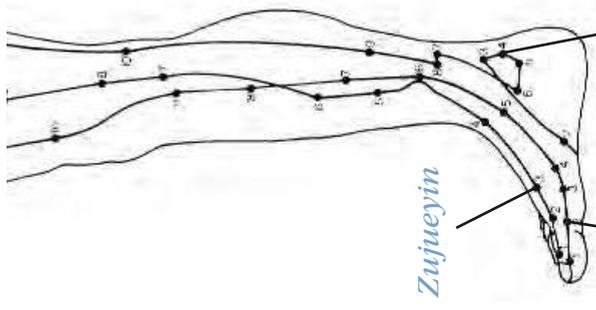
Zuyangming



Zusbaoyang



Zutaiyang

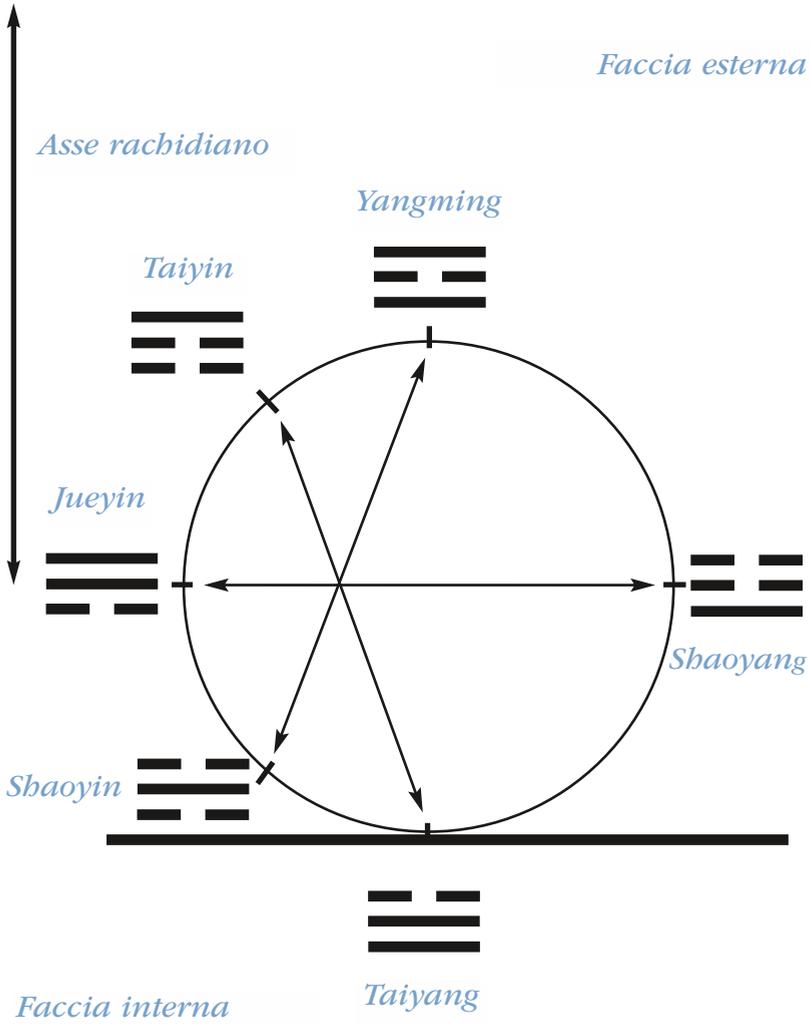


Zujueyin

Zusbaoyin

Zutaiyin

Meridiani arto inferiore



Meridiani e paralleli

I percorsi dei meridiani con i loro punti sono come una mappa stradale, per ben utilizzarli è necessario conoscerli e interpretarli correttamente. Rappresentano strade principali, stradine, ponti, tunnel, sopraelevate, incroci, semafori. Saper tracciare la strada più corta o la meno trafficata è la maniera per ottenere i risultati migliori.

L'urbanistica ha le sue regole, una città si può sviluppare attorno a un centro e avere una mappa stellare, come Parigi con l'Arco di Trionfo, Torino con una divisione a scacchiera, Milano con strade distribuite in cerchi concentrici.

Conoscere il territorio e la sua ripartizione permette di muoversi abilmente da un punto all'altro della città, di stabilire le distanze e seguirne i percorsi.

I cinesi furono i primi a percepire e connotare una certa quantità di punti sensibili e terapeuticamente efficaci. Solo con il passare dei secoli, attraverso un costante studio, catalogazioni e verifiche si è venuto a creare gradualmente, quel complesso sistema energetico che oggi chiamiamo "agopuntura".

Molti praticanti odierni si ritengono agopuntori mentre in realtà sono solo degli appuntaspilli, paragonabili ai "medici scalzi", che utilizzano i punti d'agopuntura come punti riflessi. Non conoscono la differenza che passa tra agopuntura, punti riflessi e riflessologia. Mettono aghi sui punti d'agopuntura senza respirarne l'essenza energetica e ignorano i postulati riflessologici. Sono terapisti solo sintomatici, se tutto va bene. I punti sono utilizzati singolarmente, al meglio infilati lungo il percorso di un meridiano.

Se si allarga lo sguardo, se si cerca di vedere aldilà di ciò che appare, ci si rende subito conto che i rapporti tra i meridiani e i loro punti, sembrano essere fili e nodi della rete di un pescatore dove i punti d'incrocio generano immagini d'interazioni sinaptiche.

Meridiani e punti sono uniti tra loro verticalmente e orizzontalmente da un'invisibile rete energetica/elettrica, identificabile attraverso punti e percorsi di bassa resistenza elettrica e alta conducibilità. I punti sono facilmente individuabili alla semplice palpazione, con una minima attitudine alla percezione e all'ascolto.

I meridiani, come comunemente sono presentati, percorrono il nostro corpo verticalmente e quasi parallelamente gli uni agli altri.

Osservandoli nel loro insieme ci si rende subito conto per esempio che a livello toraco-addominale lo *zushao-yin*, rene, è sulla verticale, elettrica, energetica e anatomica, che da R22 passa a *zuyangming*, stomaco con St19 e seguenti.

Zuyangming, St18 è sulla verticale che unisce F14 e MP16 fino a MP13.

I punti P1 e P2, MP20, MP19, MP18 e MP17 sono sulla verticale passante per F13.

Tra i meridiani è riscontrabile una relazione che li unisce anche orizzontalmente, sulle stesse linee intercostali passano per esempio:

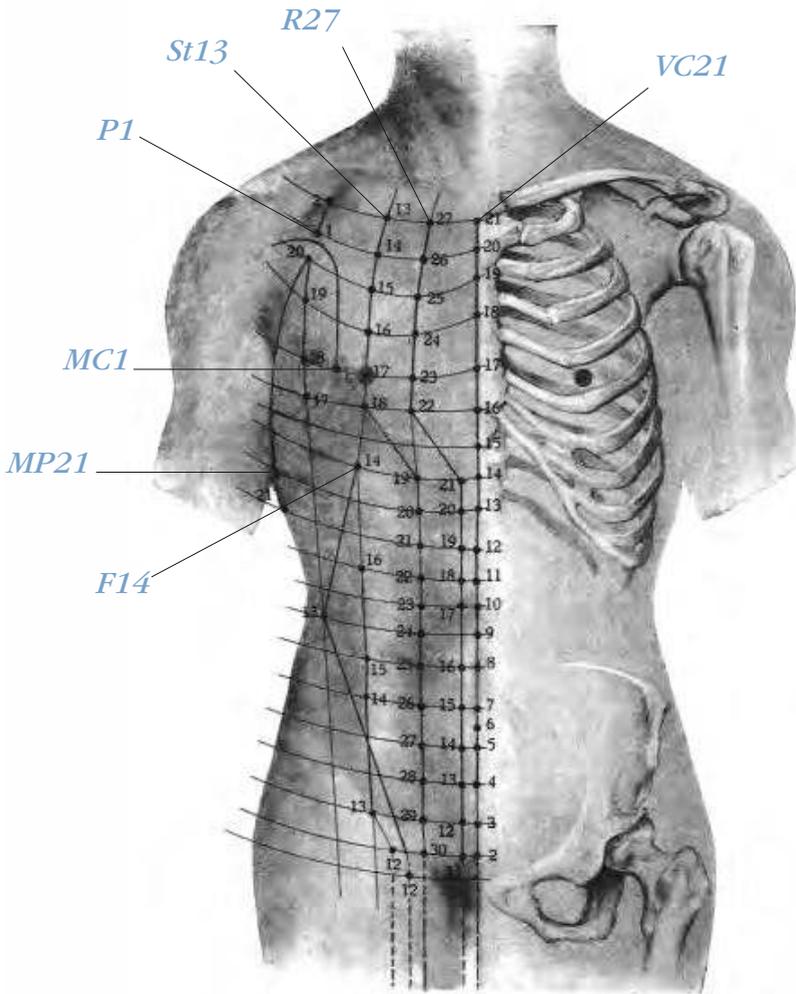
P2, St13, R27 e VC21;

P1, St14, R26, VC20;

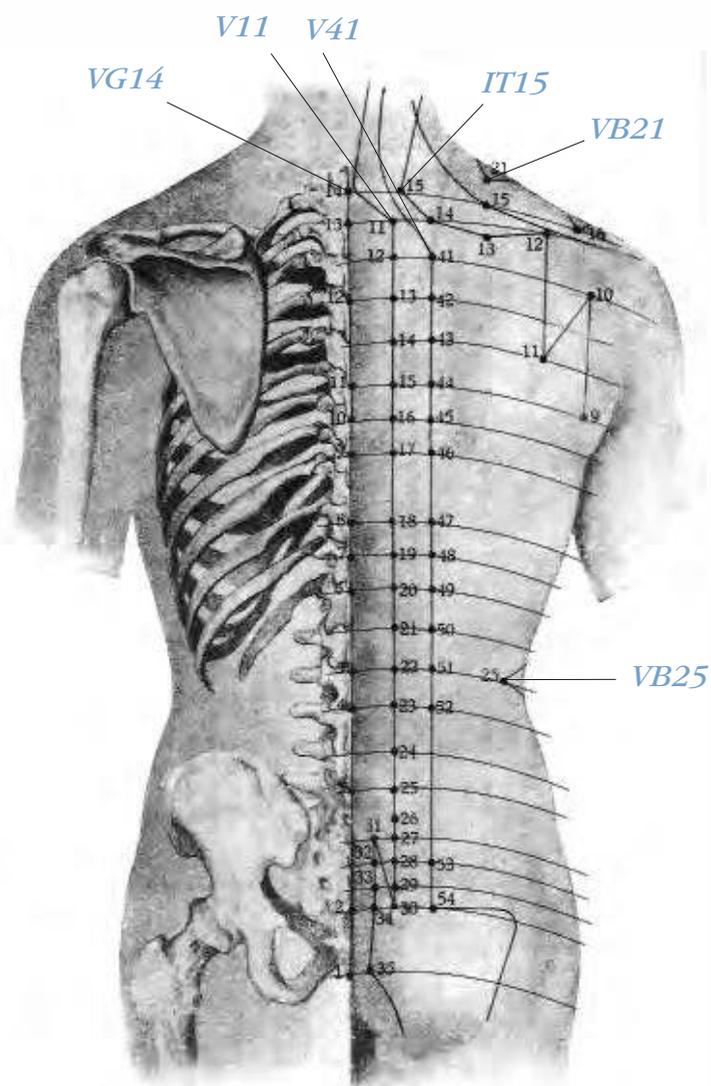
MP18, P1, St17, R23 e VC17.

Le stesse relazioni si verificano anche dorsalmente.

Percorsi meridiani
area toraco-addominale



Percorsi meridiani
area dorso-lombare



Punti anatomici torace addome

VC21 sotto la clavicola, R27, St13, P2.

VC20 I° spazio intercostale, R26, St14, P1.

VC19 II° spazio intercostale, R25, St15, MP20.

VC18 III° spazio intercostale, R24, St16, MP19.

VC17 IV° spazio intercostale, R23, St17 capezzoli, MC1, MP18.

VC16 V° spazio intercostale centro dello sterno, R22,

St18 linea mammellare, MP17.

VC14, R21, St19, F14.

VC13, R20, St20.

VC12, R19, St21, MP21.

VC11, R18, St22.

VC10, R17, St23, MP16.

VC9, St24, F13.

VC8, R16, St25, MP15.

VC7, R15, St26, MP14.

VC5, R14, St28.

VC3, R12, St29, F13.

VC2, R11, St30, MP12.

F12.