

Per la Medicina Classica Cinese, la realizzazione del Sé, corrisponde al concetto di empatia secondo la visione Victor Frankl, ispiratore di Kohut, affermando che solo se le Virtù, definite Permanenze, sono attive e non perturbate che sarà possibile empatizzare con l'altro. In altre parole occorrerà che lo Zhi del Rene detti la saggezza, lo Hun del Fegato l'umanità, lo Yi della Milza la fiducia, il Po del Polmone il senso del dovere e lo Shen del Cuore la perspicacia per solidazzare con gli altri oltre che con noi stessi, in una danza empatica che garantisce conservazione e ripristino della salute. Per essera ancora più chiari, fra equilibrio e disquilibrio delle Ben Shen, vediamo la sottostante tabella con pregi (equilibrio) e difetti (disequilibrio), ricordando, per quanto riguarda la elazione con i neuroni specchio, che sia Sun Si Miao¹ che Li Shi Zhen² è nel Cervello che collocano l'autentico Shen:

Ben Shen	Pregio	Difetto
Zhi	Saggezza e Progettualità	Avversione. Tristezza, Cupidigia
Shen	Riflessione e Bontà, Amicizia, Amore	Paurosità, Spietatezza
Yi	Gioia, Imparzialità, Fiducia, Santità	Egoismo, Rancorosità, Idiozia
Po	Prestigio, Dirittura Morale, Saldezza, Senso del Dovere	Collera, Ingiustizia
Hun	Gioia, Bontà, Cmpassione	Ruberia, Dissimulazione, Mendacità.

La ricerca del Sé è pertanto il modo con cui comprendiamo che il nostro profondo funziona e che la nostra crescita progredisce, attraverso quei "Soffi costitutivi" che ci garantiscono:

¹ Corradin M., Di Stanislao C.: Lo Psicismo in Medicina Energetica, Ed. AMSA, L'Aquila, 1995.

² Di Stanislao C., De Berardinis D., Corradin M.: Visceri e Meridiani Curiosi, Ed. CEA, Milano, 2012.

- Zhi → Sicurezza
- Hun → Assertività
- Shen → Amore
- Yi → Amicizia
- Po → Fiducia



L'autentica crescita, pertanto, è crescita spirituale attraverso la realizzazione delle "vocazioni" delle Ben Shen che, secondo il Taoismo, permette di raggiungere le Tre Purezze *Sānqīng*: *Yùqīng* 玉清 (Purezza di Giada³), *Shàngqīng* 上清 (Alta Purezza⁴) e *Tàiqīng* 太清 (Suprema Purezza⁵) che secondo il capitolo Taiqing

³ Rappresenta lo Shen, nel taoismo si chiama anche Wu Wei, il non agire, la non ragione, il non impegno. Yu Qing è la Purezza Superiore, la sfera Spirituale per eccellenza, è chiamato anche "Purezza di Giada" perché la giada è simbolo di eternità. Quando si entra in contatto con questo livello non si hanno più impegni, compiti, lezioni da completare, non esiste l'idea di solitudine anche quando si sta soli.

⁴ Rappresenta la comunicazione del Cuore-Rene, l'intenzione del Cuore. Il Cuore contiene l'idea di eternità. Quando qualcuno muore si perde il Po di questa persona, ma in realtà l'essenza di chi non c'è più non si perde comunque mai, rimane nel nostro Cuore. Per questa ragione i cinesi dicono che di fronte alla scomparsa di qualcuno non bisognerebbe mai dire: "mi dispiace, lo abbiamo perso". Si comunica al di là del luogo fisico, in un luogo che non è emotivo o intellettuale e che esprime la comunicazione Cuore-Rene. Shang Qing viene anche definito "piccolo Shen" ed esprime la possibilità di dare un senso alla vita; rappresenta il livello mentale, o anche "causale", attiva un processo di intenzionalità. Nei testi religiosi si dice che Tai Qing è il luogo degli Dei, degli immortali. Ma anche della fantasia, dell'immaginazione che trascendono il tempo e lo spazio. E' la sfera del sogno. Shang Qing è yang rispetto a Tai Qing che è yin, Shang Qing è rappresentato dalla luce, corrisponde alla capacità di guardare la vita alla luce del presente. Il tempo è il contenitore dei compiti del Cuore ed il Cuore è il sovrano assoluto, ed in un determinato tempo porta a compimento le proprie intenzioni, conquista i territori della vita. Shang Qing è il campo dell'intenzione del Cuore e permette di unire diversi individui che hanno delle affinità tra loro, degli stessi scopi. I cinesi riassumono questi concetti con: "attraete la realtà che è stata creata dalla vostra stessa realtà". La vibrazione che si crea intorno a sé attrae individui con sentimenti, emozioni simili. Questo ambito è avulso dall'idea di competizione.

⁵ E' legato all'attività degli organi di senso ed è anche chiamato "corpo aureo", "corpo plasmatico, eterico". A questo livello appartiene il De di De Ching; De significa virtù, ma anche manifestazione. E' il livello della polarità, del desiderio. Tai Qing è il luogo legato al Polmone che crea l'energia plasmatica ed al Rene che lo accoglie per dare origine al Po (relazione Polmone-Rene).

Esiste una gerarchia degli organi di senso, così il gusto e l'olfatto sono ritenuti fondamentali per la sopravvivenza; la parola, la vista e l'udito sono considerati secondari. Anticamente si praticavano riti di purificazione attraverso il digiuno per far riposare le papille gustative, e metodi respiratori per diminuire la stimolazione olfattiva. Anche nella pratica del Qi Gong esistono esercizi, come spostare la lingua verso la radice del palato, atti a ridurre la stimolazione delle papille gustative: Questo esercizio ha effetti anche sulla stimolazione olfattiva, riducendola. L'idea che sottostà a queste pratiche è anche quella, diminuendo gli stimoli sensoriali, di ridurre le tentazioni, i desideri.

Quando Tai Qing non è armonico lo Shen si altera e possono comparire disturbi percettivi di varia entità fino a stati allucinatori propri delle sindromi psicotiche. Tai Qing è l'aspetto spirituale che tenta di entrare nel corpo per esaudire i propri intenti. Siamo nell'ambito della polarità yin-yang, del giudizio. Tai Qing rappresenta, oltre all'apparato sensoriale, la dimensione immaginativa. Le percezioni provengono dallo Hun, rappresentano il riflesso del buio che si coglie nell'atto del chiudere gli occhi, come se si spegnesse il sole e la luna. Il punto GB24, che si chiama sole-luna tratta le

(Grande Purezza), basato sul Taiqing Jing e altri testi del Daozang (道藏), sono il risultato di un lavoro su di noi che alimenta il Sangue (veicolo dello Shen) e attraverso questo la Yingqi (vera Energia Nutritiva, facendo percepire la compassione che, assieme alle pratiche respiratorie e alchemiche, dietetiche e contemplative permette di raggiungere l'estasi, instaurando una conoscenza nuova che ci sottrae al dolore ed alla morte arrivando ad annullarci nel "Principio Atemporale"⁶. Il Dao De Jing 道德經, nel cap. 67, recita⁷:

*"Ho solo tre cose da insegnare:
semplicità, pazienza, compassione.
Questi sono i tre tuoi più grandi tesori.
Semplicemente nelle azioni e nei pensieri,
tu ritorni alla fonte dell'essere.
Paziente sia con gli amici sia con i nemici,
tu ti concili con il senso delle cose.
Compassionevole verso te stesso,
riconcili tutti gli esseri del mondo"*

Nella visione taoista, semplicità e pazienza vanno di pari passo con la compassione e, questa, è il terzo e più alto valore morale, tradotto spesso come amore, sicché, comprendendo le sofferenze degli altri, gioiamo a noi stessi, scogliendo le nostre sofferenze⁸. Nel suo libro più celebre, il Bèi Jí Qiān Jīn Yào Fāng 备急千金要方, Su Si Miao, medico formatosi sui principi del confucianesimo e il buddismo Mahayana, in particolare sul concetto di compassione universale e di amore, scrive che ogni volta che un medico cura una malattia, deve prima di tutto calmare il suo spirito e fissare la sua determinazione. Non deve cedere il passo ai desideri e desiderati, ma deve sviluppare prima di tutto un atteggiamento di compassione. Egli deve impegnarsi per le sofferenze di tutti gli esseri senzienti. Se qualcuno entra per chiedere aiuto, egli non deve chiedere se il paziente è nobile o comune, ricco o povero, giovane o vecchio, bello o brutto. I nemici, parenti, amici buoni, cinese o barbari, sciocco e saggio, sono tutti uguali. Si dovrebbe pensare a loro come i suoi più stretti parenti. Non deve essere eccessivamente prudente e preoccuparsi di presagi o la propria vita. Si deve guardare sulle sofferenze altrui come fossero proprie ed esserne, quindi, profondamente preoccupati. E conclude questa lezione sull'atto medico come atto empatico scrivendo: "Chi agisce in questo modo è un grande medico per i vivi. Chi agisce in modo contrario è un ladro per coloro che hanno ancora i loro spiriti"⁹. Va ora chiarito, però, che anche se simili, empatia e compassione non sono concetti e modalità identiche, come non identici sono i concetti e le funzioni delle Wu Bao note come Shen e come Sangue. Per essere molto chiari, è da ritenersi che mentre il completamento del cammino dello Shen dallo Zhi al Po come visto in precedenza, doni all'individuo la capacità di empatizzare con gli altri avendo capitato il "Sé", è solo la perfetta funzione del Sangue e quindi della Yingqi a permettere la compassionevole azione di chi voglia dare se stesso per aiutare chi è ammalato o in difficoltà¹⁰. Il primo processo è quello detto dei "Sette Po" e dei "Tre Shen", che si realizza attraverso il Ren Mai ed il Du Mai e consente allo spirito di elevarsi passando dall'amore per se a quello per gli altri fino all'amore universale (da eros a philos ad agape)^{11 12}. Il secondo, invece, ha a che fare con la successione dei Luo Longitudinale, entro cui circolano Sangue ed Yingqi, che consentono la crescita attraverso una progressiva relazioni con gli altri. Com'è noto,

difficoltà che risuonano a livello del Tai Qing come e che si manifestano a livello psicologico come il far finta di non capire la realtà, perché questa provoca paura.

⁶ Komjathy L.: Handbooks for Daoist Practice. Vol 10, Ed. Yuen Yuen Institute, Hong Kong, 2008.

⁷ Boltz W.G.: Lao tzu Tao te ching. In Early Chinese Texts: A Bibliographical Guide, edited by Michael Loewe; Ed. University of California, Institute of East Asian Studies, Berkeley, 1993.

⁸ Kaltenmark, M.: Lao Tzu and Taoism. Ed. Stanford University Press, Stanford, 1969.

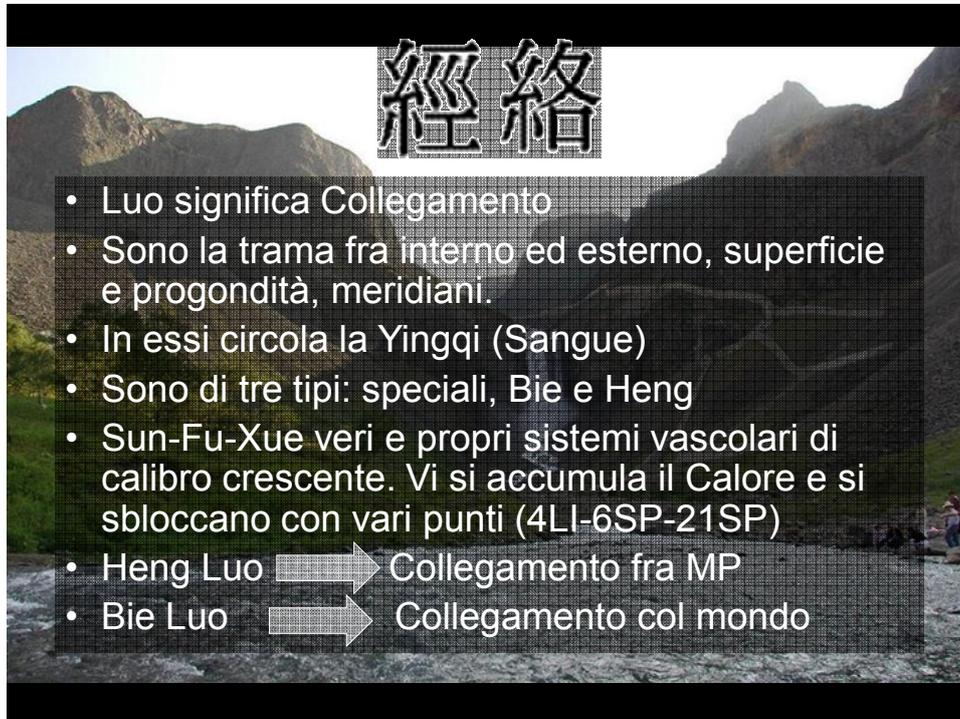
⁹ Unschuld P.U.: Medicine in China: Historical Artifacts and Images, Ed. Prestel Verlag, Munich, 2000.

¹⁰ Brotzu R., Di Stanislao C.: Il senso dell'atto curativo nell'evoluzione spirituale dello Shen. Interpretazione delle modalità di guarigione nella Medicina Classica Cinese, http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo_2005/Evoluzione_Shen.htm, 2005.

¹¹ Simongini E., Bultrini L.: L'ottava lezione. I disturbi dello Shen: lo psichismo in Medicina Classica Cinese, Ed. Xinshu, Roma, 2008.

¹² Brotzu R., Di Stanislao C.: Qualche momento di riflessione su: "Il Segreto del Fiore D'oro", Cineserie, (www.agopuntura.org), 2003.

attraverso gli insegnamenti del Maestro Yuen, ci siamo formati nella convinzione che i Luo abbiano le seguenti caratteristiche e funzioni^{13 14}:



I Luo Longitudinali, che sono 15, si dividono in quattro gruppi fondamentali, con ruoli e funzioni diverse:

- I primi quattro (Polmone, Grosso Intestino, Stomaco, Milza) sono legati alla sopravvivenza e alla scoperta di se.
- I secondi quattro (Cuore, Piccolo Intestino, Vescica e Rene) alle interazioni con l'esterno
- Il terzo quartetto (Ministro del Cuore, Triplice Riscaldatore, Vescica Biliare e Fegato) per il completamento della personalità
- Gli ultimi tre (di Ren Mai, Du Mai e il cosiddetto Grande Luo della Milza) per portare e donare se stessi agli altri e, attraverso questo atto empatico, accedere a più alti livelli di conoscenza, consapevolezza e realizzazione.

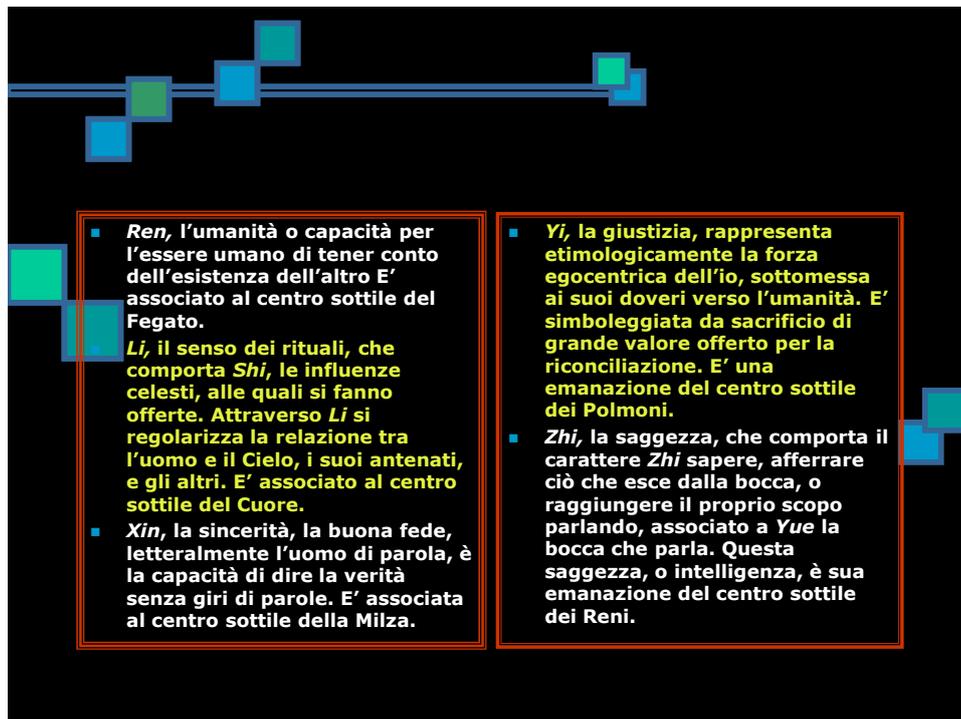
Ora va chiarito che quella cinese, al pari della cultura cristiana (o ebraico-cristiana) ci dice che il perdono rende capaci di amare e di crescere, riconciliarsi con gli altri, curare lo spirito e il corpo. Nel pensiero classico taoista e buddista e nello sviluppo sincretico Chan e Zen, il perdono è sorgente di guarigione: guarisce infatti le ferite provocate dal risentimento, rinnova le persone, i matrimoni, le famiglie, le comunità, la vita sociale ed è il primo passo per produrre quel completamento degli Shen e quella "purificazione" del Sangue necessari ad empatia e compassione¹⁵. Secondo il dettato del pensiero classico cinese, il perdono è rinuncia al risentimento e, pertanto, è dare innanzi al giudizio. Per i contenuti classici del pensiero cinese, il dare effettivo è quello effettuato con amore. Questo amore, vocazione del Cuore del suo Ministro e, pertanto, dello Shen, è stato spesso descritto nelle religioni orientali come armonia perfino nella discordia. Il vero amore verso l'altro è incondizionato, non ha

¹³ Corradin M., Di Stanislao C.: Il Massaggio della Vita. I Meridiani Luo, Ed. I D'O, S. Nicolò a Tordino (TE), 2011.

¹⁴ Simongini E., Bultrini L.: Le Lezioni di Jeffrey Yuen – Volume II – Meridiani Luo, Ed. AMSA, Roma, 2000.

¹⁵ Yu-Lan F.: Storia della filosofia cinese, Ed. Mondadori, Milano, 1990.

alcun "perché". L'amore abbraccia aspetti quali la compassione, il servizio, l'amicizia e la cooperazione. L'amore non è un luogo al quale arrivare, bensì il luogo dal quale si proviene¹⁶. Il perdono è l'accesso all'amore, il raggiungimento del perfetto fluire del Qi, la realizzazione del movimento di espansione del Cuore, il completo raggiungimento dello scopo dello Shen¹⁷. Anche l'altra filosofia cinese, il Confuciamnesimo, è d'accordo e sottolinea, in tal senso, che l'amore è l'espressione più alta dello spirito e la realizzazione della Legge¹⁸. Ma è soprattutto il taoismo con Ge Hong¹⁹ a dirci che solo realizzando le virtù dei nostri Organi che si può davvero accedere all'amore per se e per gli altri, secondo il principio che collega le Ben Shen alle virtù:



Sotto il profilo Meridiano, la realizzazione del Sé corrisponde al percorso del Meridiano del Ministro del Cuore²⁰, sede elettiva dello Shen.

I Nove punti rappresentano i 9 cardini da superare per la comprensione e realizzazione del nostro Io:

1 PC – Tian Qi – Raccolta dell'acqua del cielo, vuole rappresentare il raccolto del nutrimento (acqua) che proviene dal cielo, ma può essere interpretato come un punto di raccolta delle lacrime (acqua) dell'anima (cielo)

2 PC – Tian Quan – Fontana del cielo, le lacrime vengono fatte sgorgare in modo da poterle rivivere e assaporarle

¹⁶ Villani P.: Introduzione al Pensiero Orientale, Ed. Città del Sole, Napoli, 1998.

¹⁷ Sfiligoi N.: Il dao della medicina. Filosofia, religione e scienza della medicina del XX secolo, Ed. La Goliardica, Bologna, 1999.

¹⁸ Leboyer F.: Confucius. Kong Fu Zi. Kon Fu Tseu, ed. Luni, Milano, 2014.

¹⁹ Caspani F.: Cronologia del pensiero medico sinense. Elenco degli Autori e delle Opere,

http://www.agopuntura.org/html/mandorla/rivista/numeri/Marzo_2002/Cronologia_pensiero_medico_sinense.htm, 2002.

²⁰ Di Stanislao C., Brotzu R.: Manuale Didattico di Agopuntura, Ed. CEA, Milano, 2008.

3 PC – Qu Ze – La musica dell’acqua stagnante , occorre imparare ad ascoltare i nostri traumi e le nostre sofferenze per poterli superare.

4 PC – Xi Men –Punto di apertura della sofferenza, occorre dopo aver ascoltato e conosciuto il nostro dolore sbloccarlo e andare a scavare a fondo per affrontarlo in profondità.

5 PC – Jian Shi – è lo spazio che divide il riemergere di certe manifestazioni, dobbiamo imparare a non ricadere sempre nei nostri errori per non soffrire e ogni errore e fuga dalla sofferenza si manifesta con una sofferenza fisica.

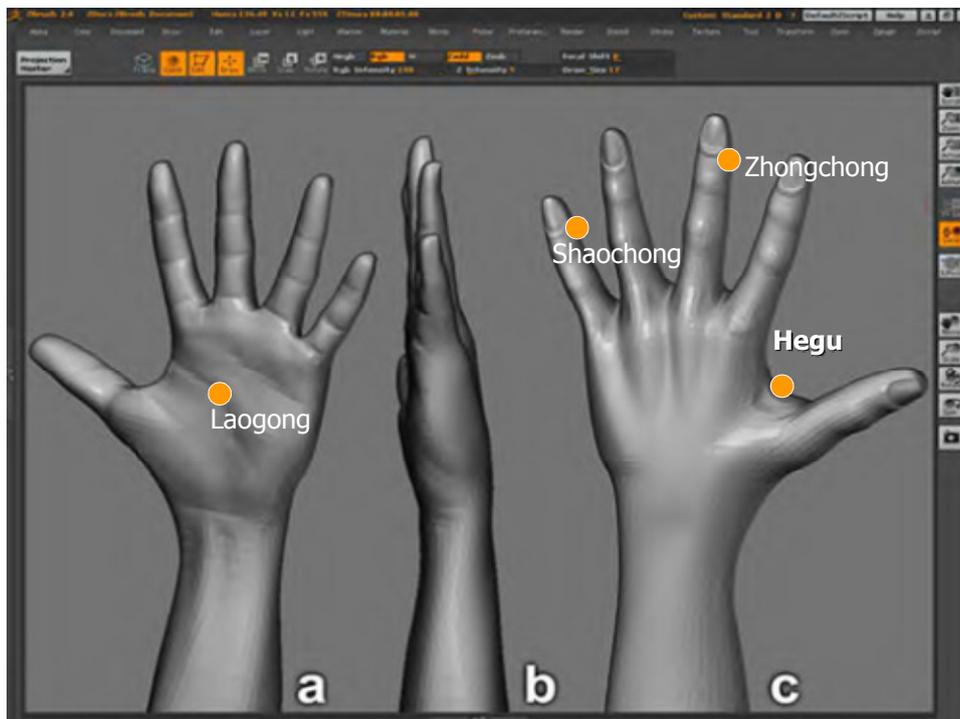
6 PC – Nei Guan – Barriera Interna , dopo aver compreso il messaggio della sofferenza possiamo iniziare ad aprire le nostre barriere interne e incontrare il Piccolo Shen.

7 PC – Da Ling – Grande tumulo, serve per aprire e rompere le barriere che separano la comunicazione armoniosa tra Piccolo e Grande Shen, e capire che il nostro SE’ e il nostro IO esistono per lavorare insieme.

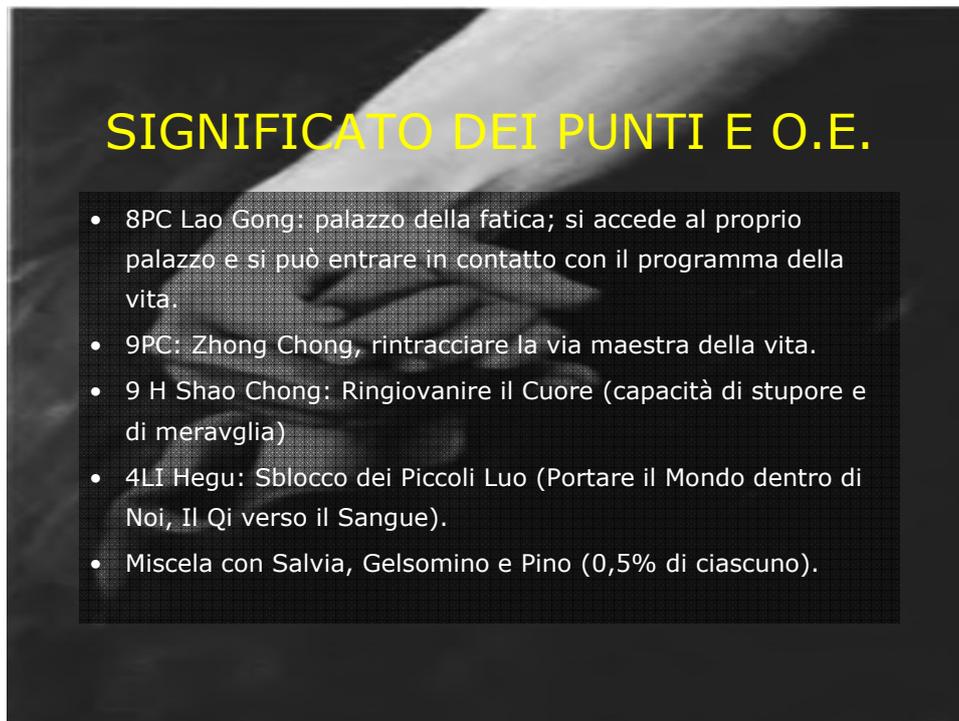
8 PC – Lao Gong – Palazzo della fatica, e dopo tutto questo lavoro possiamo entrare nel palazzo dello Shen e conoscere il nostro Ming.

9 PC – Zhong Gong – Via maestra del centro, non resta che percorrere e accettare la nostra strada.

In Corea, poiché per la Medicina taoista la mano è cambiamento e attivando le dita si attivano tutti i Meridiani Tendino-Muscolari, la Weiqi e gli organi di senso, si possono trattare con aromatomassaggio trasformativo alcuni punti delle mani, iniziando a destra per la donna e a sinistra per l’uomo:



Circa il significato di punti e l'impiego di particolari Oli essenziali diremo quanto segue²¹:



SIGNIFICATO DEI PUNTI E O.E.

- 8PC Lao Gong: palazzo della fatica; si accede al proprio palazzo e si può entrare in contatto con il programma della vita.
- 9PC: Zhong Chong, rintracciare la via maestra della vita.
- 9 H Shao Chong: Ringiovanire il Cuore (capacità di stupore e di meraviglia)
- 4LI Hegu: Sblocco dei Piccoli Luo (Portare il Mondo dentro di Noi, Il Qi verso il Sangue).
- Miscela con Salvia, Gelsomino e Pino (0,5% di ciascuno).

E' nostra opinione poi, confermata da buoni risultati clinici, che l'Olio Essenziale di Neroli²² sia molto utile nei soggetti con ansia o depressione, trattando, in rapporto ai sintomi, i punti Shen e Ling che indichiamo sotto.

²¹ Yuen J.C.: Essential Oils Materia Medica in TCM, Ed. Swedisch Institute of Riental Medicine, New York, 2000.

²² Estratto dall'arancio amaro (citrus autantium), che si differenzia dal dolce per le spine più lunghe all'ascella delle foglie, per loro colore più scuro, per un profumo più intenso delle foglie e dei fiori, per la buccia più colorata e più ruvida del frutto, ma soprattutto per il particolare **gusto amaro** della polpa. Il nome viene dalla duchessa Anna Maria Orsini di Bracciano, principessa di Nerola, che nel XVII secolo iniziò a diffonderlo nel Lazio in forma sia di essenza sia di acqua distillata, nota già dal Medioevo come *acqua nanfa* e ottenuta a quei tempi per distillazione dei fiori freschi dell'arancio dolce e amaro, per profumare guanti e bagni. E' psicoattivo, calma l'ansia e lo stress e tratta la depressione. Secondo alcune recenti speculazioni, 10 gocce di neroli, non si sa bene se in forma di olio essenziale o di distillato acquoso, rientrano nella composizione della bevanda Coca-cola.

**Punti Shen (R. 4317): spirito supremo,
principio vitale superiore.
Da usare nelle turbe psichiche con perdita
del controllo sulle funzioni generali**

- **Shen Men** : H7: turbe psichiche di origine esterna, ansia reattiva.
- **Shen Tang**: BL44: la grande sala dello Shen. Perdita di funzione del Cuore come regolatore toracico (tosse, asma, tachicardia)
- **Shen Fu**: CV15: turba di tutti i sistemi di relazione. Timidezza, turbe della vista, udito, ecc.
- **Shen Ting**: GV24: Pensiero, ragione, follia
- **Ben Shen**: GB13 Cinabro Superiore ?
- **Shen Mu**: CV14 (nome secondario di Juque): perdita della voglia di fondersi con sé e con gli altri.
- **Shen Gang**: KI 25: Libera il calore al torace, libera dal catarro (azione sui tan sottili ?).
- **Shen Guan e Shen Que**: due nomi della 8CV: Depressione profonda, medita il suicidio. Perdita dello slancio vitale.
- **Shen Dao**: GV11: Crisi acute di follia, manie suicide.
- **Shen Guang** GB23-24 (nomi secondari)
- **Shen Feng**: KI23: controllo del Cuore anche organo (tachicardia, pseudoangina, nevrosi cardiaca, ecc.).

**Punti Ling (R. 3117): Spirito meraviglioso,
cammino spirituale dell'uomo.
Secondo Zanfo (Il segreto dell'elisir d'oro) l'animus,
la parte eterea e sottile dell'essere vivente**

- H2: Qing Ling, Qing Ling Quan **In relazione con la pubertà, la maturazione, il passaggio all'età adulta. N.S. dell'11 TR (Qing Ling)**
- H4: Ling Dao **Bloccato nel proprio cammino**
- GV 10: Ling Dai **Offre la possibilità di vedere, di superare gli ostacoli (dopo zhiyang)**
- KI 24: Ling Xu (due Xu, collina e vuoto) **Diviso fra due volontà. Ansioso e sospettoso.**
- GB 18: Cheng Ling (ricevere il Ling): **Raggiungere la consapevolezza e la pace ? (Punti Kong: GV2, BL33, BL1, BL19, TE23)**