



**SCUOLATAO**

L'ARTE DELLA SALUTE

Scuola di Medicina Cinese

Scuola Tao di Bologna

Tesi Corso Triennale di Agopuntura

**CHONG MAI - PERNO DELLA VITA**

**DALL'AGOPUNTURA ALLA SPIRITUALITÀ**

Candidato:

*Dr.ssa Alma Arianiti*

Relatore:

*Dr. Massimo Muccioli*

Anno accademico 2021-2022

*Dedico questo mio lavoro sul Chong Mai, ai miei saggi genitori che mi hanno donato la vita e mi hanno insegnato come attraversare il mare della vita.*

*È solo su radici saldamente ancorate che la Via può crescere e prosperare.*

*Lo dedico a mio figlio, luce dei miei occhi, che ben radicato nei valori perpetuerà e onorerà la vita.*

*Alma Arianiti*

*Come un germoglio raddrizzandosi alla luce,  
tu guarderai ogni cosa in altro modo*

*Boris Pasternak*

*L'albero che si può stringere tra due braccia  
Proviene da una impercettibile crescita  
La torre a nove piani  
Cresce da un semplice poggio  
Il viaggio di mille leghe  
Inizia al primo passo  
Lao Zi*

### *Ringraziamenti*

*Gratitudine alla mia famiglia dalle solide radici, il mio porto sicuro.  
A mio figlio che nell'insegnargli le cose della vita, diventa mio maestro.*

*Grazie a mia sorella Laura dalla vitalità zampillante, farmacista ed esperta in  
farmacologia cinese, con la quale condividiamo questa passione.*

*Grazie alla Scuola Tao dove ho potuto fare un percorso multiforme, dal corso di  
Agopuntura al corso di Di Gong e corso dello Shen, dove ho potuto approfondire delle  
conoscenze partite da lontano.*

*Grazie ai tanti docenti della scuola, e anche ai docenti esterni, che ho apprezzato  
tanto.*

*Grazie dell'amicizia spontanea e ricambiata.*

*Un ringraziamento particolare al Dott. Angelo Matteucci, docente di lunga data e di  
grande esperienza, che con tanta generosità mi ha permesso di assistere nella pratica  
di agopuntura nel suo studio.*

*Grazie a chi mi ha fatto sentire su me stessa, con maestria e saggezza, la potenza del  
trattamento di agopuntura.*

*Grazie ai autori dei tanti libri di Medicina e filosofia Cinese ed altri libri che ho letto e  
ho apprezzato nella mia ardente voglia di approfondire.*

*La mia profonda riconoscenza a Massimo, Dott. Muccioli, fondatore e direttore della  
Scuola Tao, relatore della mia tesi, scelti a vicenda.*

*Dott. Muccioli, dedito da una vita alla guarigione e all'insegnamento, non vuol essere  
considerato un maestro ma io Le dedico queste parole di Confucio*

*Il Maestro dice:  
-Impregnarsi, meditandole, di cose conosciute,  
imparare senza sosta qualcosa di nuovo,  
e insegnare senza pausa,  
almeno questo,  
l'ho fatto?*

*(Libro VII Del Maestro).*

*Dott.ssa Alma Arianiti*

Il Tao e le sue innumerevoli manifestazioni  
Sorgono dalla stessa fonte:  
La sottile meraviglia nell'oscurità misteriosa.  
Questo è l'inizio di ogni comprensione

Lao Zi  
Tao Te Ching

**C**hong Mai ha inizio nella parte più Yin del corpo e in questa grande oscurità dello Yin, si crea la luce e la vita.

Chong Mai riflette le proprietà energetiche dei dispiegamenti del Tao.

Nella medicina cinese il Jing è l'origine di tutto il corpo. I Jing dei genitori, "...il Rosso e il Bianco si mescolano", abbracciandosi con il Qi cosmico Yong Qi, lo Shen universale, danno inizio alla nuova vita. Il Jing si trasforma nella prima energia vitale e anche nel primo meridiano, Chong Mai, che è il luogo dove si concentra e scaturisce lo Yuan Qi, l'energia originaria.

" I Canali Straordinari sono la Radice della Grande Via del Cielo Anteriore, il Chong mai, il Ren Mai e il Du mai, sono la sorgente della creazione" dice Li Shi Zen.

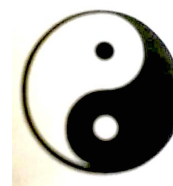
La "sorgente della creazione" nei testi antichi fa chiaro riferimento al ruolo nell'embriogenesi dei meridiani straordinari Qi Jing Ba Mai, e in specifico ai tre meridiani straordinari di prima generazione, come maglie energetiche, vie intorno alle quali si costruisce il corpo seguendo la norma del Cielo.

È attraverso questi Canali Straordinari che il Cielo Anteriore continua a emanare la sua energia nel Cielo Posteriore.

Nella prospettiva dell'embriologia energetica dei meridiani, Chong Mai è il dispiegamento del codice genetico e del destino contenuto nel Jing.

La creazione dei tre canali di prima generazione si riflette anche nel simbolo Tai Chi Tu.

Il Chong Mai è proprio la linea curva nel centro che si dispiega nello Yin (Ren Mai) e nello Yang (Du Mai). Questo unico meridiano scorre dal Dantian inferiore al CV1 Hui Yin nel perineo, e da lì scorre verso l'alto creando Ren Mai Mare dello Yin, e sempre dal Hui Yin scorre in alto e dietro dando la vita al Du Mai, Mare dello Yang.



Dal Chong Mai, primo percorso organizzatore al centro del vortice energetico, nascono poi gli altri Canali Straordinari e gli altri meridiani. Esso crea tutti i meridiani e li influenza durante la vita.

Nei testi antichi, i Canali Straordinari erano spesso paragonati a un nucleo familiare e in questo schema il Chong Mai è il Padre del nucleo, origine della famiglia.

Nella cultura cinese il centro è la posizione più importante, così com'è il padre per un nucleo familiare.

Il Chong Mai dà la forza e il vigore al nascituro per il primo vagito, il primo momento cardine del cambiamento perché proprio l'attivazione del respiro permette il passaggio, muovendo il Jing, dal Cielo anteriore al Cielo posteriore.

Il canale infatti scorre dai Reni al Qi Chong (ST30) dal Prenatale al Postnatale, dall'Acqua alla Terra.

Chong Mai collega il Rene con il Cuore, Jing e Shen.

Il meridiano infatti ha origine nel Dantian inferiore e poi scorre verso l'alto nel torace e verso il Cuore.

Questa connessione riflette il **Jing che cerca lo Shen.**

Chong Mai regola il centro, il verticale, lo stare dritti.

Il percorso di questo meridiano dai piedi alla testa, suggerisce l'idea della potenzialità di crescita dell'uomo.

Chong Mai costituisce il perno interno, verticale che favorisce l'allineamento dei meridiani principali e il loro fluire alto-basso. Influisce sulla direzione del Qi, quindi è implicato nelle patologie caratterizzate da ribellione e da risalita del Qi controcorrente. In tal senso Chong Mai regola e dinamizza la circolazione e la diffusione di Qi e sangue nei meridiani, per questo si chiama " **Mare dei 12 meridiani** "

Il Chong Mai, il più penetrante dei canali, come dicono gli antichi, è in connessione sia con lo Yin e sia con lo Yang, con l'interno e l'esterno, e il suo Qi e il Sangue sono distribuiti in tutto il corpo.

Nel testo Huang Di Nei Jing Tai Su "Spiegazione del Classico di Medicina Interna dell'Imperatore Giallo", scritto dal Yang Shang Shan della dinastia Sun ( 581-618 d.c.) è scritto:

" Al di sotto dell'ombelico e tra i due Reni vi è il Qi motore ( o forza motrice Dong Qi) che è la fonte della vita umana: essa è la radice dei dodici canali. Il Mare del Sangue è il Chong Mai, che è anche, il Mare dei Cinque

Organi e Sei Visceri e il Mare dei Dodici canali: esso irrorava lo Yang e irriga il Jing e pertanto raggiunge tutti gli Organi e i Visceri. Il Qi motore sotto l'ombelico è nell'Utero. Il Chong Mai inizia nell'Utero ed è il mare dei canali. Sappiamo infatti che il Chong Mai crea la vita attraverso il Qi motore. Il Chong Mai si muove verso l'alto e verso il basso, e nel suo movimento verso il basso, si connette con il grande Luo dei Reni; pertanto questo movimento verso il basso ( del Qi dei Reni) non è il canale dei Reni"

Il Chong Mai è chiamato il **"Mare dei Cinque Organi e dei Sei Visceri"** e anticamente veniva rappresentato come un grande albero su cui erano appesi come frutti tutti gli Zang Fu.

" Il meridiano Chong Mai è la madre dei cinque organi e dei sei visceri. Ciò significa che i cinque organi e i sei visceri ricevono da esso la loro energia. Il meridiano sale verso la parte superiore del corpo e sul suo percorso irrorava i diversi organi" è scritto nel Ling Shu, cap. 38.

È madre non solo perché è alla base dell'embriogenesi ma è anche il meridiano che continua a controllare il funzionamento degli Zang Fu nella vita adulta mantenendoli energicamente efficienti irrorandoli di Qi e Sangue, proseguendo così la sua funzione di legame tra Cielo Anteriore e Cielo Posteriore.

Infatti tramite il canale dello Stomaco nel punto origine o emersione ST30 Qi Chong (punto Mare dei liquidi e dei cereali ), il Chong Mai attinge all'essenza acquisita prodotta dalla digestione dell'acqua e del cibo; così come nel punto ST42 Chong Yang attinge lo Yang.



Quindi nel Chong Mai, in virtù del legame con lo Stomaco e con il Rene, si raccolgono Qi congenito e il Qi acquisito, Jing prenatale e il Jing postnatale, rappresentando così il centro della comunicazione della circolazione dei soffi e del sangue dell'intero organismo.

Tramite il suo percorso ramificato e complesso entra in contatto diretto con molti organi: nasce dal Ming Men tra i due Reni, passa dall'Utero, poi ha influenza diretta sui canali Yin del piede Rene, Fegato, Milza. È strettamente legato allo Stomaco ( origina o emerge dall'interno nel punto Qi Chong e scorre di fianco a questo canale ) e al Cuore ( si diffonde nel torace e cuore, oltre all'influenza sul Sangue ).

In particolare quindi il Chong Mai è correlato ai Reni cioè al Cielo Anteriore, allo Stomaco cioè al Cielo Posteriore e al Cuore - l'Imperatore, che rappresentano i Tre Tesori: Jing, Qi e Shen.

“Trasformazione, cambiamento” sono le parole chiave di questo meridiano che con il suo vigore consente di vincere le resistenze al cambiamento, alla trasformazione, mantenendosi ben radicati nella nostra essenza.

Il suo punto di apertura SP4 Gong Sun Nonno nipote, parla di continuità e riferendosi al nonno di origine materna, riguarda lo Yin, il nutrimento materiale. La Milza è infatti legata al Chong Mai non soltanto per il Sangue ma anche per il suo aspetto psichico, lo Yi, che rappresenta proprio la capacità di cambiare; tutte le trasformazioni infatti sono controllate dal Chong Mai e dallo spirito Yi.

Il Chong Mai è chiamato “ **Mare del Sangue**”.

Il suo decorso ha fatto pensare a molti autori alla circolazione venosa nei rami ascendenti e alla circolazione arteriosa nei rami discendenti, negli arti inferiori.

Essendo il Mare del Sangue e il Mare dei 12 canali, il Chong Mai controlla tutti i canali luo del sangue ( il livello più profondo dei luo, legato al sangue e i vasi sanguigni).

I quattro mari Si Hai sono descritti nel capitolo 33 del Ling Shu:

“Lo stomaco è “ il Mare dei Liquidi e dei Cereali “ e i suoi punti Shu sono ST30 Qi Chong e ST36 Zu San Li;

Chong Mai è il “Mare dei Dodici Meridiani” e i suoi punti sono BL11 Da Zhu, ST37 Shang Ju Xu e ST39 Xia Ju Xu”

In verità questo passaggio si riferisce al Chong Mai come “Mare del Sangue “. Il BL11 Da Zhu Grande spola, punto Mare del sangue, detto punto Shu superiore del Chong Mai, è anche punto Hui delle Ossa, e nella medicina cinese, le ossa sono nutrite dal Sangue.

Lo ST37 Grande vuoto superiore e lo ST39 Grande vuoto inferiore, punti He mare inferiore rispettivamente del Grosso intestino e dell’Intestino tenue, sono anche punti Mare del Sangue, ecco perché sono punti che influiscono il Chong Mai.

Sempre nel cap. 33 del Ling shu e a proposito del Mare di Sangue è scritto:

“ Quando è in eccesso il “Mare del Sangue” si ha abitualmente una pesantezza del corpo, un’impressione di irritazione e collera e la malattia non può essere ben localizzata, invece quando esso è insufficiente, il corpo è piccolo ( magro), il paziente si sente serrato e non sa precisare in che modo è malato”

Quindi il Chong Mai può essere utilizzato per trattare la turbe del sangue in qualsiasi parte del corpo, in particolare in tutte le stasi del sangue dell’utero.

Al suo interno si raccoglie l'eccesso di sangue dell'organismo. Huang Di Nei Jing lo assimila simbolicamente a un mare a cui affluiscono molti fiumi, chiamandolo appunto " Mare del Sangue " e la sua ricchezza di sangue è il presupposto fondamentale per il ricorrere delle mestruazioni e per la fecondazione.

Nel Huang Di Nei Jing Su Wen "Le domande semplici dell'imperatore Giallo " cap.1 Discorso sulle verità naturali dei tempi antichi, è scritto:

"A Due volte Sette anni,  
La fecondità sopraggiunge,  
Il Ren Mai funziona pienamente,  
Mentre il potente Chong Mai prospera:  
I mestruai scendono al loro tempo  
Ed essa ha figli "

Nelle ragazze in fiore la potenza dei Reni svela gli ultimi doni del suo Cielo Anteriore. Chong Mai insieme al Ren Mai sviluppano un programma originale, finora latente, nelle circolazioni e negli usi del sangue: sono le mestruazioni.

Le regole ( Jing ) della donna hanno, come ogni realtà ed ogni meridiano, un doppio aspetto: un aspetto terrestre, la massa liquida che scorre verso il basso, ed un aspetto celeste, la regolarità ciclica di questo scolo. L'organismo femminile è, ormai, interamente formato, pronto a fornire il suo frutto. L'embrione che la donna porterà sarà nutrito e sostenuto dal Ren Mai e Chong Mai e dai circuiti di cui essi hanno presieduto l'organizzazione.

Sotto il controllo del Chong Mai, il soffio e il sangue del Cuore scendono verso l'Utero, attraverso il vaso dell'Utero Bao Mai, promuovendo le mestruazioni e l'ovulazione, la formazione di Tian Gui.

È la discesa del soffio e del sangue del Cuore verso i Reni, oltre allo Yang del Rene, che favorisce l'erezione maschile, l'eccitazione e l'orgasmo nell'uomo e nella donna.

Essendo il "Mare di Sangue" la sua patologia è alla base di molti problemi ginecologici come amenorrea o mestruazioni scarse da deficit, mestruazioni dolorose con sangue scuro e coaguli quando c'è stasi, oppure mestruazioni abbondanti in caso di calore.

Chong Mai controlla tutti i canali luo del sangue e questo spiega il collegamento tra le patologie del sangue nell'utero e lo sviluppo di dolore muscolare, cosa frequente dopo il parto. Ciò spiega anche la suscettibilità alle invasioni dall'esterno durante le mestruazioni.

Chong Mai svolge un ruolo fondamentale nella difesa, entrando nel ciclo mensile dell'energia Wei e quindi nella termoregolazione e il metabolismo dei liquidi.

Ritornando al Su Wen cap.1

"Discorso sulle verità naturali dei tempi antichi":

" A Sette volte Sette anni,  
il Ren Mai si svuota,  
il potente Chong Mai declina e si riduce:  
la fecondità è esaurita,  
la Via della Terra non libera più i suoi passaggi,  
il corpo deperisce,  
ed essa non ha più figli "

A questo punto, nella menopausa, il Chong Mai continua ad essere attivo ma solo per la vita stessa della donna.

Questi passi citati, così come altri nel Ling Shu cap.65, parlano anche della relazione del Chong Mai con il sistema ormonale.

Chong Mai e Ren Mai e sono i responsabili del diverso utilizzo del sangue nell'uomo e nella donna.

È scritto nel Ling Shu:

“ ...le donne hanno Qi a sufficienza, ma non Sangue a sufficienza. Per questo Ren Mai e Chong Mai non riescono ad arrivare a nutrire la bocca e le labbra a sufficienza. Ecco perché le donne non hanno barba e baffi. Negli eunuchi l'asportazione degli organi genitali ferisce il Chong Mai, ecco perché barba e baffi non crescono”

Quando il Sangue del Chong Mai è abbondante, umidifica la pelle e promuove la crescita dei peli corporei, se il Sangue del Chong Mai è in deficit, la pelle sarà secca e i peli saranno fragili.

Il Chong Mai, Mare del Sangue, influenza il “muscolo ancestrale” Zong Jin, in particolare il corpo spongioso e il corpo cavernoso, strutture che vengono riempite dal sangue durante l'erezione. Un deficit o una stasi di sangue del Chong Mai possono compromettere l'erezione del pene con conseguenza di disfunzioni erettile ( impotenza o priapismo).

Inoltre la prostata è attraversata dal Chong Mai strettamente legato all'essenza custodita nel liquido seminale.

L'ipertrofia prostatica, da stasi di sangue e/o umidità, spesso è legata alle turbe del Chong Mai, turbe che spesso hanno la radice in una carenza di Rene.

Chong Mai è responsabile della formazione del latte post parto ( “ il sangue diventa latte ” dicono i cinesi) e del suo scorrere in alto alle mammelle tramite il suo ramo principale. La stasi e il deficit di Chong Mai portano alla agalattia. La stasi del Chong Mai è responsabile anche del dolore mammario e, se a lungo termine, dei noduli mammari.

Nella menopausa il sangue diminuisce nel Chong Mai con conseguente facilità alla ribellione del Qi che fugge in alto nel canale. I sintomi come le palpazioni, ansia e aritmie, non solo in menopausa, possono essere regolati tramite il Chong Mai proprio in virtù del suo legame diretto con il Cuore e anche il legame tramite il Sangue.

Nei testi antichi, una delle indicazioni del Chong Mai era “ i nove tipi di dolore del Cuore”.

L’armonia del cuore dipende dall’asse Shao Yin, il soffio del Cuore che scende verso il Rene e quello del Rene che va a calmare il Cuore.

Il Chong Mai, Mare dei meridiani e Mare del Sangue, influenza e favorisce il collegamento tra Rene e Cuore.

Per i cinesi il nome racchiude il destino e il significato profondo delle cose e lo studio dell'ideogramma è fondamentale per capire la vera natura del Chong Mai.

## Chōng Mài 衝脈

Meridiano, canale o vaso incrocio, vaso strategico, vaso d'assalto, vaso penetrante, corrente impetuosa.

Nel Su Wen viene chiamato Tai Chong o "La Potente corrente del medio"

L'ideogramma Mai significa:

Vasi sanguigni, corrente sotterranea, polso, linea genealogica

## Ideogramma Chong 衝

Luogo di passaggio, incrocio, precipitarsi su, fare irruzione, lanciarsi contro, urtare, pieno di forza, vigoroso, impetuoso, focoso

L'ideogramma Chong è spiegato nel Dizionario Ricci oltre ad essere analizzato da diversi sinologi, soprattutto L. Wieger, che hanno approfondito l'analisi del carattere.

Il carattere Chong è composto da due parti: il radicale centrale è il fonetico Chong, mentre ai suoi lati, le parti sinistra e destra compongono l'ideogramma Xíng 行 che significa "cammino". Descrive i due piedi che avanzano cominciando dal piede sinistro, che camminano passo dopo passo, un procedere alternativamente con i due piedi: indica quindi un movimento, un fluire.

È lo stesso carattere che costituisce il termine "cinque elementi" (Wuxing 五行) che è il cammino della trasformazione degli elementi l'uno nell'altro.

Il carattere centrale Chong rappresenta invece un luogo di passaggio, è la strada principale con i suoi incroci e collegamenti ad altre vie, ma su di essa si procede diritti. Esprime dunque un'idea di movimento, di circolazione.

Se lo si scompone, nella parte superiore si trova lo sforzo vigoroso di chi cerca di estrarre dalla terra qualcosa di pesante.



Quindi ha anche il significato di qualcosa di "pesante, grave": è la materia che compare e si anima nel crocevia tra il Cielo Anteriore e il Cielo Posteriore, è il passaggio dal mondo delle potenzialità al mondo delle realizzazioni.

Nel suo insieme l'ideogramma Chong, indica qualcosa di importante che si fa strada, un movimento deciso, vigoroso e potente, effettuato con impeto ma che al tempo stesso segue una direzione precisa e netta.

Si ha dunque il movimento di qualcosa di pesante cioè il Jing. In Chong Mai è la vita che irrompe, ed è qualcosa che avrà una continuità.

Hu Lie, del Nan Jing College of Traditional Chinese Medicine, ricorda che l'ideogramma chong è del periodo Han ed è un ideogramma di uso "militare". E' l'urlo del comandante che incita la sua truppe ad uscire all'assalto, l'urlo che dà coraggio all'essere quando deve irrompere (in cinese Shang) nella vita.

In inglese Chong Mai è tradotto " Penetrating Vessel" (Vaso Penetrante) che combina l'idea di "movimento" con quella di "strade, canali" che penetrano nel corpo. Il termine fa riferimento alla penetrazione nelle Membrane (Huang) e nei canali da parte del Chong Mai.

Nelle pieghe dei significati del carattere Chong, legati a Jie " strada", Dong "attività" e Tong "libero", troviamo il riferimento al flusso del Qi nei meridiani e questo significato è legato al Chong Mai come "Mare dei 12 meridiani".

## **Percorso del Chong Mai, significato clinico, azioni ed elementi di trattamento**

### Considerazioni generali

I meridiani curiosi li troviamo già nel Huang Di Nei Jing "Canone di Medicina Interna dell'Imperatore Giallo" (all'epoca dei Regni Combattenti 453-222 a.C.) e nel Nan Jing "Classico delle difficoltà" (206 a.C.- 220 d.C.), così come in altri testi classici.

La loro descrizione nei testi classici è frammentaria e fino all'undicesimo secolo, sebbene alcuni curatori fossero capaci di impiegare gli otto Canali Straordinari nella terapia, era ritenuto non etico utilizzarli perché contenenti il sacro progetto dell'esistenza e la sua realizzazione e il suo dispiegarsi nel tempo.

Zhu Xi (1130-1200), filosofo e maggior esponente del neoconfucianesimo dell'epoca Song, con le sue considerazioni sulla natura umana Xing, dono del Cielo e la capacità dell'uomo di agire sul destino Ming e sulla sua forza motrice Jing, porta a una nuova visione dei Canali Straordinari:

si può quindi intervenire in questi depositari del Jing e Yuan Qi per intervenire nell'andamento della vita.

I punti chiave di apertura dei vasi straordinari li troviamo per la prima volta nello Zheng Jing Zhi Nan nel 1241.

Durante la dinastia Ming (1368-1644 d.C.) Li Shi Zen nel testo Qi Jing Ba Mai Kao, sistematizzò il metodo di trattamento dei meridiani curiosi, rendendoli accessibili e di uso pratico.

Inoltre il testo Da Cheng del 1601 mette in relazione i Canali Straordinari con gli otto trigrammi di base che compongono gli esagrammi dell'antico libro oracolare I Ching "Classico dei mutamenti", associando ad ogni trigramma un punto chiave (e a tal proposito il Chong Mai con il suo punto di apertura SP4 è stato associato al trigramma Qian Cielo ( tre linee Yang ).

I testi classici e della tradizione descrivono il tragitto dei Canali Straordinari sia per indicare i punti di agopuntura interessati indirizzando così la terapia, sia per fare delle considerazioni sulle funzioni e le relazioni, anche simboliche, con le parti anatomiche interessate.

E con questa visione che ho preferito mantenere unita la parte descrittiva del tragitto con il significato clinico e le indicazioni terapeutiche.

## Origine e ramo interno

Chong Mai è il primo meridiano che appare dopo il concepimento e organizza tutto lo sviluppo energetico dei meridiani.

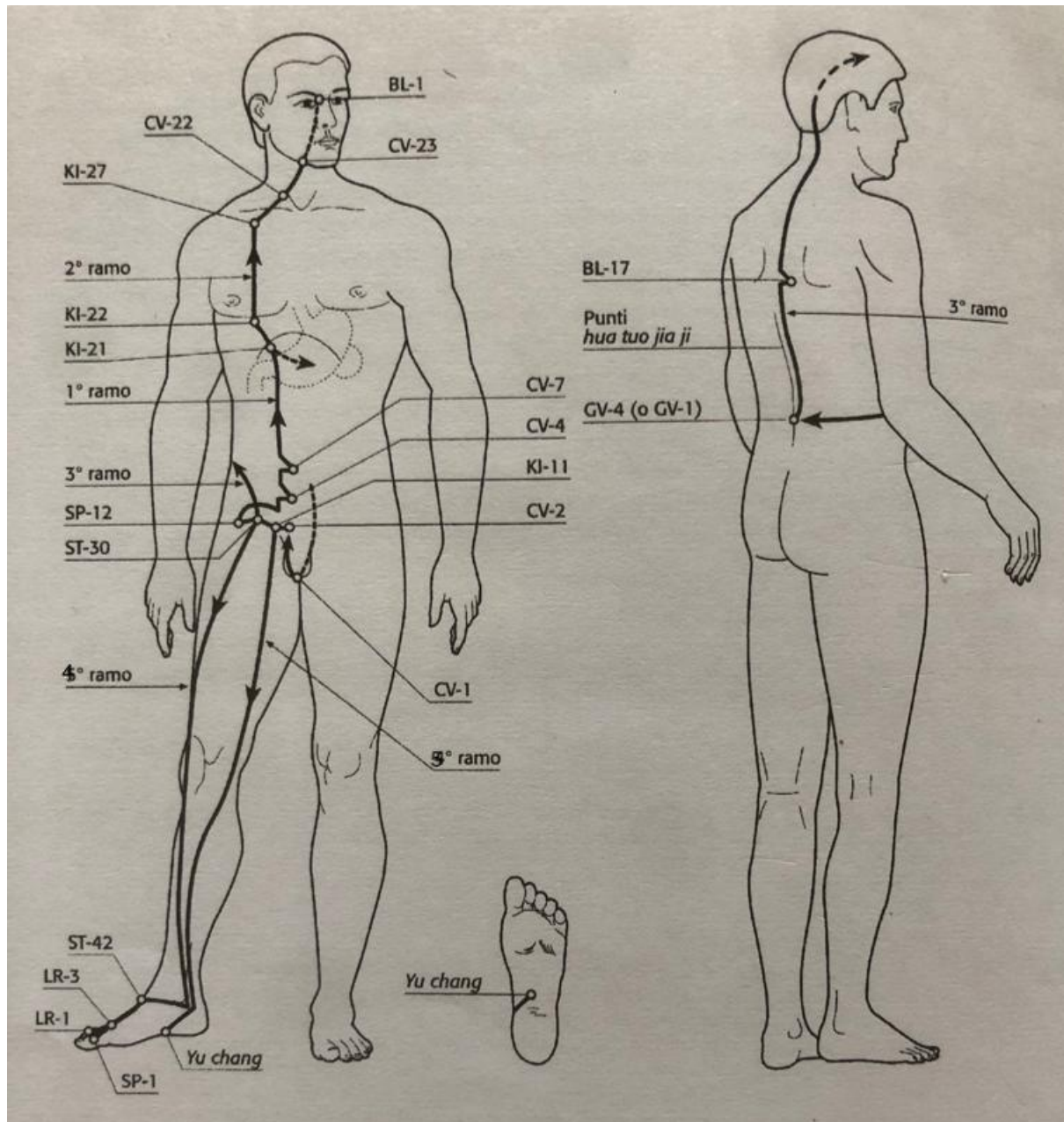
La sua origine nel campo del Cinabro inferiore e il suo passaggio al punto CV4 Guan Yuan Cannello dell'origine, sta a significare la sua relazione con il Jing e la Yuan Qi, sorgente della vita, e il Chong Mai è il luogo dove questa energia si concentra e scaturisce con la sua forza impetuosa e potente.

Il Chong Mai insieme con Ren Mai e Du Mai, gli altri due Canali Straordinari di prima generazione, discendono in un tronco comune verso il perineo sino ad emergere al punto CV1 Hui Yin. Decorrono tutti verticalmente: il Chong Mai costituisce il perno centrale del corpo, Du Mai il tragitto mediano e posteriore, Ren Mai quello mediano e anteriore.

Ling Shu e altri testi antichi, riportano L'Utero come origine del Chong Mai, e quindi non può sfuggire anche il senso simbolico dell'origine.

Il percorso del Chong Mai dal Ming Men o Dantian inferiore fino al Hui Yin costituisce la sua branca interna, che scorre attraverso l'Utero (mentre nell'uomo la camera dell'essenza) e poi discende attraverso il canale dell'Utero (Bao Luo) che connette l'Utero con i Reni, per emergere nel punto CV1 Hui Yin Incontro degli Yin. Questo percorso evidenzia che il Chong Mai funzionalmente è correlato ai Reni e all'Utero. Per questo è un canale molto importante per i problemi ginecologici e per la riproduzione.

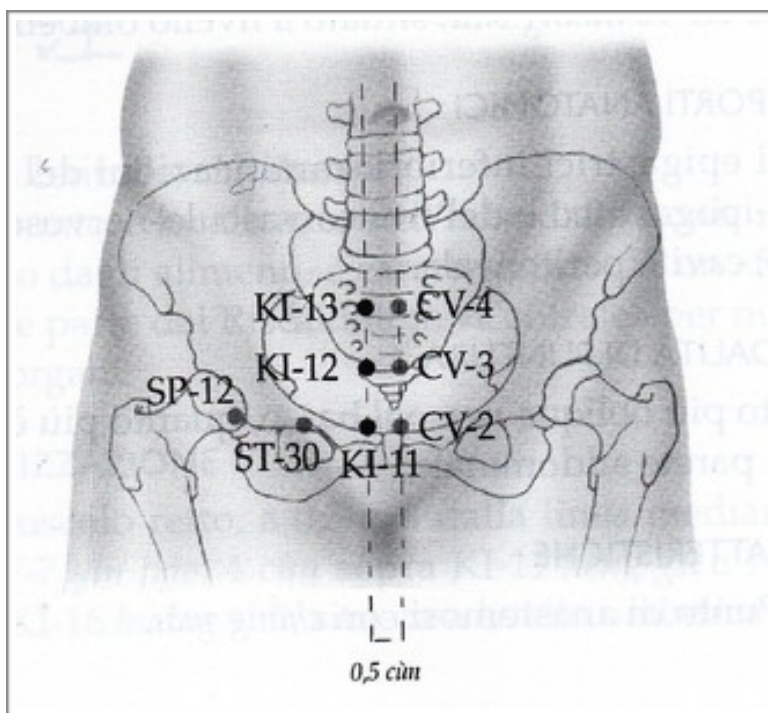
Nel Chong Mai l'energia circola verso l'alto fino alle narici e all'angolo interno dell'occhio, e dall'alto in basso dall'inguine all'alluce.



Chong Mai partendo dal Hui Yin si dirama in 5 rami, i primi tre sono ascendenti, il ramo 4 e 5 sono invece discendenti.

## Primo ramo ( addominale, ramo principale)

Da CV1 Hui Yin Incontro degli Yin, si dirige verso CV2 Qu Gu Osso curvo, a livello del bordo superiore dell'osso pubico e in questo livello si apre ai lati prendendo contatto con l'energia del Rene al punto KI11 Heng Gu Osso traverso a 0,5 cun di distanza, poi con lo Stomaco passando, a due cun di distanza, all'importantissimo punto ST30 Qi Chong Assalto del Qi ( punto superiore del Mare dell'acqua e dei cereali), per poi diffondersi nel SP12 Chong Men Porta dell'assalto a 3.5 cun sempre lateralmente al CV2 Qu Gu.



Torna al meridiano del Rene e lo segue fino allo sterno, al punto KI21 You Men Porta nascosta a 0,5 cun dal CV14 Ju Que Gran torre di guardia. Quindi si porta al CV17 Shan Zhong Centro del petto e si disperde nel torace e nelle mammelle.

Questo percorso che finisce di fianco al CV14 Ju Que punto Mu del Cuore, riflette la relazione tra Cuore e Reni, il Chong Mai porta il sangue al Cuore.

Connette quindi il Rene con il Cuore, il Jing con lo Shen.

Classici sintomi del Chong Mai in relazione a questo legame sono:

- dolore al Cuore, inteso come dolore somatico o spirituale
- il "sindrome del maialino che corre" ( attacco di panico). La patologia di Qi ribelle del Chong Mai causa vari sintomi che interessano l'addome inferiore, il torace, le mammelle, la gola, il volto ( quindi l'interessa anche il ramo seguente).

Questa branca penetra le Membrane ( Huang) dell'addome e alcuni dei sintomi del Qi ribelle del Chong Mai sono proprio legati alla tensione delle Membrane ( pienezza, distensione e dolore addominale).

Chong Mai supporta il Qi postnatale: la Milza, lo Stomaco, il Polmone.

Influisce il Dantian inferiore, sorgente del Jing, dei soffi e delle proprietà energetiche prenatali, influisce i genitali e la fertilità.

Questo ramo infatti è usato spesso per i problemi ginecologici, urinari e digestivi. Tutti i punti del Chong Mai sull'addome inferiore influenzano Reni e l'Utero.

Inoltre, secondo alcuni autori il sintomi di Chong Mai riflettono quelli del canale luo del Rene:

in caso di eccesso - difficoltà urinarie e della defecazione,  
in caso di deficit - dolore alla zona lombare e nella zona genitale; depressione.

Alcuni autori riferiscono che nel salire l'addome, questa branca prende contatto con CV4 Guan Yuan, Cancellone dell'origine.

A tal proposito ricordiamo che nel Su Wen, cap. 39, "Discorso sull'insorgenza del dolore" il CV4 è riportato come origine del Chong Mai:

" Poiché il Chong Mai inizia a Guanyuan e sale lungo l'addome, se il Qi freddo si trattiene nel canale e ne ostruisce la circolazione del Qi, insorge dispnea e il movimento si ripercuote sulle mani ( portate al torace per dare sollievo)"

Infatti quando un vuoto del Rene Yang porta un accumulo di Freddo nel Jiao inferiore, oppure quando il ristagno del Qi di Fegato si trasforma in Calore, il Qi viene rilasciato violentemente lungo il Chong Mai ( attacco di panico).

Ecco come descrive la sindrome del maialino che corre Zhang Zhong Jing in " Essenziale della camera d'oro":

" Sale su fino alla gola con tale violenza che il paziente pensa di essere sul punto di morte. Attacca e poi si ritrae. Viene scatenato dalla paura e dal terrore"

Tornando alle indicazioni di trattamento, nel Nan Jing " Classico delle difficoltà" nr. 29 è scritto:

" Quando il Chong Mai ha problemi, si hanno i sintomi di Qi ribelle, con tensione e contrazione nell'addome".

Infatti uno degli elementi diagnostici è la forte tensione nei retti addominali con dolore crampiforme. Alcuni autori riferiscono alla palpazione nel percorso addominale "come un bastoncino" legata alla stasi del sangue di Chong Mai.



L'uso dei punti KI13 Qi Xue Foro del Qi, KI14 Si Man Quattro pienezze e KI15 Zhong Zhu Flusso centrale, dipende sia dalla localizzazione di questi punti nell'addome nel meridiano del Rene, sia dalla loro qualità di punti di Chong Mai. In particolare, il punto KI21 You Men Porta nascosta, che si chiama anche Porta dell'oscurità, dove Chong Mai si immerge nella profondità del torace e delle mammelle, essendo l'ultimo punto classico di Chong Mai sul canale di Rene, è molto indicato per il Qi ribelle che si manifesta come nausea, vomito, eruttazioni e tosse.

Il punto KI13, Qi Xue Foro del Qi, rinforza e consolida il Chong Mai.

KI14 Si Man Quattro pienezze, è il punto più importante del Chong Mai per muovere il Qi e tonificare il Sangue nell'addome inferiore e nell'Utero.

Per trattare i punti di Chong Mai nel canale del Rene, si punge profondamente con una direzione obliqua verso il Ren Mai oppure verso l'esterno ( inteso verso il canale dello Stomaco).

Si punge verso il Ren Mai per mettere in latenza, per esempio nel caso di neoplasie.

Si punge invece verso il canale dello Stomaco per tonificare il Qi di Stomaco e sradicare la malattia.

Le stesse indicazioni valgono anche per i punti del secondo ramo, ma essendo localizzati sul torace non si va in profondità. Si dovrebbero pungere con inserzione obliqua trasversa lungo lo spazio intercostale.

## **Secondo ramo ( toracico)**

Con questo ramo il Chong Mai si superficializza nel torace. Inizia al KI22 Bu Lang e sale nel torace lungo il canale del Rene da KI22 al KI27 situati a 2 cun lateralmente al Ren Mai, continua portandosi nella linea mediana dove si riunisce al Ren Mai ai punti CV22 Tian Tu Prominenza celeste e CV23 Lian Quan Sorgente d'angolo, che sono collegati rispettivamente con il Polmone e il Cuore, per terminare alle narici e al canto interno dell'occhio, al BL1 Jing Ming Occhi luminosi.

I punti del Rene dal KI22 a KI 26 sono chiamati già nel Su Wen punti Shu anteriori o Shu del torace, sempre collegati ai Zang, ma sono ordinati in senso contrario agli Shu del dorso

KI22 Bu Lang Corridoi di marcia ( al quinto spazio intercostale) è dove l'energia del Chong Mai entra in contatto con quella del Polmone,

KI23 Shen Feng Sigillo dello Shen (a livello del CV17 nel quarto spazio intercostale) relativo al Cuore,

KI24 LIng Xu Rovine dello spirito ( nel terzo spazio intercostale) relativo al Fegato,

KI25 Shen Cang Magazzino dello Shen ( nel secondo spazio intercostale) relativo alla Milza,

KI26 Yu Zhong Torace confortevole ( primo spazio intercostale) legato al Rene.

A seconda dell'autore, la corrispondenza con gli Zang può seguire un ordine inverso a quello riportato in questa tesi ( l'unico punto che rimane sempre legato al fegato è il punto KI24 Ling Xu).

L'ordine sopra riportato è quello indicato dal Maestro Jeffrey Yuen.

Tutti questi punti sono controllati dal KI27 Shu Fu Magazzino o palazzo degli Shu, per questo è chiamato "punto Maestro degli Shu".

Essi hanno in comune l'azione di far scendere il Qi ribelle di Polmone e Stomaco, e in particolare sono indicati per sibili, dispnea e tosse da "pieno sopra e vuoto sotto".

Questa situazione si verifica quando il Qi dei Reni non è abbastanza forte da afferrare il Qi di Polmone.

Questo ramo entra in contatto con Zong Qi ( Qi ancestrale) accumulato nel CV17 ed è strettamente legato al Wei Qi, per questo il secondo ramo si usa per rafforzare la Wei Qi.

Dato che scorre attraverso la gola, il Qi ribelle del Chong Mai causa spesso la sensazione di nodo alla gola, sintomo questo che in genere lo leghiamo alla stasi del Qi di fegato. Questa branca è responsabile della sensazione contraddittoria di calore al volto e freddo ai piedi nella sindrome del Qi ribelle.

Il legame indissolubile con il Jing del Chong Mai e il tragitto di questo ramo spiega l'uso del Chong Mai nei problemi legati al Cielo Anteriore, soprattutto del Riscaldatore Superiore, problemi cardiovascolari congeniti e problemi respiratori di tipo costituzionale.

L'uso del Chong Mai per i problemi cardiovascolari relativi al ritorno venoso e legato con il percorso del Chong Mai che ricorda la circolazione sanguigna.

Il suo percorso addominale e toracico, grosso modo ricorda, in termini occidentali, il decorso della circolazione venosa, in particolare della vena cava e della porta, che trasportano il sangue al Cuore per poi portarlo al Polmone.

Il maestro Jeffrey Yuen afferma che la presenza di familiarità nelle neoplasie indirizza sulla prima e la seconda branca di Chong Mai e che questo meridiano è indicato sia per trattare la patologia tumorale in atto, sia per ottenere un'azione preventiva in presenza di familiarità.

Trattamento relativo al secondo ramo:

Trattandosi soprattutto di problemi nel Riscaldatore Superiore, il trattamento con il punto di apertura SP4 Gong Sun e il suo accoppiato PC6 Nei Guan Barriera interna, è ottimale visto che il canale Yin Wei Mai, di cui PC6 è punto di apertura, è legato al Cuore e al torace.

A proposito dell'uso della combinazione del punto di apertura di Chong Mai accoppiato con il punto di apertura di Yin Wei Mai, mi ha colpito un particolare nei testi classici: nel "nucleo familiare" degli otto Canali Straordinari, lo Yin Wei Mai è la Madre mentre, come abbiamo visto il Padre è il Chong Mai.

Secondo il maestro Jeffrey Yuen il punto HT9 Shao Chong è il punto che permette l'attivazione del ramo toracico, mentre PC9 Zhong Chong Giunco del centro funziona come attivatore del ramo addominale.

Un'altra combinazione, indicata soprattutto per problemi respiratori, è l'uso del punto di apertura SP4 Gong Sun con LU7 Lie Que Sequenza interrotta, punto luo del polmone e punto di apertura di Ren Mai.

A questi punti si può abbinare uno dei punti Shu anteriori a seconda del problema, visto la loro correlazione con gli organi Zang.

.

### **Terzo ramo ( spinale)**

Il terzo ramo va verso il Du Mai, è il tragitto dorsale.

A partire dal CV1 Hui Yin risale all'interno della colonna vertebrale passando dal GV1 Chang Qiang Sempre forte e GV4 Ming Men Porta della vita, ed entra in relazione con i punti Hua Tuo, e secondo alcuni autori entra nel BL17 Ge Shu, e si porta al cervello.

Questo ramo spiega il dolore mestruale che in alcuni casi si percepisce nella parte inferiore della schiena.

Essendo che Du Mai è il "Mare dello Yang " questo ramo si può usare per problemi di carenza costituzionale dello Yang.

In questi casi oltre al punto di apertura di Chong Mai e Du Mai, si può abbinare GV14 e GV4 come attivatori dello Yang.

Questo ramo si usa nei difetti o problemi degenerativi della colonna, causati da un deficit del Sangue. Se non c'è Sangue sufficiente per nutrire le Ossa si può riscontrare la comparsa di osteoporosi o addirittura neoplasie del midollo.

Per nutrire la colonna si usa il punto di apertura SP4 Gong Sun Nonno nipote associato al punto di apertura di Du Mai SI3 Hou Xi Ruscello posteriore.

Si possono abbinare alcuni punti di Du Mai o Hua Tuo Jia Ji a seconda della sintomatologia e a quanto percepiti nella palpazione.

Questa combinazione si potrebbe usare anche in gravidanza per problemi di crescita cerebrale nel feto.

Un punto da tenere presente nelle combinazioni è BL11 Da Zhu Grande spola, a 1,5 cun a lato del bordo inferiore del processo spinoso della prima vertebra toracica, punto d'incontro dei canali di Vescica, Piccolo Intestino e Vescica biliare con Du Mai. Punto Hui riunione delle ossa e anche punto Mare del Sangue come da indicazioni dei classici che lo indicano come punto Shu superiore del Chong Mai. La natura e la posizione di questo punto, tenendo conto del legame tra le Ossa e il Sangue, lo rende molto utile per le varie malattie delle ossa e rigidità della colonna vertebrale.

Tramite questo punto il Chong Mai influenza il Qi e il Sangue della parte alta del corpo: quindi è utile non solo per i sintomi da Vento Freddo ma anche per purificare il Calore dal petto e nelle patologie di Chong Mai con ribellione del Qi di petto (tosse, pienezza del petto, dispnea) e alla testa con vertigini e vista offuscata.

Il maestro Jeffrey Yuen, basandosi sul cap. 79 del Ling Shu che esplicita il passaggio del Wei Qi lungo la colonna per entrare poi nel Chong Mai al 22° giorno \*, indica di palpare le vertebre e i punti adiacenti (Hua tuo) e usare i punti per i disturbi mestruali:

“- In casi di amenorrea, trovare le aree rigide e dure e disperderli

-in casi di mestruazioni anticipate o eccessive, trovare i punti flaccidi e tonificare questi.”

Inoltre, secondo Jeffrey Yuen, questa branca è in relazione con l'essenza dei Reni che sostiene la Milza in relazione ai 4 arti quindi da usare nei sindrome Wei.

\* Il cap 79 del Ling Shu: “ La Wei Qi si concentra al punto Feng fu ( GV16) e discende a partire dalla prima vertebra dorsale di una vertebra al giorno per penetrare al 22° giorno nel Chong Mai interno, e vi resta per 9 giorni, il 10° giorno ricompare a livello del collo”

## Rami discendenti

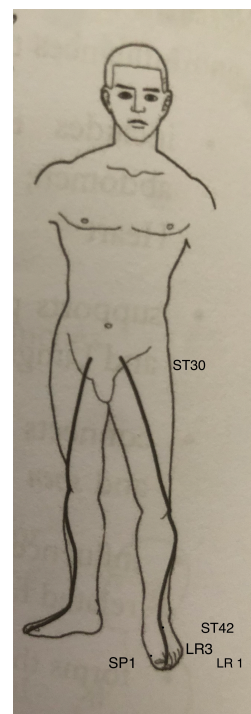
Diversi autori cinesi, tra i quali Jeffry Yuen, chiamano la branca discendente del chong mai "il grande canale luo dello Shao Yin"

### Quarto ramo ( discendente centrale)

Il quarto ramo emerge nel punto ST30 Qi Chong Assalto del Qi e scende lungo il canale dello Stomaco ma a livello più profondo, per emergere nel punto ST42 Chong Yang Irrompere dello Yang, punto Yuan sorgente del canale dello Stomaco. In questo punto il Chong Mai prende lo Yang oppure lo potenzia in caso di deficit dello Stomaco.

Passa poi al LR3 Tai Chong Grande chong, grande assalto per poi arrivare all'alluce ai punti LR1 Da Dun Grande montagna e SP1 Yin Bai Bianco nascosto, influenzando così i canali del Fegato e Milza. Da notare che questi ultimi tre punti sono punti molto legati al sangue.

Questo ramo strettamente legato allo Stomaco entra in contatto con ST37 Shang Ju Xu Grande vuoto superiore e ST39 Xia Ju Xu Grande vuoto inferiore, punti Mare del Sangue già menzionati nei testi antichi come abbiamo visto sopra.



Sia nel Su Wen sia nel Ling Shu si parla del collegamento tra Chong Mai e il Qi post natale dello Stomaco. Attraverso questa branca l'essenza renale sostiene i fluidi dello stomaco, tratta i Qi Ni e il calore.

Questo ramo tratta l'insufficienza arteriosa degli arti inferiori.

Si può usare in casi di aneurisma da stasi del sangue, nell'ipertensione portando il sangue in basso, o in altri problemi di circolazione dei piedi accompagnato da freddo, intorpidimento, parestesie, colore violacee ecc.

I testi antichi dicono che la branca discendente del Chong Mai riscalda i piedi. Nella sindrome del Qi ribelle del Chong Mai è frequente la sensazione di piedi freddi e calore al viso: il Qi ribellandosi verso l'alto causa una sensazione di calore al volto ma nello stesso tempo si ha relativamente meno Qi nella branca discendente del Chong Mai, causando freddo ai piedi.

Per il trattamento i due punti cardine sono lo ST30 Qi Chong Assalto del Qi, punto superiore del "Mare dei cereali", di origine o emersione del Chong Mai dall'interno, e ST42 Chong Yang, Yang d'assalto a cui si possono aggiungere i altri punti dove passa questa branca, oltre al punto di apertura SP4 e l'accoppiato PC6.

Potrebbe essere utile la combinazione con alcuni punti dell'addome come KI13 Qi Xue Caverna del Qi.

Nel caso di stasi con dolore e freddo per inversione di flusso alle estremità, si possono usare ST30, ST39 e LR3.

A proposito del LR3 Tai Chong, il suo uso per muovere il Sangue dell'Utero, è collegato, oltre al fegato, con questo percorso del Chong Mai.

Questo ramo è responsabile anche della salita del Yang puro, la lubrificazione degli organi di senso.



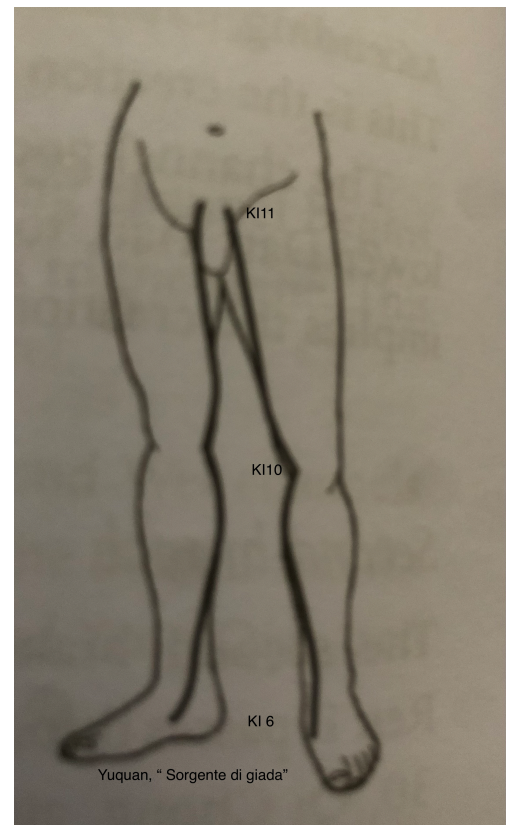
## Quinto ramo ( inferiore interno)

Il quinto ramo inizia a KI11 Heng Gu Osso pubico e scende lungo il meridiano del Rene, passa nella fossa poplitea e scende sempre nella parte mediale per passare posteriormente al malleolo interno, raggiunge il punto KI6 Zhao Hai Mare splendente, dove, si dice che va ad attivare lo Yin Qiao Mai.

Si porta poi al calcagno per terminare nella linea mediana della pianta del piede, in un punto sulla spina calcaneare anteriore Yu Quan Sorgente di giada che è simmetrico a KI1 Yong Quan Sorgente zampillante.

Il punto extra Yu Quan è particolarmente utile nei problemi di deformazione del piede, in particolare nei bambini con deformazione del piede, nell'alluce valgo o nelle dita a martello.

Questo ramo è strettamente legato al Rene, rafforza il legame delle energie ancestrali tra Rene e Chong Mai. Il Qi dei reni sostiene l'essenza renale e le ossa, il Chong Mai interagisce con i canali Wei e Qiao, e con questo ramo si distribuisce l'essenza per i cambiamenti strutturali.



È questo spiega il suo utilizzo nei problemi costituzionali specificatamente legati al Rene come i problemi ossei, posturali e sessuali.

Questa branca assicura la discesa dello Yin nelle gambe e inoltre il Chong Mai attraverso questa branca, insieme alla quarta, influenza tutti i tre canali Yin del piede, Fegato, Milza, Rene.

Quindi la patologia del Chong Mai può influenzare questi tre canali Yin, ed ecco che KI11 Heng Gu, KI12 Da He, e KI13 Qi Xue, influenzano la circolazione dei tre canali Yin del piede.

Viceversa, quando usiamo i tre canali, specialmente se combinati tra loro, influenziamo anche il Chong Mai.

Per esempio il punto SP6 San Yin Jiao influenza l'Utero, ed è il punto ginecologico per eccellenza, anche grazie all'influenza che ha sul Chong Mai ( Mare del sangue).

Nel trattamento relativo a questo ramo si attivano i punti di apertura SP4 e associato PC6 ( oltretutto bilanciando alto e basso) e il punto di partenza del ramo KI11 Heng Gu.

Oltre ad altri punti del rene che si possono combinare, si deve tenere presente che il meridiano scorre attraverso SP10 Xue Hai Mare del sangue, KI10 Yin Gu Valle Yin e BL40 Wei Zhong Centro della curva, eventualmente da utilizzare a seconda della patologia.

Le influenze del Chong Mai tramite i suoi rami le possiamo usare in tanti **trattamenti** come abbiamo visto sopra.

Un altro esempio è l'uso in ginecologia: per rafforzare e muovere il sangue del Chong Mai si utilizzano i punti di apertura SP4 Gong Sun e l'accoppiato PC6 Neiguan assieme a KI14 Siman e LR3 Taichong (oppure SP10 Xue Hai) bilateralmente.

Sempre in ginecologia, nei casi di blocco del Chong Mai nel tratto che lo collega all'Utero, con conseguente blocco del flusso e dolore, si possono pungere KI16 Huang Shu, CV4 Guan Yuan e ST37 Shang Ju Xu.

Ritornando alla verifica clinica, come abbiamo già riportato sopra, dobbiamo tenere sempre presente l'indicazione degli antichi come nel capitolo 29 del Nan Jing:

“ In caso di malattia del Chong Mai si determina Qi controcorrente con urgenza interna”

E ancora Li Shi Zhen dice:

“Qualora si abbiano manifestazioni di qi ribelle e di urgenza interna, qualunque sia l'organo o il viscere interessato, questi casi sono da collegare ad una condizione patologica di chongmai.”

Ecco allora che si potrebbe trattarsi di:

- “Qi controcorrente che attacca il vertice”, provocando vertigini con visione offuscata,
- “Qi controcorrente che invade lo Stomaco” e spinge il sangue a uno scorrimento disordinato ( ematemesi)
- “ostruzione del Bao Mai canale dell'Utero” che causa dolori addominali durante il periodo mestruale.
- “l'annodamento e il rallentamento nei collaterali” che provocano inversione del flusso e necrosi delle dita quindi

anche le forme gravi di arteriopatie periferiche appartengono alla sfera di Chong Mai.

“Urgenza interna” indica anche una sensazione vaga di ansia e irrequietezza; sul piano fisico può essere una sensazione di disagio, tensione che parte dall’addome inferiore e sale verso il Cuore.

I testi cinesi moderni sostengono che “l’urgenza interna “ può indicare anche dolore, stipsi, ritenzione urinaria, ernia, ansia, vertigini e nausea, specialmente causate da uno stato emotivo.

Lei Jing suggerisce di sospettare un deficit di Sangue come base del Qi ribelle del Chong Mai:

“Il Qi del Chong Mai sale in alto al torace, il Qi non è controllato e pertanto si ribella nel diaframma, il Sangue è in deficit e quindi si ha urgenza interna nell’addome e nel torace”

Il deficit del sangue, a volte combinato con un deficit del Rene, è una condizione più frequente nelle donne: il Dantian inferiore è debole e il Qi scappa verso l’alto. Un esempio di trattamento di questa casistica nella donna è:

SP4 Gong Sun a destra, PC6 Nei Guan a sinistra,  
LI4 He Gu a destra, LR Tai Chong a sinistra,  
KI13 Qi Xue bilateralmente,  
CV4 Guan Yuan e poi  
KI21 You Men bilateralmente.

Diverso è il caso del eccesso puro, in questo caso il Qi ribelle ha le cause nello stress emotivo che fa risalire e ristagnare il Qi, come rabbia repressa, preoccupazione, frustrazione, rancore.

Esempio di trattamento per il Qi ribelle da rabbia repressa di lunga data:

SP4 Gong Sun a destra, PC6 Nei Guan a sinistra,  
LI4 He Gu a destra, LR3 Tai Chong a sinistra,  
KI14 Si Man e KI21 You Men bilateralmente.

Un altro esempio di grande efficacia, indicato nei casi di soggetti anziani con deformazioni e dolori ossei non trattabili e segni di Ossa e Midollo vuoti ( vertigini, turbe mentali, debolezza delle gambe, andatura incerta), è questa combinazione:

-l'attivazione di Chong Mai tramite il punto di apertura SP4 Gong Sun e PC9 Zhong Chong ( quest'ultimo indicato dal maestro Jeffrey Yuen come punto di attivazione del ramo addominale di Chong Mai)

-moxa sul CV 4 Guan Yuan e

-la tonificazione del "Mare del Sangue" tramite i punti ST37 Shang Ju Xu, ST39 Xia Ju Xu e BL11 Da Zhu.

La funzione regolatrice del Chong Mai lo rende particolarmente indicato per trattare alcuni problemi mentali-emozionali come irrequietezza mentale e ansia spesso accompagnano il Qi ribelle.

I disagi relazionali, con sé e con gli altri, inducono turbe del sangue, dei vasi e dei straordinari e viceversa.

Il sangue è la dimora dello Shen, e il Chong Mai è il mare del sangue e in casi di turbe del canale abbiamo cattiva nutrizione affettiva. Nelle turbe che comprendono Chong Mai e Yin Wei Mai, oltre alla cattiva nutrizione affettiva c'è anche la scarsa conoscenza di se stessi.

## Tecniche di puntura

Prima di tutto palpare i punti principali del canale per attivare il canale. Poi passare alla puntura dei punti scelti anche in base alla palpazione ( punti ashi).

-La tecnica vibratoria: una volta infisso l'ago si imprime sull'impugnatura delle vibrazioni rapide e "con Qi" che creano dei cerchi di Qi nel profondo del mare del Jing. Il paziente dovrebbe sentire la vibrazione su tutto il corpo ma per farlo bene l'agopuntura deve essere ben piantato a terra e con le spalle " aperte" e rilassate per poter portare il Qi alla mano.

-Se la tecnica vibratoria risulta troppo laboriosa e difficile è possibile applicare piccole scosse all'ago imprimendo un impulso circolare più ampio.

-Normalmente si usa la tecnica del "sollevamento e spinta". Questa tecnica è fatta pungendo in un livello profondo per attingere alle energie profonde del canale straordinario. Una volta che arriva il Da Qi, l'ago si porta più superficialmente in un livello medio per richiamare Yin e Yang e Sangue.

La durata di un trattamento è di solito di circa 30-40 minuti e all'inizio si fanno delle sedute settimanali per un mese, poi si continua ogni due e tre settimane per altri due-tre mesi. Poi una volta al mese.

Complessivamente ci vogliono 3 fino a 6 mesi per vedere dei cambiamenti duraturi a questo livello.

Ci vuole del tempo per mobilitare e trasformare il pesante Jing, la nostra essenza.

I classici suggerivano di pungere prima il punto di apertura del canale scelto ( nel nostro caso SP4 per il Chong Mai) che veniva definito "il locandiere", seguito da quello del canale accoppiato, punto che viene definito "ospite".

L'uso in coppia dei punti di apertura del Chong Mai ( SP4) e del suo accoppiato Yin Wei Mai ( PC6) armonizza l'alto e basso. Questa coppia è quella classica ( già dell'epoca Ming) ma si possono usare anche altre combinazioni di punti apertura a seconda della diagnosi. Utilizzando queste coppie si trascendono le azioni individuali dei punti, mettendo in gioco l'energia dei Canali Straordinari.

Per l'infissione si tiene conto del sesso del paziente, il lato destro è considerato Yin e quindi nelle donne si inizia da questo lato, mentre il sinistro è Yang quindi negli uomini si inizia dalla sinistra. Infatti nel trattamento del Chong Mai, come anche per altri Canali Straordinari, si punge normalmente in modo incrociato bilaterale o unilaterale:

-Si punge per primo il punto di apertura di Chong Mai a destra ( se donna), poi a sinistra il punto accoppiato PC6, poi a sinistra SP4 e a destra il PC6 ( per il paziente uomo il giro è al contrario).

-Normalmente si usa pungere i punti incrociati e unilaterali cominciando con il punto di apertura del canale scelto a sinistra o a destra a seconda del sesso, per poi **chiudere il trattamento con il punto di apertura del canale accoppiato dal lato opposto**. Questa tecnica, che ti permette di usare pochi punti, è particolarmente adatta per i bambini, anziani, debilitati o in casi di ansia.

## La costituzione psichica e fisica

Chong Mai dà slancio alla vita con il suo assalto prorompente e dà al bambino la potenza che gli è necessaria per poter continuare a crescere e a cambiare.

La formazione di Chong Mai è per lo più completata nei primi 7-8 anni di vita, i primi 3 anni sono i momenti più importanti del suo sviluppo e ciò che accade in questo periodo, compreso la vita intrauterina, influisce nello sviluppo del Chong Mai e successivamente il resto della nostra vita.

Chong Mai può essere bloccato nella prima infanzia quando i bisogni fisiologici (fame) ed emotivi (il bisogno di essere toccati, accuditi, di sentire...) non vengono soddisfatti, e questo si manifesta con la colica infantile.

Il modo in cui Chong Mai si sviluppa determinerà le relazioni future della persona, se avrà fiducia nel mondo e negli altri o se sarà incline al ritiro dalla vita creando barriere. Come dice il maestro Jeffrey Yuen, le barriere psicologiche sono istituite a causa della paura dell'annientamento nel contesto di una nuova situazione.

Muovendosi il Jing si fa meno denso e si genera il movimento del Qi: dal Jing si ha la salita del Qi. La trasformazione del Jing in Qi rappresenta l'invecchiamento.

Il Qi, a sua volta, ha una relazione con lo Shen, che rappresenta " il programma " da realizzare nella vita.

Tutto questo movimento simboleggia la trasformazione verso qualcosa che l'individuo sta progressivamente diventando. Se si sviluppa una resistenza nei confronti di tale processo di trasformazione, esso si arresta e si sviluppa un movimento controcorrente.



Le persone in cui il Chong Mai si è sviluppato fortemente sono impetuose nel loro agire, decise, rapide nel pensiero e nel movimento, aperte ai cambiamenti ma mantengono al tempo stesso ben chiara la direzione della loro vita e i loro obiettivi.

Le persone Chong Mai hanno un forte vincolo con la tradizione, specie per quanto riguarda il mangiare, il vestirsi, il legame con la propria famiglia o il proprio gruppo di appartenenza, e l'osservanza dei riti.

Chong Mai rappresenta infatti la continuazione della tradizione attraverso il lignaggio, come esemplificato dal suo punto di apertura SP4 Gong Sun Nonno nipote.

Ma Chong Mai riflette anche l'influenza della cultura (il post natale) sulla natura (il prenatale) ovvero l'influenza delle norme sociali, i dogmi e la tradizione sulle persone determinando una censura su quello che si può sentire o fare.

Il "progetto architettonico" rappresentato dal Chong Mai può rimanere una potenzialità che fa fatica a manifestarsi nel caso delle turbe del canale che sono essenzialmente da Deficit.

I soggetti il cui sviluppo è stato condizionato da una carenza di Chong Mai, non hanno impeto, sono rallentati e rigidi nel movimento, sono lenti e rigidi nel pensiero e nel loro modo di guardare la vita, tanto da sviluppare la convinzione che non ci sia nulla da fare, né bisogno di cambiare o evolvere. Infatti se uno non sente la vita dentro di sé, difficilmente può cogliere il continuo fluire della vita nel mondo esterno.

Quando il Chong Mai è carente, la persona fa fatica a cambiare, ha un attaccamento eccessivo alle proprie idee. Il forte vincolo con la propria terra e le tradizioni, non più un elemento positivo, diventa abitudine di vita e non lascia spazio al cambiamento.

Anche i cambiamenti portati dall'esterno, anche quelli positivi, lo possono turbare, così come il cambio di ruolo o le responsabilità possono essere fonte d'ansia.

Quando la sintomatologia si aggrava, si sentono "vecchi prima del tempo" e si comportano come tali: detestano i cambiamenti e amano le situazioni stabili, come se non ci fosse nulla di interessante da fare o da imparare. Nulla li entusiasma o tanto meno li appassiona.

Nelle turbe del Chong Mai il soggetto è incapace di trasformarsi, di cambiare idea, di affrontare i cambiamenti psicofisici nella pubertà, maturità, la menopausa e la vecchiaia, con aggravamento della sintomatologia in queste fasi cruciali della vita.

Ogni volta che appaiano disturbi come per esempio l'acne alla pubertà, le turbe della menopausa o i primi mesi di gravidanza, quando, oltre all'impatto psicologico, l'utero deve cambiare la sua struttura, bisogna pensare al Chong Mai.

Nella **costituzione fisica Chong Mai** (in patologia), il soggetto è disarmonico, ci sarà una prevalenza del bacino sul torace, una tendenza all'aumento del peso, soprattutto nella parte bassa del corpo con obesità a pantalone di cavallerizzo. Il torace invece è piccolo ed i muscoli pettorali sono poco sviluppati. Hanno il viso irregolare, disarmonico, spesso rotondo, con occhi spenti e irregolarmente distanziati. Le donne costituzionalmente Chong Mai hanno spesso un'alterazione della distribuzione dei peli, specie ipertricosi nel triangolo pubico, talvolta fino a quadri di franco "irsutismo". Facilità alla cellulite nei fianchi e piedi molto freddi. Il sangue nutre i peli e la pelle e quando il Chong Mai, "Mare del Sangue" è in vuoto, si possono avere delle alopecie gravi. Spesso la cute è anelastica, lucida e seborroica o acne giovanile.

La pesantezza e le rigidità a livello fisico diventano ostacoli per muoversi nella vita. Il blocco del ramo spinale porta facilmente a lombalgie tipo "colpo della strega", specchio della rigidità complessiva della persona.

## Chong mai e la coltivazione della salute e della spiritualità.

“La via del creativo opera attraverso il cambiamento e la trasformazione, finché ciascuno riceva la sua vera natura che gli è destinata e venga in accordo permanente con la grande armonia; questo è ciò che promuove e ciò che persevera”

Esagramma 1 Qian Il 乾 “ Il creativo ”

Vari testi antichi, tra cui I Jing, il libro dei mutamenti, parlano delle otto lezioni della vita ( i 9 palazzi del cuore) che sono in stretta correlazione con gli otto Canali Straordinari. I Canali Straordinari sono l'espressione della nostra Anima e del percorso che le è richiesto di compiere. La prima fase della vita, la prima infanzia, è legata al numero 3, che rappresenta “la Salute”.

“La salute ” è la prima lezione, e la salute ha la radice nella nostra impronta originaria che è Chong Mai.

Se uno non si sente sano in questa impronta, o se non la cura affinché questa sua impronta originaria sia sana, avrà dei problemi. Jing rappresenta il sé, la vera natura. Questo include i geni e il lignaggio ancestrale. Se uno non si piace, non apprezza il suo lignaggio o desidera di essere qualcun altro, non vuole il suo Jing e il suo Yuan Qi.

Questo rifiuto crea una profonda polarità e disequilibrio che si può manifestare nelle tre dimensioni (nei tre tesori ) della vita, fisico, psico-emozionale e spirituale.

Il disequilibrio di Chong Mai può influenzare aspetti profondi della vita. L'accettazione del sé, della genetica e delle origine è l'inizio della salute e dell'armonia.

L'accettazione non vuol dire seguire credenze o comportamenti che uno disapprova: vuol dire riconoscere la realtà della propria vita e questo riconoscimento ci permette di avere una mente più libera e vivere in modo equilibrato, naturale e consapevole.

Aver appreso la lezione della salute non significa non aver più alcun tipo di malattia, pretesa assurda e anche dannosa, ma piuttosto aver compreso il senso profondo della malattia e della guarigione, come parte del processo di evoluzione individuale.

La lezione "La Salute" ci insegna a trasformare ogni evento della vita in un'esperienza di guarigione, inteso anche come guarigione dal nostro passato, dai nostri attaccamenti e desideri, dai nostri schemi e dalle nostre rigidità.

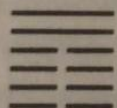
Per questo il primo palazzo " La Salute" si associa al Chong Mai, che è il "Mare del Sangue".

A livello spirituale, Sangue vuol dire esperienze, allora il Chong Mai Mare del sangue è il mare delle esperienze. Saper navigare nel mare delle esperienze vuol dire rendersi conto che l'esperienza ci serve per comprendere la vita ed è la maggior comprensione della vita che ci rende più sani e più liberi.

Nella vita postnatale, le esperienze ripetute o molto intense possono entrare nel Chong Mai, possono entrare nel Jing e diventare parte della costituzione. A volte queste esperienze intense avverse ci possono portarci via dalla nostra vera natura.

觀

20. *Kuan - La Contemplazione (la Visione)*



sopra SUN, IL MITE, IL VENTO

sotto K'UN, IL RICETTIVO, LA TERRA

Il vento soffia sulla terra: l'immagine della contemplazione.

Si dirige la contemplazione su se stessi per ricevere un orientamento per le proprie decisioni.

La conoscenza di sé non consiste nell'occuparsi dei propri pensieri, ma piuttosto degli effetti che partono da noi stessi.

Chong Mai ci offre una connessione diretta con la nostra spiritualità, ci offre l'opportunità di prenderne coscienza e di vivere nella spiritualità.

Chong Mai è il canale più vicino al Jing e allo Shen. Energizzare questo canale influisce profondamente i tre tesori Jing, Qi, Shen permettendo l'unità del nostro corpo, mente e spirito.

Questa unità ci consente di far diventare la nostra vita quotidiana l'espressione naturale della nostra vera natura.

"Se assorbi il soffio del cielo e il soffio della terra e li immagazzini all'interno del corpo, in modo analogo allo Yin e allo Yang, e respiri il soffio puro e tieni ben calma la mente, allora il tuo corpo si unirà al soffio del cielo e al soffio della terra. Vivrai a lungo" è scritto nel Huang Di Nei Jing "Canone Interno dell'Imperatore Giallo".



Diagramma Nei Jing tu Carta dell'ordito interno o Paesaggio Interiore

Raffigura il corpo dell'uomo, il meditante, come microcosmo, un "paesaggio interiore" simbolico e magico, dimora di molteplici divinità, celesti e telluriche, luogo in cui va operata la trasmutazione se si vuole avere accesso al Reale.

Rappresenta il concetto della circolazione della forza vitale e la formazione dell'elisir d'oro, è il Neidan, l'alchimia interna, l'arte taoista della coltivazione energetica interna per riportare in sé l'ordine del Cielo. Il Neidan influenza la qualità della nostra vita. Coltivando la nostra radice possiamo influenzare il nostro destino e andare oltre.

L'immagine è vista come una visione laterale del corpo e raffigura i **tre Dantian**, sono i luoghi del corpo dove vengono trasformate le energie:

- Campo di cinabro inferiore o Xia Dantian al di sotto dell'ombelico nella zona tra CV6 Qi Hai e CV4 Guan Yuen. È legato alle energie terrene Yin, all'essenza Jing. È associato alla forza vitale e all'energia sessuale.
- Campo di cinabro centrale Zhong Dantian, nella zona attorno al punto CV17 a livello del plesso solare. È legato all'essere Umano (Ren), quindi al Qi e corrisponde al torace, il quale presiede alle funzioni emozionali, circolatorie e respiratorie;
- Campo di cinabro superiore Shang Dantian corrisponde al Cielo, si trova tra le sopracciglia nel punto Yintang. È legato alle energie celesti Yang, allo spirito Shen. È legato alle funzioni intellettive ed elevate dell'essere umano, quali la visione del mondo e i campi di coscienza ordinario e straordinario.

Nella meditazione ci poniamo in ascolto delle energie più profonde. La mente libera comprende la vera natura degli eventi e la comprensione di noi stessi e del mondo diviene autentica.

**La meditazione nei tre Dantian è l'allineamento dei tre Dantian o i tre campi di cinabro, che usa proprio il Chong Mai, ci permette di consolidare il perno centrale della nostra**



vita, di trovare il nostro posto energetico e simbolico tra il Cielo e la Terra, di riconnetterci al nostro Yuan Shen.

Nel Dantian inferiore, l'essenza viene raffinata e trasformata in soffio. Nel Dantian mediano il soffio viene raffinato e trasformato in energia spirituale. Nel Dantian superiore, l'energia spirituale viene raffinata, raggiunge il vuoto mentale in uno stato di piena coscienza, e la sua reintegrazione nel vuoto infinito, il Tao.

Questo vuoto è un pieno fecondo di ogni possibilità, tutto è manifestazione del Tao.

Tornando al Huang Di Nei Jing Su Wen, nel cap. 8 "Trattato sul Valore della Vita e sulla Realizzazione di un corpo perfetto" è scritto:

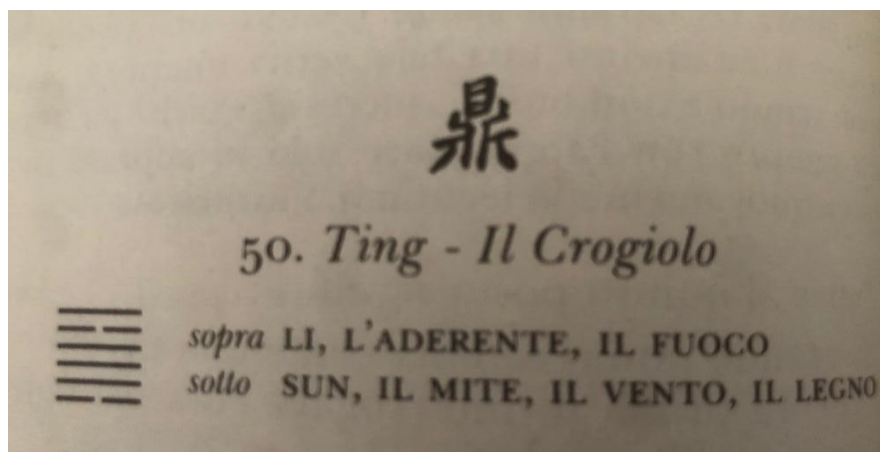
"L'imperatore Giallo disse: " Coperta dal Cielo e sostenuta dalla Terra, tutta la creazione nella sua unità e nella sua più completa perfezione è pianificata per la più grande delle realizzazioni: L'Uomo.

L'uomo vive del soffio del Cielo e della Terra e raggiunge la perfezione attraverso le leggi delle quattro stagioni"

Seguire "la retta Via", il Tao, è vivere in accordo con la natura. Emulare il fluire dell'universo nel suo perenne cambiamento adattandosi perfettamente ad esso.

Ritornando al Chong Mai, i due punti estremi dell'asse centrale Cielo-Uomo-Terra sono Bai Hui Calotta spirituale celeste e Hui Yin Fondo del mare o " Punto della Vita e della Morte". Nella pratica di meditazione chiudendo il perineo e appoggiando la lingua al palato, si favorisce il passaggio energetico e si rende possibile la circolazione del Qi nella piccola circolazione celeste Xiao Zhou Tian che è la prima

tappa del processo alchemico. Questo circuito diventa l'alambicco per trasmutare le energie.



Nulla trasmuta le cose tanto quanto il crogiolo.

Il crogiolo significa l'accettazione del nuovo.

Il fuoco arde e così anche la vita deve restare accesa che  
le fonti della vita non si inaridiscono.

Chong Mai è il Mare della riunione Yin e Yang, dell'acqua e del fuoco.

Nell'alchimia interna Neidan il corpo in meditazione diventa come il laboratorio alchemico della pratica dell'alchimia esterna, e l'elisir è il prodotto della raffinazione delle tre essenze Jing Qi e Shen, è lo spirito tutt'uno con il Tao.

“Se il corpo è immobile, l'essenza si consolida;  
Se la mente è immobile, lo spirito diventa agile ed efficiente;  
Se il cuore è immobile, il soffio si consolida”

Xiu Zhen Tu

Chong Mai è considerato molto importante per una buona pratica di **Qi Gong**, soprattutto nel lavaggio dei midolli proprio per via dei del suo percorso che emerge nel perineo nel punto Hui Yin, attraversa i tre Dantian e con il suo ramo spinale entra in contatto con i midolli fino al cervello.

Nel lavaggio dei midolli, pratica che utilizza la via dell'acqua tramite il vaso penetrante Chong Mai, il Qi esce dal tragitto del fuoco o dello Yang di Du Mai, e nel punto Hui Yin entra nel midollo spinale per raggiungere infine la testa.

**La via dell'acqua, tramite l'uso del Chong Mai** vaso penetrante, ci insegna a usare lo Yuan Qi per raffreddare il corpo, nutrire il cervello ed elevare lo spirito.

Fluire all'interno dello scorrere della vita offre l'opportunità di raggiungere la completezza.

Come dice il Maestro Jeffrey Yuen, un terapeuta che non conosce la propria strada verso la completezza non può aiutare un paziente a compiere questo percorso.

L'auto-coltivazione dunque per essere in grado di operare ai livelli più alti della medicina che è quello in cui si impedisce alla malattia di manifestarsi.

Alla fine chiudo questo cammino che ho chiamato con il sottotitolo " Dall'agopuntura alla spiritualità", con la risposta del medico Qi Bo all'Imperatore Giallo:

" Per rendere l'agopuntura approfondita ed efficace si deve per prima cosa curare lo spirito "

Bologna, giugno 2022  
Dott.ssa Alma Arianiti

“La vita dell’uomo tra il Cielo e la Terra è come un puledro bianco che salta una scarpata: un lampo, ed è finito”

“La discussione è inferiore al silenzio ”

Zhuang-zi

Rapida, la corrente  
di un torrente a cascate,  
ostruita dalle rocce,  
si divide, ma alla fine  
si fonde: questo io penso.

Sutoku no In  
( Shi-kwa-waka-shu, VII, 288)

## Bibliografia

David Twicken, Eight extraordinary channels Qi Jing Ba, Singin Dragon, 2013

Massimo Muccioli, Le basi della medicina cinese. Fondamenti filosofici, fisiologia, eziopatologia, edizioni Pendragon, 2013.

C. Di Stanislao, D. De Berardinis, M. Corradin, Visceri e Meridiani Curiosi, Casa Editrice Ambrosiana, 2012

Mei JIanhan e Yang Yuhua, Il trattato degli Otto Canali Straordinari, Casa Editrice Ambrosiana, 2003

Giovanni Maciocia, I fondamenti della medicina cinese, Edizione Edra s.p.a., 2015

Franco Bottalo, Il cammino dell'anima, Casa editrice Xenia Edizioni, Pavia 2013.

Franco Bottalo, Manuale di Qi Shu, Xenia Edizioni, 2001

The 8-Extraordinary Vessels (Qi Jing Bai Mai) Jeffrey Yuen's class Winter/Spring 2004

Testo Classico di Medicina Interna dell'Imperatore Giallo  
Huang Ti Nei Ching Su Wen  
A cura di Ilza Veith, Edizioni Mediterranee, 2006

Cancer Clinic Oncologia in medicina classica cinese

Le Lezioni di Jeffrey Yuen a cura di Emilio Simongini e Leda Bultrini, Edizioni Xin Shu, 2018

La tipologia

(Le Lezioni di Jeffrey Yuen ) a cura di Emilio Simongini e Leda Bultrini, Edizioni Xin Shu, 2012

Huangdi NeiJing SUWEN Le domande semplici dell'imperatore  
Giallo

A cura di Elisabeth Rochat de la Vallée e Claude Larre,  
edizione Jaca Book, 1999

Peter Deadman e M. Al-khafaji con C. Baker, Manuale di  
agopuntura, Casa Editrice Ambrosiana, 2000

Yang Jwing-Ming, Le Radici del Qigong Cinese, Mediterranee  
Edizioni, 2008

I Ching Il Libro dei Mutamenti

A cura di Richard Wilhelm, Adelphi Edizioni, 1991

Lao Tseu Tao Te King Il libro della Via e della Virtù,

Commentato da Claude Larre

Edizione Jaca Book, 2013

Lao Tzu Tao Te Ching, Oscar Mondadori, 2012

Confucio, Luni Editrice, 2001

Teika Fujiwara La centratura Poetica, Edizione Se srl, 2010

Zhuang-zi, Adelphi Edizioni, 2019