



DIPLOMA TRIENNALE IN
MEDICINA TRADIZIONALE CINESE: AGOPUNTURA

Medicina cinese e medicina convenzionale a confronto:
elementi di convergenza e divergenza nell'approccio al
malato e alla malattia

RELATORE

Dott. Massimo MUCCIOLI

Candidato

Dott. Angelo Luigi BRUNO

Anni accademico: 2016



Medicina cinese e medicina convenzionale a confronto: elementi di convergenza e divergenza nell'approccio al malato e alla malattia

Indice

• Premessa (pg.3)
• 1. Introduzione ai modelli filosofici ed epistemologici (pg.4)
• 2. Alfred Korzybski e Gregori Bateson (pg.12)
• 3. Pensiero lineare, pensiero circolare; grafema ed ideogramma (pg.21)
• 4. Confucianesimo, Daoismo, Buddismo (pg.25)
• 5. Prevenzione-Energia-Mappa del territorio (pg.29)
• 6. La malattia (pg.32)
• 7. I soffi (pg.34)
• 8. Lo Shen (pg.35)
• 9. L'amorevole compassione (pg.37)
• 10. Gli stili di attaccamento (pg.41)
• 11. Il terapeuta e lo spazio di cura (pg.43)
• 12. Amore terapeutico (pg.50)
• 13. Vuoto: sede della vita (pg.54)
• 14. Il Vuoto del cuore e l'Arte del cuore (pg.57)
• 15. Medicina Sociale e Medicina Preventiva (pg.66)
• Conclusioni (pg.72)
• Appendice: Neyie (pg.76)
• Bibliografia (pg.92)

Tanto tempo fa, l'uomo ascoltava con stupore un suono di colpi regolari che veniva dal suo petto e non si immaginava certo cosa fosse. Non riusciva a identificarsi con una cosa tanto estranea e sconosciuta come un corpo. Il corpo era una gabbia e al suo interno c'era qualcosa che guardava, ascoltava, aveva paura, rifletteva e si stupiva; questo qualcosa, questo resto lasciato dalla sottrazione del corpo, era l'anima. Oggi, ovviamente, il corpo non è più uno sconosciuto: sappiamo che ciò che batte nel petto è il cuore, e che il naso è l'estremità di un tubo che sporge dal corpo per portare ossigeno ai polmoni. Il viso non è che un quadro di comando dove vanno a sfociare tutti i meccanismi del corpo: la digestione, la vista, l'udito, la respirazione, il pensiero. Da quando l'uomo sa nominare ogni sua parte, il corpo lo preoccupa meno. Oramai sappiamo anche che l'anima non è che un'attività della materia grigia del cervello. La dualità di corpo e anima si è avviluppata in una terminologia scientifica come di un pregiudizio fuori moda. Ma basta innamorarsi follemente e sentire il brontolio del proprio intestino, perché l'unità di corpo e anima, questa lirica illusione dell'età della scienza, svanisca di colpo.

— Milan Kundera, L'insostenibile leggerezza dell'essere

Medicina cinese e medicina convenzionale a confronto: elementi di convergenza e divergenza nell'approccio al malato e alla malattia

Premessa.

Dissertare di Medicina ed in tale ambito di ciò che contraddistingue l'approccio "cinese" da quello comunemente detto "occidentale" o di "medicina convenzionale", implica una premessa, un approccio ad una problematica interna, che attraversa il campo della comprensione, lettura della realtà umana e del contesto relazionale in cui quest'ultima diviene, si trasforma e "apparentemente" cessa di essere ed ovviamente ancora sugli aspetti metacomunicativi e metalinguistici che improntano la comunicazione umana.

Dal confronto che di seguito si andrà a declinare in un intreccio, forzatamente parziale, in relazione all'ampia mole documentale presente in entrambi i campi del sapere medico, emergerà l'assunto ed il riferimento a due distinte modalità, evolutesi nel tempo, di percepire la realtà e quindi in buona sostanza, a due differenti *Weltanschauung*, ovvero ordini filosofici, od ancora in altri termini, differenti relazioni di dominanza o co-dominanza od altro tra i soggetti: uomo, natura, interiorità e società.

1. Introduzione ai modelli filosofici ed epistemologici.



Questo dipinto di René Magritte (Lessines 1898 - Bruxelles 1967) fu concepito dall'artista belga tra gli anni 1928-1929: l'impatto visivo è immediato e centrato sull'oggetto, un oggetto comunemente presente nella memoria e conoscenza pratica di ognuno di noi. La didascalia posta sotto l'oggetto: "**Ceci n'est pas une pipe**" evidenzia lo scarto o meglio l'errore che ad una lettura immediata (e superficiale) si è portati ad esprimere: il nostro ego rigetta le parole che definiscono l'immagine, ritenendole contraddittorie e false, confondendo il contenuto del messaggio visivamente comunicato con la realtà oggettuale.

Magritte pone in campo artistico mediante una mirabile sintesi quello che nel campo delle scienze teoriche e applicate a cominciare dalla Fisica del mondo subatomico andava già da tempo emergendo ovvero che tra realtà esterna e osservatore di quest'ultima, esiste qualcosa di molto più complesso e di interconnesso, tale da generare non solo molteplici rappresentazioni dell'oggetto in ragione di molteplici condizioni di osservazione e/o molteplici osservatori, ma anche il forte sospetto che la relazione stessa di conoscenza porti a modificare l'oggetto osservato, risultandone anche quest'ultimo probabilmente modificato.

Il titolo del dipinto è tutto un programma: ***La trahison des images***, ovvero "Il tradimento delle immagini"¹.

La discrasia tra realtà e rappresentazione della stessa affiora, cresce e diviene dirompente nella cultura europea, in tutti i campi, dalle arti alla biologia con l'inizio del Novecento.

In realtà il processo discrasico è geneticamente più antico e dai più ricondotto al pensiero filosofico di René Descartes (1596-1650) e al Discorso sul Metodo (1637) che offre già nel titolo (*Discorso sul metodo per un retto uso della propria ragione e per la ricerca della verità nelle scienze più la diottrica, le meteore e la geometria che sono saggi di questo metodo.*) e nel prologo dello stesso Autore (*Se questo discorso sembra troppo lungo per essere letto tutto in una volta, lo si potrà dividere in sei parti. E si troveranno, nella prima, diverse considerazioni sulle scienze. Nella seconda, le principali regole del metodo che l'autore ha cercato. Nella terza, qualche regola della morale ch'egli ha tratto da questo metodo. Nella quarta, gli argomenti con i quali prova l'esistenza di Dio e dell'anima dell'uomo, che sono i fondamenti della sua metafisica. Nella quinta, la serie delle questioni di fisica che ha esaminato, in particolare la spiegazione del movimento del cuore e di qualche altra difficoltà della medicina e, ancora, la differenza tra l'anima nostra e quella dei bruti. Nell'ultima, le cose ch'egli crede siano richieste per andare avanti nello studio della natura più di quanto si è fatto, e i motivi che lo hanno indotto a scrivere*), la misura delle caratteristiche del procedere del pensiero filosofico occidentale che potremmo sintetizzare in:

- progressivo affermarsi e crescita della coscienza del sé, ovvero dell'ego pensante se stesso,
- linearità dei processi logico-deduttivi, progredienti per "esclusione", ovvero per scomposizione analitica del dato presunto oggettuale;
- affermarsi di una apparente oggettivazione della conoscenza, ovvero di un "*retto uso della ragione per la ricerca della verità*".

¹ "...la famosa pipa. Quanto mi ha rimproverato la gente per questa pipa! Eppure, potresti fumare la mia pipa? No, è solo una rappresentazione. Così, se avessi scritto sul mio dipinto "Questa è una pipa" io avrei mentito!" (H. Torczyner (1977). Magritte: Idee e Immagini pg 71, Draeger Ed. Parigi).



Due termini “diavolo” e “simbolo” sintetizzano sotto il profilo etimologico la spinta e la contro-spinta che dominano il pensiero filosofico e la cultura occidentale in genere.

Entrambe derivano dal greco: **diavolo** “dia”, “balle” ovvero che separa, divide e **simbolo** “sin”, “balle” ovvero che unisce. Da Descartes in avanti il “dia-balle” prenderà progressivamente il sopravvento sul “sin-balle”: il dividere per conoscere diverrà sempre più profondo in tutti i campi anche in quello medico.

E’ probabilmente eccessivo attribuire a Descartes tale preminenza concettuale, quando in realtà già a partire dalla sistematizzazione aristotelica (Aristotele 384-322 a.C.) in filosofia “prima” e “seconda”, si attribuiva a quella identificata come “prima” il pensare/conoscere, il “primum movens” (motore immobile) ovvero una causa “immateriale” fuori dalla natura, dove era relegata la “seconda”, la “phisis”: esclusivamente il tangibile, il concreto, il materiale. A Descartes e alla formulazione e separazione (dia-balle) dei concetti di “res extensa” (corpo, materia) e “res cogitans” (mente) si deve il consolidamento di un persistente dualismo (dia-bolico) tra corpo e mente

con una prevalenza di quest'ultima sul corpo, giusta conclusione e superamento del concetto platonico di "corpo" come prigione, tomba dell'anima:

"Dicono alcuni che il corpo è séma (segno, tomba) dell'anima, quasi che ella vi sia sepolta durante la vita presente; e ancora, per il fatto che con esso l'anima semáinei (significa) ciò che semáine (intende esprimere), anche per questo è stato detto giustamente séma. Però mi sembra assai più probabile che questo nome lo abbiano posto i seguaci di Orfeo; come a dire che l'anima paghi la pena delle colpe che deve pagare, e perciò abbia intorno a sé, affinché sózetai (si conservi, si salvi, sia custodita), questa cintura corporea a immagine di una prigione; e così il corpo, come il nome stesso significa, è séma (custodia) dell'anima finché essa non abbia pagato compiutamente ciò che deve pagare. Né c'è bisogno mutar niente, neppure una lettera." (Platone, Opere, vol. I, Laterza, Bari, 1967, pp. 213-214).

Riprendiamo e condividiamo le parole ed il giudizio di C. Larre ² sul pensiero del filosofo francese che *"... ebbe il merito di aver fornito a tutti i ricercatori successivi la giustificazione teorica per una indagine del mondo fenomenico, libero da qualsiasi implicazione morale..."*.

La separazione tra materia e spirito operata da Cartesio sanciva la cesura definitiva con un passato di pensiero ormai lontano. Una cesura il cui inizio coincide con gli albori del pensiero filosofico greco. Antecedente a questa iniziale frattura era imperante l'animismo ovvero una concezione del rapporto uomo-natura che vedeva coesistere visibile ed invisibile: una stretta contiguità tra gli spiriti della natura (spiriti delle acque come sorgenti, fiumi, mari; della terra, degli alberi ecc.) che innumerevoli co-abitavano con gli uomini lo spazio esterno, ma in molte culture anche quello interno, soma, come re-incarnazione ciclica da parte degli antenati.³

Residui di cultura animistica si ritrovano tuttora, anche in Italia. In tutto il territorio alpino e sub-alpino sono tuttora diffuse storie e leggende che fanno

² C. Larre, F. Berera (1997), *Filosofia della Medicina Tradizionale Cinese*. Jaca Book Milano (pg. 36).

³ Cfr l'opera di Marcel Griaule (Ainsy-sur-Armençon, 16 maggio 1898 – Parigi, 23 febbraio 1956) etnologo francese sull'etnia Dogon (Mali). Fondamentale per una conoscenza delle culture animiste è *Il dio d'Acqua* pubblicato per la prima volta nel 1948.

riferimento ad es. ad uno spirito d'acqua denominato Anguana. L'Anguana è uno spirito affine alle ninfe del mondo romano antico, ma che di volta in volta, spostandosi da valle in valle, risente anche di influssi della mitologia teutonica. Questi spiriti dell'acqua, presenti in prossimità di fonti o pozze d'acqua sono spesso descritte come giovani donne, al pari delle sirene, in grado di sedurre gli uomini, dotate di un corpo con le caratteristiche dell'animalità soprattutto nelle parti del soma più lontano dal capo: piedi di anatra, squame di pesci o rettili.

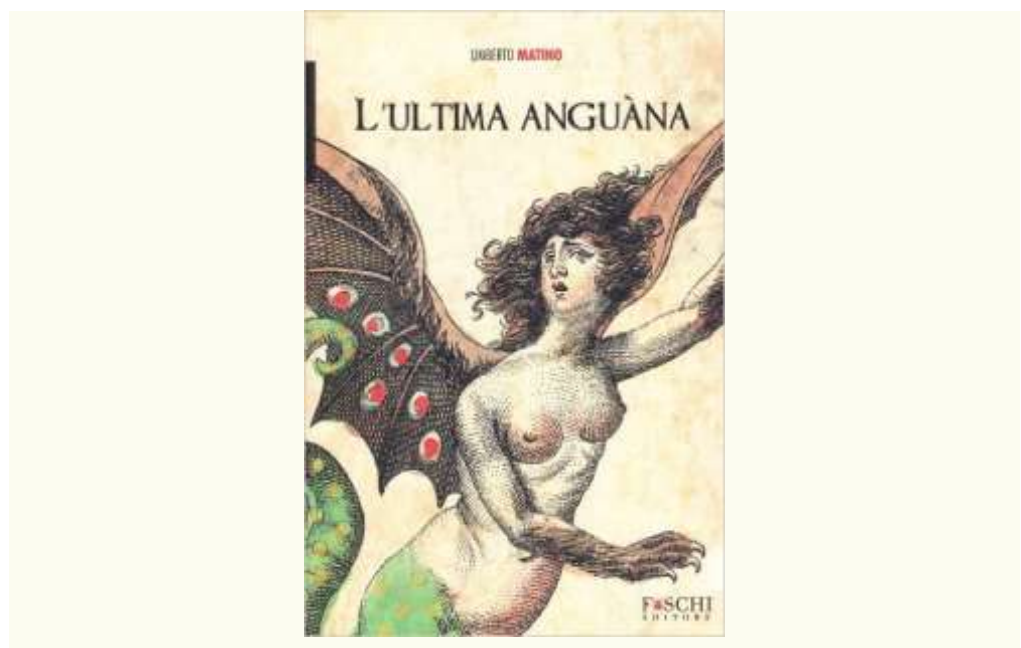


Figura 1: Autore: Umberto Marino, pubblicazione: 2011

La cultura animistica fu combattuta ed in gran parte distrutta dall'avvento del Cristianesimo, soprattutto quando quest'ultimo assunse il ruolo di religione di Stato (secolarizzazione). Elementi animistici permasero e segnarono, all'interno della cultura europea un filone di pensiero che potremmo schematicamente indicare come filosofia ermetica e alchimia.

Paracelso (1493-1541) nel *“De Nymphis, Silphis, Pygmaeis et Salamandris ed coeteris spiritibus”* individua negli gnomi, ondine o sirene, silfidi e salamandre degli esseri appartenenti ad un mondo Altro, spesso invisibile, ma ancora in

contatto e manifesto agli uomini, esseri legati ai quattro elementi fondanti il nostro universo: terra (Gnomi o Spiriti della terra), acqua (Ondine, Sirene o Spiriti dell'acqua), aria (Silfidi o Spiriti dell'Aria)⁴, fuoco (Salamandre, o Spiriti del Fuoco): *"...per essere uomini non manca loro che l'anima. E poiché gli manca l'anima, non pensano né a servire Dio né a seguire i suoi comandamenti..."*.

Anche dalla componente mistica del pensiero giudaico (Cabala) pervengono esempi di elevata pregnanza animistica. Nell'opera *Yalqùt Chadàsh* di Rabbi Yisrael ben Binyamin di Belzec (1585 – 1658) talmudista del XVII secolo si legge: *"non c'è una cosa al mondo, non la minima erba, a cui non sia preposto uno spirito"*.

Un mondo intermedio, di collegamento tra l'Uomo ed il Divino, evoluzione adattativa della teogonia pagana che il Cristianesimo cercherà di eliminare, in parte riuscendovi con i roghi inquisitori (valga per tutti quello di Giordano Bruno) ed in parte inculturandolo nei santi, protettori spirituali nei confronti delle avversità (sant'Acacio invocato nelle malattie degli occhi, sant'Agata invocata per le malattie del seno ecc.) ma anche protettori ben più materiali, delle corporazioni professionali: sant'Apollonia invocata per il mal di denti e protettrice dei dentisti; san Biagio invocato contro le malattie infettive, la balbuzie e il mal di gola, protettore dei cardatori di lana e materassai.

Tornando a quello che potremmo definire snodo filosofico cartesiano, assistiamo alla teorizzazione della scomparsa di ogni forma di animismo e alchimia nel nome della verità oggettuale e l'affermarsi imperioso di un mondo spiegato in termini meccanicistici. Tutti gli esseri viventi non sono altro che macchine, composte da particolari. Ecco quello che scriveva nel

⁴ Nell'opera shakespeariana *"La Tempesta"* (1611) il protagonista Prospero (un mago) è servito contro voglia da Ariel uno spirito dell'Aria, che egli ha liberato dall'albero dentro il quale era stato intrappolato dalla strega Sycorax ed ancora in *"Sogno di una notte di mezza estate"* (1595) lo stesso autore fa abitare il bosco da creature magiche: il re degli elfi è Oberon aiutato nelle proprie trame dal folletto Puck.

“Traité de l'homme”: “Voglio che consideriate che tutte queste funzioni di questa macchina sono la necessaria conseguenza della disposizione dei suoi solo organi, così come i movimenti di un orologio o di un altro automa conseguono dalla disposizione dei suoi contrappesi ed ingranaggi; cosicché per spiegarne le funzioni non è necessario immaginare un'anima vegetativa o sensibile nella macchina”.

Le ricadute nell’ambito dello sviluppo della società “occidentale” di una siffatta impostazione sono avanti i nostro occhi e permeano a tal punto il nostro vivere quotidiano da assumere la connotazione di vero e proprio “velo”⁵ sulla realtà⁶.

La liberazione da “qualsiasi implicazione morale” ricordata da Larré (v. sopra) e la separazione tra corpo/natura e mente/pensiero determinarono una sempre maggiore separazione dell’Uomo dall’ambiente circostante, separazione coniugata ad una apodittica autoaffermazione di superiorità dell’uomo su tutte le altre specie⁷.

⁵ *Der Schleier der Maya* Arthur Schopenhauer, ne “*Il mondo come volontà e rappresentazione*” pubblicato a Dresda nel 1819.

⁶ La cinematografia offre diversi esempi in merito: **Matrix** un film di fantascienza del 1999 scritto e diretto da Lana e Andy Wachowski. “*Matrix è ovunque. È intorno a noi. Anche adesso, nella stanza in cui siamo. È quello che vedi quando ti affacci alla finestra, o quando accendi il televisore. L'avverti quando vai a lavoro, quando vai in chiesa, quando paghi le tasse. È il mondo che ti è stato messo davanti agli occhi per nasconderti la verità.*» ed ancora **The Truman Show**, film del 1998 diretto da Peter Weir.

⁷ La conseguenza è: se gli animali non sono pari all’uomo, ma sono mere “macchine”, allora sono “cose” di cui l’uomo può disporre e sfruttare a proprio piacimento, senza rimorsi. Per Peter Singer in “*Liberazione animale*” (1975). specismo è: «*Un pregiudizio o atteggiamento di prevenzione a favore degli interessi dei membri della propria specie e a sfavore di quelli dei membri di altre specie*». Sempre Singer ritiene lo specismo parte integrante di quella lunga serie di violazioni del principio di eguaglianza, che hanno nel razzismo e nel sessismo le loro espressioni intra-specifiche più note: «*Il razzista viola il principio di eguaglianza attribuendo maggior peso agli interessi dei membri della sua razza qualora si verifichi un conflitto tra gli interessi di questi ultimi e quelli dei membri di un’altra razza. Il sessista viola il principio di eguaglianza favorendo gli interessi del proprio sesso. Analogamente, lo specista permette che gli interessi della sua specie prevalgano su interessi superiori dei membri di altre specie. Lo schema è lo stesso in ciascun caso*».

Animale-macchina ed infine in campo medico, corpo come macchina, su cui si può operare a prescindere dall'Anima, cambiando, sostituendo una parte al pari di un qualsiasi congegno inanimato.

Per la Medicina occidentale tutto ciò si esprime nella massima specializzazione, settorializzazione degli ambiti chirurgici dove l'atto medico assume una franca connotazione di *mimesis*, tecnica, ovvero tecnologia di "riparazione" meccanicistica della parte a favore di una Parte (il corpo) ancora una volta separato dalla parte Altra (Mente, Spirito).

"... Allo stesso modo, un medico è una persona che accetta, per tutta la vita e con tutte le conseguenze, di occuparsi del corpo umano. È questo consenso fondamentale (e non certo il talento o l'abilità) che gli permette il primo anno di università di entrare nella sala di anatomia e sei anni dopo di diventare un medico. La chirurgia porta l'imperativo fondamentale della professione medica fino al limite estremo, dove l'umano tocca il divino. Se colpite qualcuno violentemente sulla testa con un bastone, questi stramazza a terra e cessa per sempre di respirare. Ma una volta o l'altra avrebbe cessato comunque di respirare. Un simile assassinio non fa altro che anticipare di poco ciò che Dio avrebbe in seguito provveduto a fare lui stesso. Dio, si potrebbe supporre, ha previsto l'omicidio, ma non la chirurgia. Non si immaginava che qualcuno avrebbe avuto il coraggio di infilare una mano dentro un meccanismo inventato da lui, imballato con cura nella pelle, sigillato e chiuso agli occhi dell'uomo. Quando Tomáš appoggiò per la prima volta il bisturi sulla pelle di un uomo sotto anestesia e poi incise la pelle con gesto energico e l'aprì con un taglio netto e preciso (come fosse stata un tessuto inanimato, un cappotto, una gonna, una tenda), provò la breve ma intensa sensazione di compiere una profanazione. Ma era proprio quello ad attrarlo! Era l'"Es muss sein!"⁸ profondamente radicato in lui e al quale non era stato spinto da nessun caso, da nessuna sciatica del primario, da nulla di esterno."⁹

⁸ Es muss Sein! = Così deve essere, così è!

⁹ Milan Kundera L'insostenibile leggerezza dell'essere - traduzione di Antonio Barbato, edizione Adelphi 1989

2. Alfred Korzybski e Gregory Bateson.

Due altri pensatori hanno comunque segnato la crisi del modello cartesiano (che per inciso vedremo, risulta ancora lungi dall'essere superato) e sono Alfred Korzybski e Gregory Bateson.

Il primo, Korzybski (Varsavia 3.7.1879 – Lakeville (USA) 1.3.1950), ingegnere, filosofo, matematico affermò che gli esseri umani sono limitati nelle loro conoscenze dalla struttura del loro sistema nervoso, e dalla struttura dei loro linguaggi. Gli esseri umani non possono sperimentare il mondo direttamente, ma solo attraverso le loro *astrazioni* (impressioni non verbali, che derivano dal sistema nervoso, e indicatori verbali derivati ed espressi dalla lingua).



In modo del tutto simile al quadro di Magritte (*Ceci n'est pas une pipe*), l'affermazione di Korzybski “la mappa non è il territorio” esprime sia l'incongruenza di ogni processo cognitivo, in cui la mente costruisce una rappresentazione della realtà interagendo con la stessa, modificandola, ma producendo, al termine del processo conoscitivo del territorio (alias oggetto), un modello utile alla comprensione e all'interazione con lo stesso, modello che non

sarà unico, veritiero e assoluto, al contrario parziale, e spesso “distorto”. Anche il linguaggio in quanto espressione e trasposizione di mappe tra un emittente ed un ricevente, dotati di un sistema di riferimento condiviso (costruzione ortografica e lessicale) ma al contempo di sfumature e coloriture semantiche anche molto variegata, come anche di una evolutività semantica, sarà gravato dall'impossibilità di una piena, reciproca comprensione e quindi foriero di errori e distorsioni.

I tre principi primi della logica aristotelica:

PRINCIPIO D'IDENTITÀ: ogni cosa è se stessa e non è nient'altro.

PRINCIPIO DI NON CONTRADDIZIONE: non è possibile dichiarare di uno stesso soggetto un predicato e negarlo ovvero non posso dire che “A è B” e “A è non B”.

PRINCIPIO DEL TERZO ESCLUSO: tra due dichiarazioni contraddittorie non esiste una terza possibilità ovvero una proposizione o è vera o è falsa.

verranno rovesciati da Korzybski:

- a) Una mappa non è il territorio che rappresenta (non-identità).
- b) Una mappa non copre tutto il territorio (non-totalità).
- c) Una mappa è auto-riflessiva (auto-riflessività del linguaggio).

La logica non aristotelica di Korzybski fu teorizzata dallo stesso nell'opera “Science and Sanity: an introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics” pubblicata nel 1933.

Il pensiero di Korzybski fu ripreso e portato avanti da Gregory Bateson (Grantchester, 9 maggio 1904 – San Francisco, 4 luglio 1980) in “Mente e Natura” (1979):

” ... Ogni esperienza è soggettiva. Questo non è che un corollario di ciò che viene discusso nel paragrafo IV: che è il nostro cervello a costruire le immagini che noi crediamo di “percepire”. È significativo che ogni percezione – ogni percezione conscia – abbia le caratteristiche di un'immagine. Un dolore è localizzato in una

parte del corpo: ha un inizio, una fine e una collocazione, e si evidenzia su uno sfondo indifferenziato. Queste sono le componenti elementari di un'immagine. Quando qualcuno mi pesta un piede, ciò che sperimento non è il suo pestarmi il piede, ma l'immagine che io mi faccio del suo pestarmi il piede, ricostruita sulla base di segnali neurali che raggiungono il mio cervello in un momento successivo al contatto del suo piede col mio. L'esperienza del mondo esterno è sempre mediata da specifici organi di senso e da specifici canali neurali. In questa misura, gli oggetti sono mie creazioni e l'esperienza che ho di essi è soggettiva, non oggettiva. Tuttavia, non è banale osservare che pochissimi almeno nella cultura occidentale, dubitano dell'oggettività di dati sensoriali come il dolore o delle proprie immagini visive del mondo esterno. La nostra civiltà è profondamente basata su questa illusione.



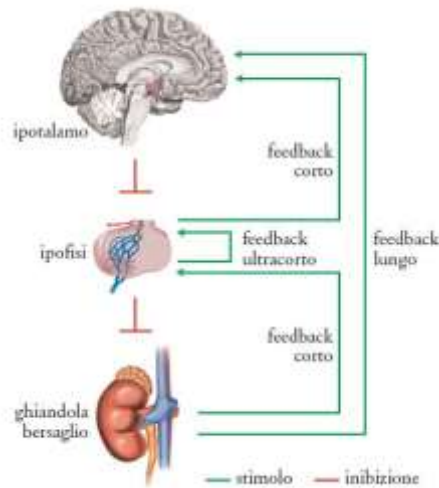
Bateson fu etologo, antropologo e tenne a battesimo una nuova scienza conosciuta come cibernetica, area di incontro delle teorie relative all'informazione/linguaggio, ai sistemi logici e matematici. Negli anni '30-'40 si occupò di antropologia studiando le popolazioni della Nuova Guinea e Bali, ottenendo peraltro scarso riscontro alle proprie pubblicazioni che furono tacciate di scarsa sistematicità, ovvero scientificità. In realtà questi primi lavori esprimono le riflessioni dello studioso su se stesso osservante un fattore biologico (la popolazione in questione), azione che non può essere

ridotta al mero dato stereotipato e meccanicistico, emergendo al contrario dall'osservazione come i fattori psico-emozionale in tali popolazioni e più in generale per ogni aggregazione umana, siano alla base della gerarchia sociale.

Bateson rovescerà, nel suo dispiegarsi di idee, le premesse e l'impostazione del precedente Metodo (Cartesio) già discusso. Il metodo Bateson si identifica con l'ecologia delle idee ed il titolo di una delle sue opere maggiori: "Verso un'ecologia della Mente" (1977).

Per Bateson viviamo in un mondo complesso in cui si interconnettono almeno tre diversi mondi il primo dei quali è indicato come pleroma: mondo della fisica delle "palle di biliardo", come amava definirlo, ovvero della fisica newtoniana, valida ad esprimere il movimento e l'interazione di forze, energie e corpi inanimati come per l'appunto possono essere le palle di un biliardo o le orbite gravitazionali di un sistema solare. Può questo modello applicarsi alla biologia? No perché quando si entra nel mondo *vivente* non riusciamo ne possiamo distinguere il soma dalle idee ovvero l'aspetto psico-mentale dell'individuo dalla materia corporea. Le idee sono vive, sono nella nostra mente, rappresentano una "mappa" della realtà: una delle possibili mappe prodotte dal mondo interno dell'uomo dove vigono i meccanismi di produzione del pensiero ed il conseguenziale apprendimento. Il mondo interno si costituisce quindi su idee, pensieri e procedimenti di apprendimento che possono esistere solo per "differenza" (possiamo conoscere solo in virtù della differenza). E' questa quella che Bateson definisce "danza interna" della conoscenza umana che si rapporta con la "danza esterna" all'Uomo rappresentata dall'ecosistema (vasta Mente): uomo-natura-universo. La danza esterna si esprime con i processi evolutivi che quindi non riguarderanno il singolo, ma le relazioni, tutte le relazioni possibili del singolo nel contesto naturale che lo accoglie.

Questi tre mondi sono reti cibernetiche complesse autoregolate al proprio interno e tra loro mediante relazioni di coordinamento, amplificazione e controllo incentrati su relazioni a feed-back sia positivi che negativi e tra loro in equilibrio:



I sistemi di regolazione a feed-back sono presenti all'interno della cellula vivente ed ancora tra cellule e cellule in forma di proteine recettoriali, neuromodulatori inibitori e/o eccitatori ma al contempo sono presenti anche nello sviluppo delle relazioni tra individui e gruppi di individui, popoli, nazioni.

Rispondere ad una sfida con un'altra sfida rappresenta un feed-back positivo ovvero un avvitamento amplificativo che porterà ad un conflitto interpersonale o ad una guerra, mentre rispondere ad una sfida con un sorriso risulterà un feed-back negativo che condurrà ad una riduzione della tensione, ad una composizione della vertenza ovvero alla pace.

Una visione quella di Bateson molto vicina se non sovrapponibile alle leggi che governano il fluire dei soffi tra i cinque elementi (zang/fu) della medicina cinese: leggi di generazione e dominazione, perfetta esemplificazione di un sistema cibernetico. Allargando l'orizzonte di visione può ben affermarsi che tutte le rappresentazioni dell'Uomo, emerse e tra loro convissute nei secoli e tuttora valide, dal modello dei cinque elementi, ai quattro strati energetici, ai

tre riscaldatori, ai sei livelli energetici rappresentano, per il terapeuta di medicina cinese, una formidabile rete cibernetica il cui abile, accorto ed artistico utilizzo, condurrà al riconoscimento del sentiero diagnostico¹⁰ utile alla cura-guarigione del paziente.

La conoscenza delle relazioni di amplificazione (generazione) ed inibizione (dominazione) all'interno del sistema dei cinque elementi, unito alle corrispondenti emozioni patologiche, può essere utilizzato con finalità terapeutiche: *“L'eccesso delle emozioni non si guarisce con le medicine, bisogna guarirlo con le emozioni, che sono una medicina senza forma (wuxing)”*¹¹.

*“Un certo Yin Zhuan, dopo aver superato gli esami di funzionario ottenendo il titolo più prestigioso, chiede un permesso per tornare a casa. Durante il viaggio, arrivato al fiume Huai, si ammalò e consultò un famoso medico. Questi gli disse: “La vostra malattia è incurabile, morirete in una settimana. Se vi affrettate farete in tempo a raggiungere casa”. Yin Zhuan, sentito ciò, fu preso da disperazione e si affrettò a ritornare a casa con tutti i mezzi. Arrivato a casa, dopo sette giorni non gli era ancora capitato niente. Il servo gli disse: “C'è una lettera che un medico mi ha incaricato di consegnarvi dopo il vostro arrivo a casa”. Yin Zhuan aprì la lettera che diceva: “Vossignoria ha vinto il concorso di funzionario e in seguito alla troppa gioia il cuore ne è stato ferito. In questo caso le medicine non avrebbero avuto effetto, perciò io vi ho spaventato con la prospettiva della morte. Ora la malattia è ormai passata”. Yin Zhuan provò grande ammirazione per il medico”.*¹²

¹⁰ Diagnosi = zhen duan (診斷) dove zhen esprime il momento dell'esaminare e duan il tagliare una trama di fili, ovvero riconoscere il sentiero utile alla comprensione della malattia nel sistema cibernetico rappresentato dal corpus delle conoscenze e corrispondenze della medicina cinese.

¹¹ Wu Kun, Yifangkao (“Studi di prescrizioni mediche”) citato da E. Rossi (2002) Shen, aspetti psichici nella medicina cinese: i classici e la clinica contemporanea. CEA Milano, pg 263

¹² Yishi teji (“Selezione dalla storia della medicina”) citato da E. Rossi (2002) Shen, aspetti psichici nella medicina cinese: i classici e la clinica contemporanea. CEA Milano, pg 268-9

I sistemi di autoregolazione biologici, riguardanti sia il mondo interno dell'individuo ma anche quello esterno dell'ecosistema, sono strettamente connessi con il linguaggio ed i processi comunicativi tanto da rappresentare, questi ultimi, mezzi di omeostasi per il sistema.

Proprio indagando i processi comunicativi Bateson nel 1956 coniò la teoria del "doppio vincolo" (o doppio legame). La teoria ebbe particolare risonanza in ambito psichiatrico perché forniva la base teorica per comprendere e quindi spiegare alcune gravi patologie psichiatriche (psicosi), espressione, sulla base di tale teoria, di una relazione dis-tonica comunicativa tra madre (o principale caregiver infantile) e bambino (figlio).

Nella comunicazione tra due soggetti un contenuto verbale nella forma grezza viaggia dal primo (A) al secondo (B) sempre accompagnato da uno o più meta-messaggi che modulano la produzione e la comprensione del contenuto grezzo, ovvero indicano il contesto in cui leggere il messaggio.

Nel tipico esempio di "doppio legame" utilizzato in psichiatria si verifica che la madre (A) approcci in tono di rimprovero (meta-linguaggio) il figlio con la frase "non mi ami abbastanza" (messaggio grezzo), sollecitando quindi nel figlio (in posizione di subalternità psicologica) una espressione di amore, contatto, empatia che una volta messi in atto dal minore (messaggio grezzo) ottengono dalla madre, come ulteriore risposta, altri meta-messaggi (solitamente non verbali, ovvero corporei) indicativi di un timore di coinvolgimento emotivo e affettivo della stessa.

Bateson si accorse che il meccanismo del doppio vincolo era presente in molte delle relazioni all'interno della rete cibernetica umana

sovrapponendosi e generando una confusione/contraddittorietà dei diversi e distinti piani logici immanenti ai fenomeni.¹³

Abolire o tentare di correggere la commistione tra piani logici, avrebbe dovuto teoricamente garantire una trasparenza ed univocità di interpretazione, ma ciò non era possibile, anche perché, con la teoria del doppio vincolo erano spiegabili non solo le manifestazioni cliniche psichiatriche ma anche quelle umoristiche, artistiche e quelle del mondo onirico, in breve tutte quelle attività cerebrali correlate all'uso del pensiero intuitivo-simbolico (c.d. parte destra dell'encefalo).

In estrema sintesi Bateson, nella sua visione olistica, espresse in termini "occidentali" quelle considerazioni di sistema complessivo del rapporto uomo/natura che era proprio della tradizione orientale in genere e cinese nello specifico: uomo compreso tra cielo e terra, ancorato allo yin della terra e proteso allo yang del cielo.

Perciò il Dao è grande, il cielo è grande,

la terra è grande e anche il re è grande.

Ci sono nel mondo quattro cose grandi

E il re è una di esse!¹⁴

Lo studio comparativo tra le due visioni del mondo: occidente ed oriente portarono Bateson ad evidenziare proprio nella dicotomia tra pensiero razionale e intuitivo e nel processo di estraniamento della coscienza dell'uomo occidentale, dalla danza della vasta Mente¹⁵, quel processo, che in termini

¹³ Bateson si riferisce ai "Principia Mathematica", un'opera sui fondamenti logici della matematica scritta a quattro mani da Alfred North Whitehead e Bertrand Russell. L'opera è divisa in tre volumi pubblicati nel 1910, 1912, and 1913 dalla Cambridge University Press.

¹⁴ Daodejing 25

¹⁵ Assimilabile al concetto di Dao (vedi più avanti)

biologici potremmo assimilare allo svincolo della cellula neoplastica dai sistemi di autoregolazione, e che trasportato a livello di società umana si esprime nello sfruttamento e manipolazione dell'uomo sulla natura (esseri viventi e non), secondo finalità parziali non in armonia con il disegno ed il respiro generale.

«Se questa è l'opinione che avete sul vostro rapporto con la natura e se possedete una tecnica progredita, la probabilità che avete di sopravvivere sarà quella di una palla di neve all'inferno ... È il tentativo di separare l'intelletto dall'emozione che è mostruoso, e secondo me è altrettanto mostruoso (e pericoloso) tentare di separare la mente esterna da quella interna, o la mente dal corpo»¹⁶.

Alla tradizione razionalista Bateson contrappone in modo olistico una ecologia delle idee ovvero una conoscenza e consapevolezza sia della danza interna al nostro essere, che l'intento costante di rapportarsi a quella esterna dell'universo. Tale procedere accomuna il pensiero di Bateson a quello di C. G. Jung¹⁷ che, non certo per caso, aveva costruito le proprie concezioni terapeutiche dopo aver conosciuto e approfondito le culture orientali:

"... E' decisivo che l'uomo sia orientato verso l'infinito: è il problema essenziale della sua vita; quanto più un uomo corre dietro ai falsi beni e quanto meno è sensibile a ciò che è essenziale, tanto meno soddisfacente sarà la sua vita. Si sentirà limitato perché limitati sono i suoi scopi. Se riusciamo a capire e sentire che già in questa vita abbiamo un legame con l'infinito, i nostri desideri e atteggiamenti mutano. Ma possiamo raggiungere il sentimento dell'infinito solo se siamo differenziati al massimo livello possibile: se so di essere unico nella mia combinazione individuale e cioè limitato, posso prendere coscienza dell'illimitato. Perciò l'uomo ha bisogno per prima cosa di

¹⁶ G. Bateson (1977) verso un'ecologia della mente. Adelphi ed. Milano.

¹⁷ "La ragione e la comprensione devono coesistere con l'irrazionalità e la magia." (C.G. Jung).

*conoscere se stesso, guardando senza reticenze quanto bene può fare, ma anche di quale infamia è capace...”*¹⁸

3. Pensiero lineare, pensiero circolare; grafema ed ideogramma.

Come in precedenza accennato la modalità di conoscere, “esplorare” il mondo del pensiero occidentale è in buona sostanza assimilabile ad un procedere lineare, ovvero, separare un prima ed un dopo, uno spazio a destra ed uno a sinistra, uno in alto ed uno in basso, mirando ad un conoscere ripartitorio e classificatorio¹⁹, dove ad un modello di interpretazione della realtà ne subentra, nel tempo successivo, uno diverso dal precedente che lo sostituisce rendendo quest’ultimo, al più, un valore meramente “storico”.

Il pensiero “cinese” o meglio quello che attiene la tradizione filosofica taoista, confuciana ed in parte buddista utilizza una modalità di indagine sulla realtà che sottende un procedere circolare, ovvero inclusivo, inglobante e ciclicamente “ritornante”, proprio del ritmo non solo stagionale, ma più in generale di ogni sistema micro o macrocosmico la cui espressione di “vitalità” è ben espressa dal ritmico andare-e-venire proprio della respirazione polmonare o del ritmico riempirsi e svuotarsi delle cavità cardiache (Zhong-qi).

Nel mondo cinese i modelli di interpretazione permangono, e non vengono sopravanzati ed esclusi dai nuovi, ma al contrario inclusi od anche, se necessario, solo momentaneamente “sospesi”, se un’altra griglia interpretativa, si adegua maggiormente all’esplorazione contingente della realtà.

Nel pensiero orientale cinese, filosofia, religione, medicina appartengono ad un pensiero circolare ed inclusivo, dove la cura dell’anima/spirito del

¹⁸ trascrizione da intervista - documentario su C.G. Jung di Werner Weick: "Dal profondo dell'Anima".

¹⁹ Cfr. Carl Nilsson Linnaeus, divenuto Carl von Linné in seguito all'acquisizione di un titolo nobiliare e noto più semplicemente come Linneo (Råshult, 23 maggio 1707 – Uppsala, 10 gennaio 1778), medico, botanico e naturalista svedese, considerato il padre della moderna classificazione scientifica degli organismi viventi.

singolo va di pari passo con la cura del suo corpo e delle relazioni che lo legano nella società ai propri simili come alle entità non direttamente ed immediatamente percepibili con i nostri sensi (mondo invisibile degli spiriti).

Le filosofie che impregnavano la cultura cinese al tempo in cui prese corpo la sistematizzazione e la stesura dei testi classici di medicina, intorno al III secolo a.C., sono rappresentate dal confucianesimo e dal taoismo. Quest'ultimo, pur non essendo esaustivo delle basi teoriche del sapere medico, ne costituisce però il nucleo fondamentale ... Lo spirito taoista ha informato tutto il pensiero scientifico della Cina antica. I concetti nodali della medicina hanno fatto sempre riferimento a questa organizzazione del pensiero e a questo modo di concepire la vita. Il mondo taoista è un mondo "razionale" nel senso largo del termine, cioè organizzato secondo un sistema logico comprensibile nella sua struttura. Ma è anche un mondo simbolico. Ciò non è antitetico. La ragione dell'uomo, infatti, è una luce che talvolta può esprimersi con precisione e connessioni proprie della logica matematica; talora, invece, quando ha che fare con la vita, è obbligata a ricorrere al simbolismo per continuare a parlare dell'uomo e del mondo. La stessa natura ideogrammatica della lingua cinese combina la potenza rigorosa del senso con il simbolo dell'immagine, del meraviglioso.²⁰

La diade pensiero-lineare/pensiero-circolare (es-clusivo/in-clusivo) promana, e non potrebbe essere altrimenti, anche nel linguaggio scritto.

Nella lingua alfabetica ogni parola è formata da suoni (o fonemi) che corrispondono a segni (o grafemi): nessuno fonema ha significato in sé, così come nessun grafema. Le lettere dell'alfabeto (a, b, c, d etc.) sono soltanto 'suoni e segni' e non significano nulla se prese isolatamente; assumono valore semantico solo quando si susseguono per formare e definire una parola che ha senso specifico.

In qualche maniera si può affermare che anche nella scrittura alfabetica si utilizza l'approccio "dia-balle" della realtà tipicamente occidentale ovvero analisi – l'isolamento dei singoli elementi del reale, che nel caso della lingua e scrittura sono i singoli suoni ed i singoli segni – e quindi la sintesi – la successione dei singoli suoni e segni a formare la parola letta o scritta.

²⁰ C. Larre, F. Berera già cit. nota 1

Tutti gli alfabeti conosciuti funzionano alla stessa maniera anche se utilizzano segni o grafemi diversi.

In Cina non esiste alfabeto che fa corrispondere un segno ad un fonema, cioè semplici suoni, a segni o grafemi privi di senso: al contrario ogni ideogramma della scrittura cinese – tranne rarissime eccezioni – ha un suo specifico significato, anzi generalmente ha più di un significato, diversi significati possibili: ogni carattere è polisemantico ed acquista all'interno della frase il significato – tra i molteplici che possiede – che è il più probabile e plausibile tenendo conto dei caratteri che lo precedono e di quelli che lo seguono. La scrittura acquista in tal modo una fluida instabilità che è quella tipica delle rappresentazioni naturali a cui l'ideogramma si rifà: a noi occidentali tal procedere può, nella migliore delle ipotesi, disorientare ma odorare di "ambiguità". Si può affermare che ogni serie di caratteri di una frase cinese è una sorta di 'rebus' il cui vero senso si individua cogliendo la variabilità di relazioni tra i singoli caratteri tra loro combinati ed enucleando quello o quelli, più probabili a partire dal nesso dato.

A complicare la questione si aggiunge il fatto che spesso il l'ideogramma è formato da più 'radicali' che, a loro volta, sono ideogrammi semplificati: il carattere finale avrà come proprio significato la sintesi dei significati dei singoli radicali che lo compongono dinamizzata dalla loro reciproca relazione.

Il cinese classico è una lingua che per sua natura intrinseca si sottrae alle modalità di discorso astratto: l'elaborazione semantica dell'ideogramma rinvia sempre, seppur stilizzata, ad una rappresentazione della realtà e come abbiamo già verificato più volte, la cognizione mentale della realtà non è un dato univoco: in linea con tale assunto la scrittura tramite ideogrammi si presterà a molteplici interpretazioni, ancora maggiormente nel passaggio di traduzione in un linguaggio alfabetico.

Ideogramma e grafema si affrontano risultando quindi esemplificazioni di grande evidenza dei due differenti approcci filosofici che sottendono.

La diversità linguistica si rifletterà inevitabilmente anche sul contenuto della produzione ideica. L'assunto cartesiano in precedenza citato: "retto uso della ragione per la ricerca della verità", come anche i concetti di "essere e non-essere" (Parmenide), Logos, Monade, Uno, esplicitano un'essenza Altra, rappresentazione dell'entità divina fuori dall'uomo, diversa dall'uomo, che quest'ultimo ambisce di ri-conoscere,²¹. Tutto ciò non sarà mai oggetto della cultura filosofica taoista come osservato da François Jullien:

"non v'è teo-logia in Cina perché non c'è logos della definizione che determini e che escluda e di cui un theos sia l'oggetto. (...) L'aderenza alle parole, al logos, che la fede presuppone, è tanto essenziale alla religione (e alla filosofia) europea quanto estranea alla saggezza cinese. Il saggio è senza una posizione definitiva; è in una condizione di disponibilità interiore (...) L'adesione a un partito preso sarebbe un irrigidirsi dogmatico, sarebbe divenire, fatalmente, parziale, privarsi di aderire alla fluidità del divenire, alla processualità del reale. Nella tradizione cinese è assente lo statuto privilegiato, monopolizzante, che noi accordiamo a ciò che chiamiamo la Verità".²²

"L'assenza di teorizzazione alla maniera greca spiega la tendenza cinese ai sincretismi. Non v'è una verità assoluta ed eterna, ma dei dosaggi. In particolare, ne consegue che le contraddizioni non sono avvertite come irriducibili, ma piuttosto come delle alternative. Invece di termini che si escludono a vicenda, si vedono predominare le opposizioni complementari, che ammettono il più o il meno: si passa dallo Yin allo Yang, dall'indifferenziato al differenziato attraverso un'impercettibile transizione".²³

²¹ Cfr il mito dell'albero della conoscenza del bene e del male in Genesi 2:16: "Il Signore Dio diede questo comando all'uomo: «Tu potrai mangiare di tutti gli alberi del giardino, ma dell'albero della conoscenza del bene e del male non devi mangiare, perché, quando tu ne mangiassi, certamente moriresti".

²² F. Jullien – T. Marchaisse cit. in Neiyè, Il Tao dell'armonia interiore (2015) a cura di Amina Crisma. Garzanti ed. Milano pg 16.

²³ A. Cheng, Storia del pensiero cinese cit. in Neiyè, Il Tao dell'armonia interiore (2015) a cura di Amina Crisma. Garzanti ed. Milano pg 17.

4. Confucianesimo, Daoismo, Buddismo.

Confucianesimo, taoismo e buddismo: separare, etichettare e contrapporre soprattutto confuciani e taoisti è solo parzialmente rispondente alla realtà storica e altrettanto, parzialmente utile alla comprensione dei fenomeni culturali sottesi. Confucianesimo e taoismo rappresentano espressioni complementari tra loro al pari dello yin e yang. Riferendoci allo *Hanshu, Storia degli Han anteriori*²⁴, sotto la dinastia degli han (206-220 a.C.) convissero e si contrapposero tra loro diverse scuole di pensiero tutte, con sfaccettature tra loro differenti, impegnate ad elaborare dei principi che regolassero nel migliore dei modi, la convivenza degli uomini e rispondessero al contempo alle domande di natura esistenzialistica del singolo individuo. I confuciani fondavano il proprio pensiero sulla virtù 仁 *ren*, traducibile come umanità (benevolenza), qualità prima da praticare nella comunione con i propri simili. Esercitando umanità verso i propri simili l'uomo confuciano partecipa in modo naturale alla virtù del Cielo (Dao). Umanità era comunque una virtù da coltivare, costruire quotidianamente mediante la pratica interiorizzata dei Riti (cerimonie religiose o civili, ma anche cortesia, educazione, attenzione e rispetto, obblighi e doveri sia familiari che sociali).

Il taoismo esprimeva il bene dell'individuo come ricerca interiore del Vuoto: togliere, lasciare ogni giorno qualcosa, in primis i desideri mondani ma anche quelli ambiziosi dello spirito, era il mandato a cui era votato l'uomo taoista.

Quello che il citato Jullien definisce “...aderire al fluire del divenire...” si condensa in un termine polisemantico che è “Dao” oggetto/non oggetto della trattazione del testo base del pensiero taoista: “Il libro della Via e della Virtù” (Dao de jing)²⁵.

²⁴ Larre. (2007) Lo Spirito della cultura Cinese. Jaca Book Milano pg.17

²⁵ Attribuito dallo storico cinese Sima Qian (145-86 a.C.) a Lao Tzu o Laozi (letteralmente “vecchio maestro”), contemporaneo anziano di Kong Fuzi (Confucio: 551-479).

Premessa e introduzione al Dao è fornito nell'incipit stesso dell'opera:
“Il Dao di cui si può parlare non è l'eterno Dao”.

Nella traduzione semplificata, offerta da A.S. Sabbadini²⁶, della voce del *Dictionnaire Ricci de Caracteres chinois*, a Dao possono corrispondere i seguenti significati:

via, strada, cammino; tracciare un cammino, condurre, connettere; corso d'acqua o condotta, via da seguire, principio guida, norma, dottrina; seguire una dottrina, essere adepto di una disciplina; il Dao, la Via; modo di procedere, arte, metodo; opera magica o tecnica; potere dell'indovino, del mago o del re; reggere, governare; discorso, dire, insegnare, parlare, spiegare, esprimere, comunicare; sapere, essere consapevole.

Come in precedenza ricordato pensiero e lingua cinese includono sempre e costantemente significati tra loro interconnessi che *“scivolano l'uno nell'altro mediante quello che potremmo chiamare un processo di libera associazione”*²⁷.

Il Daoismo si inserì nel dibattito di natura epistemologica ed etica circa la distinzione fra vero e falso, giusto e sbagliato e soprattutto se l'uomo nasca “buono” e siano le condizioni di vita e la società a trasformarlo o nasca “malvagio” e sia solo la regola (i riti di matrice confuciana) a portarlo verso la propria “umanità”.

In questo dibattito si affrontavano i confuciani, conservatori del rituale culturale e sociale e quindi assertori della necessità di correzione o per meglio dire della rettificazione dell'indole umana (malvagia a priori per Xunzi²⁸), a cominciare dal nome stesso²⁹ che ogni individuo, doveva adeguare alle proprie caratteristiche fisiche, etiche, comportamentali.

²⁶ Lao Tzu Tao Te Ching. (2009) Una guida all'interpretazione del libro fondamentale del taoismo. Feltrinelli Ed. Milano

²⁷ già cit. nota 21

²⁸ Xunzi (340-305 a.C.) rappresenta l'anima del confucianesimo pessimista circa la natura umana, contrapposta a quella di Mengzi, latinizzato in Mencio (371-289 a.C.) che postulava invece una natura buona ab initio dell'anima umana.

Ai confuciani si contrapponevano i moisti (seguaci di Mozi³⁰) che asserivano al contrario essere proprio le norme tradizionali in quanto creazione dell'uomo stesso ad allontanarlo, ed in questo corrompendolo, dalla propria bontà naturale.

I Daoisti si inserirono nel dibattito culturale tra confuciani e moisti spostando di fatto i termini del confronto. Precorrendo di molti secoli le tematiche fatte proprie da pensatori come i citati Bateson e Korzybski, si chiesero se fosse possibile identificare e codificare un giusto Dao, ovvero se non fosse errato porsi la domanda: cosa è vero?, Cosa è giusto?, ma piuttosto non si dovesse ragionare sugli strumenti (in primis il linguaggio) e i limiti degli stessi nel leggere la realtà e quindi cercare la Via, il Dao.

Esiste una norma, una dottrina, un discorso che sia costante, universale?³¹

²⁹ “I membri della Scuola delle Denominazioni provenivano dal Ministero dei Riti. Gli Antichi avevano notato che, quando i detentori di titoli e cariche abbandonavano le regole, non si poteva più assicurare la regolarità del cerimoniale. Confucio diceva che se le denominazioni non sono corrette, le parole pronunciate non sono più conformi al corso naturale delle cose e non c'è più niente che vada bene...”. Hanshu. Storia degli Han anteriori cit. da C. Larre (2007) Lo Spirito della cultura Cinese. Jaca Book Milano pg.52

³⁰ Seguaci di del Maestro Mò (墨子 Mòzǐ, latinizzato in *Micius*, 470 – 391 a.C.). Il suo credo fondamentale era quello dell'amore universale e dell'eguaglianza tra gli uomini, contrapposto al senso di appartenenza clanica. Vi aveva un ruolo importante anche una visione epistemologica fondamentalmente empirista per cui le percezioni avevano maggior valore delle astrazioni e delle costruzioni logiche. Una conseguenza in campo morale era il rifiuto della tradizione come guida della condotta personale, che doveva essere ricercata in una riflessione di tipo utilitaristico ma non egoistico e tesa al benessere generale. Ad esempio lo Stato andava rispettato perché è uno strumento utile, giacché la vita aggregata e organizzata è migliore di quella selvaggia retta dalla guerra tra individui e tra gruppi.

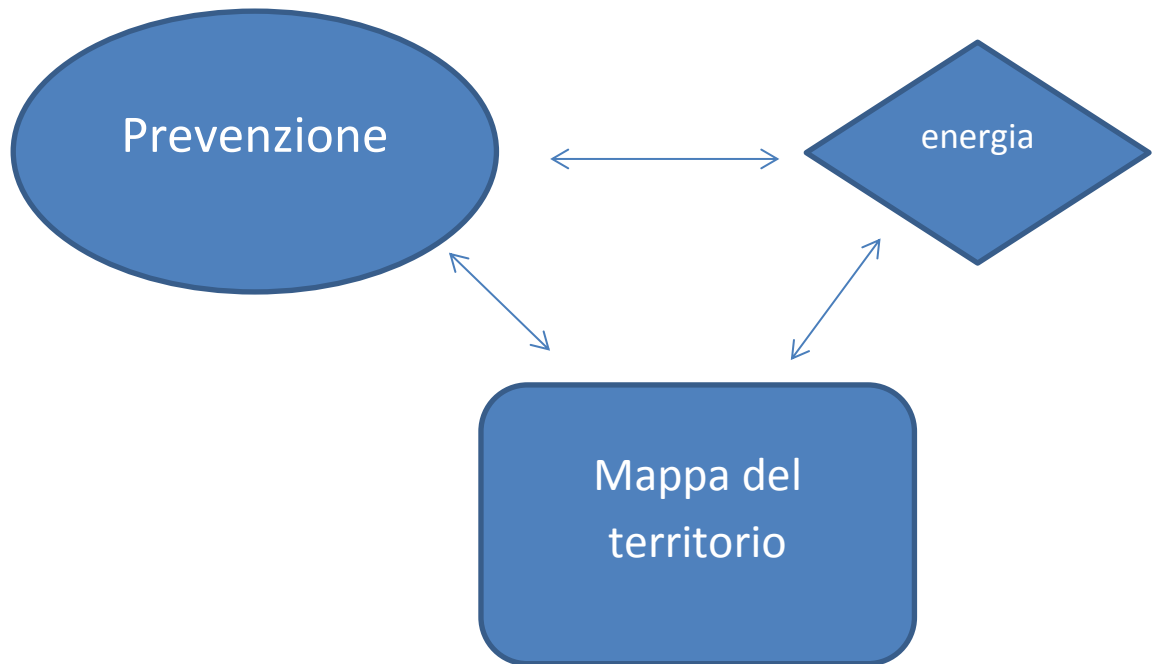
³¹ Nel pensiero occidentale a tale domanda, a differenza del pensiero taoista, si è data risposta affermativa, lineare, nella tensione conoscitiva. Valga come esempio l'attuale ricerca in campo fisico delle unificazioni delle “forze” conosciute, arrivando a individuare poche forze fondamentali responsabili di tutti i processi che avvengono in natura: la forza **gravitazionale**, la forza **elettromagnetica**, la forza **nucleare debole** e quella **nucleare forte**. L'unificazione delle forze ha in realtà richiesto un lungo processo di secoli. La prima grande unificazione fu fatta da *Isaac Newton* alla fine del XVII secolo: Newton stabilisce che un'unica forza, la *forza di gravitazione universale*, è responsabile di fenomeni apparentemente tanto diversi quanto la caduta dei corpi sulla Terra e il moto dei pianeti intorno al Sole. Nella seconda metà del XIX secolo, *James Maxwell* dimostrò che la forza *elettrica* che agisce su corpi carichi e la forza *magnetica* con cui una calamita attrae una sbarretta di ferro sono in realtà manifestazioni di un'unica forza, la forza *elettromagnetica*. Dai primi anni del XX secolo, lo sviluppo sia teorico che sperimentale della fisica atomica e nucleare ha dimostrato l'esistenza di altre due forze fondamentali: la forza *debole* che interviene nei processi di *decadimento radioattivo* e la forza *forte*, responsabile della *stabilità del nucleo atomico*. È storia recente l'unificazione della forza nucleare debole con la forza elettromagnetica (**forza elettrodebole**), prevista teoricamente da *Steven Weinberg* ed *Abdus Salam* negli anni '60 e dimostrata sperimentalmente da *Carlo Rubbia* nel 1984. Attualmente la frontiera della ricerca fisica è il tentativo, ancora vano, di raggiungere l'ulteriore unificazione delle

La risposta è nell'incipit del Daodejing:

*Il Dao di cui si può parlare non è l'eterno Dao.
I nomi che si possono nominare non sono nomi eterni.
Senza nome, l'origine di cielo e terra.
Con nome, la madre dei diecimila esseri.
Perciò costantemente senza desiderio
Ne contempi il mistero,
costantemente con desiderio ne contempi i limiti.
Questi due sorgono insieme ma hanno nomi diversi.
Insieme li diciamo l'oscuro, dell'oscuro ancora l'oscuro,
la porta di tutti i misteri.*

forze, per arrivare ad un'unica forza di cui tutte le altre siano una manifestazione particolare. Quest'unica ipotetica forza, responsabile di *tutti* i fenomeni naturali, è detta **supergravità**.

5. Prevenzione-Energia-Mappa del territorio.



Questo schema sintetizza le relazioni esistenti, e solo in parte sinora discusse, tra i modi operativi e costitutivi della bio-medicina e quelli propri della medicina cinese. Abbiamo già esplicitato come i due approcci alla malattia e al malato, ovvero le due medicine siano espressione di due differenti “mappe del territorio” (dove per territorio intendiamo la complessità unitaria dell’uomo). Un elemento dello schema soprariportato è esclusivo e fondativo della medicina cinese ovvero il concetto di “energia”.

Non che nella bio-medicina non si faccia riferimento all’energia, ma l’energia di cui quest’ultima si occupa è quella propriamente evidenziata come espressione di processi bio-chimici molecolari, come nel ciclo di Krebs fulcro della respirazione cellulare³².

Nella medicina cinese, ma per quanto finora evidenziato, nel pensiero comune e filosofico taoista esiste una parola, che in maniera riduttiva noi

³² Il ciclo di Krebs consiste in una serie di reazioni in cui sono convogliati i prodotti della glicolisi, cioè della demolizione delle sostanze alimentari (zuccheri, grassi, proteine) per essere ulteriormente degradati fino ad acqua, H₂O, e diossido di carbonio, CO₂, rendendo così disponibile per la cellula l’energia chimica dei loro legami (sotto forma di ATP).

occidentali traduciamo come “energia”, che pur nella sua brevità riassume tutti i concetti filosofici relativi all’energia, e alla materia in generale: questa parola è Qi, l’elemento costitutivo di tutte le leggi universali, inteso come il motore che anima tutti i fenomeni della natura.

Tutto ruota intorno al Qi, Tutto è Qi: “... la vita dell’uomo dipende interamente dal qi” (Leijing)³³

“... se il qi si concentra, la forma appare” (Zhang Jingyue)³⁴

“ Il Grande Vuoto consiste di qi. Il qi si condensa trasformandosi nelle miriade delle cose. Le cose inevitabilmente si disintegrano e tornano al Grande Vuoto... Ogni nascita è una condensazione, ogni morte una dispersione. Nella nascita non c’è guadagno e nella morte non c’è perdita... il qi in dispersione è sostanza, e così anche nella condensazione” (Zhang Zai)³⁵

Precorrendo di diversi secoli le intuizioni e le dimostrazioni proprie della teoria della relatività di Einstein ($E=mc^2$), il pensiero taoista riassumeva nel concetto di Qi, ogni sorta di dinamismo e trasformazione delle innumerevoli forme (tra cui l’uomo) ricomprese tra il cielo (simbolizzato in un cerchio) e la terra (simbolizzata in un quadrato)³⁶.

Il mondo delle forme (xing), ovvero dove l’energia prende manifestazione, condensandosi in materia, comprende l’Uomo, lo include, segnandone al contempo i limiti e la continuità con un luogo che è oltre la forma, oltre la terra, oltre il cielo, dovendo quest’ultima (la forma) nascere dalla non-forma (Grande Vuoto).³⁷

³³ Cit. da M. Muccioli (2013). Le basi della medicina cinese; fondamenti filosofici, fisiologia , eziologia. Pendragon Ed. Bologna pg. 93.

³⁴ Zhang Jingyue: medico della dinastia Ming (1368-1644)

³⁵ Zhang zai (1020-1077): filosofo neo confuciano

³⁶ Parimenti all’uomo vitruviano di Leonardo da Vinci.

³⁷ Diversi i punti contatti ma anche le differenze con il pensiero platonico che porta in nuce la “separazione” tra corpo e “spirito” già discusso in precedenza e ben espresso dal filosofo nel Fedro.

Piace a questo punto citare una nota del dr. Muccioli nel testo già citato³⁸:

“Affermando che la materia è qi condensato, ne deriva che una massa visibile (cisti, fibroma, tumore) può essere ricondotta a uno stato energetico nuovamente immateriale; allo stesso modo, lavorando con l’energia, è possibile ricostituire e riparare la materia. Tali aspetti appartengono, con evidenza, all’idea e al concetto di qi, ma sono in genere poco esplicitati poiché gettano un’ombra di esoterismo su tutto il sapere medico cinese. In realtà gli antichi cinesi elaborarono, incredibilmente, un principio fisico che troverà conferma solo dopo millenni con le teorie di Einstein relative alla trasformazione reciproca e bidirezionale di materia ed energia. Questo concetto, riconosciuto valido a livello fisico, destabilizza la medicina occidentale e induce un senso di vertigine e rifiuto nelle menti abituate a ragionare in semplici termini di pura materialità anatomico-biochimica”.

Un mito molto interessante è quello della "biga alata", raccontato nel "Fedro". Per Platone l'anima è come una biga trainata da cavalli alati: essa è composta da tre elementi: un auriga e due cavalli. Nell'esistenza prenatale le anime degli uomini stavano con quelle degli dei nel cielo, con la possibilità di raggiungere un livello superiore, l'iperuranio, le anime, prima di incarnarsi e prima ancora della nascita dei corpi, cercano con tutte le loro forze spirituali di contemplare, cioè di "vedere" in senso metafisico, tutto ciò che si trova nella "Pianura della Verità". Più le anime hanno contemplato, più hanno potuto scrutare il volto della verità, tanto più avranno dignità etica e consistenza d'essere. L'auriga personifica l'elemento razionale, mentre i cavalli quelli irrazionali: ciò significa che l'anima è per Platone costituita da elementi razionali ed irrazionali. Dei due cavalli, uno, di colore bianco, è un destriero da corsa ubbidiente e con spirito competitivo, l'altro, nero, è tozzo, recalcitrante ed incapace: compito dell'auriga è riuscire a dominarli grazie alla sua abilità e alla collaborazione del bianco. Il nero si ribella all'auriga (la ragione) e rappresenta le passioni più infime e basse, legate al corpo. Il bianco rappresenta le passioni spirituali, più elevate e sublimi. Significa che non tutti gli aspetti irrazionali sono negativi e che è comunque impossibile eliminarli: si possono solo controllare con la "metriopazia", la regolazione delle passioni. La metafora è efficace perché è vero che la ragione/auriga è guida dell'uomo, ma senza i cavalli la biga non si muove: ovvero sono le passioni il fondamento e dinamismo della vita. Per Platone soltanto alla parte razionale, in quanto dotata di sapere, spetta il governo dell'anima. Anche le anime degli dei hanno i cavalli, ma solo bianchi. Lo scopo è arrivare all'altopiano dell'iperuranio, dal momento che lassù si trova il nutrimento adatto alla parte migliore dell'anima e grazie al quale l'anima riesce a volare: gli dei non incontrano particolari difficoltà, mentre le bighe delle anime umane hanno seri problemi perché creano ingorghi ed i cavalli neri tendono a volare nella direzione opposta all'iperuranio, verso il basso, ossia verso le cose terrene e sensibili, meno preziose. Accade spesso che le ali dei cavalli si spezzino e la biga precipiti sulla terra: questa è l'incarnazione. Una volta arrivato sulla terra, l'uomo non si ricorda più dell'altra dimensione, e vive con nostalgia: la vita dell'uomo non è nient'altro che un tentativo di tornare a quella situazione primordiale.

³⁸ già cit. nota 28.

6. La malattia.

Con le parole sopracitate, si tocca da vicino una altra profonda differenza tra i due differenti approcci filosofici alla cura dell'uomo.

In senso cinese la malattia darà segno di sé innanzitutto con alterazioni di ordine energetico ovvero senza forma: cogliere il non-visibile sarà l'intenzione del terapeuta. Correggere la disarmonia energetica quando questa ancora, è poco o nulla manifesta, equivarrà a prevenire più gravi disarmonie ovvero ad evitare la progressione addensante del non-visibile in una forma patologica materica conclamata.

Nella bio-medicina questo approccio manca o scarsamente valorizzato ab origine, è andato completamente scomparendo negli ultimi decenni, schiacciato dalla mole di indagini strumentali sempre più raffinate che possono essere intraprese per studiare l'aspetto e/o la funzionalità di un tal organo, indagini che di fatto si frappongono tra il vissuto del paziente ed il terapeuta, spesso risultando inefficaci, e che spesso, nello stratificarsi di esiti "non significativi", aprono al paziente la via chirurgica, non sempre a scopo diagnostico, spesso a scopo falsamente terapeutico.

«Attendere che la malattia si sia manifestata per porvi rimedio e che il disordine si sia insediato per occuparsene è come attendere di avere sete per scavare un pozzo e attendere la battaglia per forgiare le proprie armi»³⁹

Queste parole, datate qualche secolo prima della nascita di Cristo, sintetizzano lo spirito "preventivo" della medicina cinese e piace ricordarle

³⁹ Huangdi Neijing: diviso in due tomi, lo *Huangdi Neijing Suwen* (le "Domande semplici"), abbreviato come *Suwen* 素問, e lo *Huangdi Neijing Lingshu* (Il "Perno spirituale") abbreviato come *Lingshu* 靈樞: redazione contemporanea al periodo dei Regni Combattenti (453-222 a.C.) con integrazioni fino alla dinastia degli Han posteriori (25-222 d.C.).

nella citazione pressoché testuale fatta dal regista francese Coline Serreau nell'opera cinematografica "La crisi" del 1992:⁴⁰

"... Quattro volte l'anno tutta la famiglia va dal medico e lui li cura, vale a dire cerca nelle persone in buona salute i punti deboli che potrebbero diventare poi delle malattie, gli fa un po' di agopuntura, gli da delle erbe, corregge la dieta, riequilibra l'organismo, poi lo pagano e se ne vanno. Per loro questa è la medicina, impedire che uno si ammali. Invece, se qualcuno si ammala è il medico che va da lui per curarlo e per quella visita non viene pagato. Perché non è medicina per loro. Per loro curare la malattia, quando c'è, già è come mettersi a fabbricare armi subito dopo aver dichiarato guerra oppure scavare un pozzo quando si ha sete. Bisognava pensarci prima! Perciò al medico cinese conviene che la gente stia bene perché sono quelli che stanno bene che pagano, gli ammalati gli portano via tempo senza farlo guadagnare e se ha troppi ammalati il medico va in rovina. Poi la gente dice "ha troppi ammalati, non è bravo, non ci andiamo" Qui è il contrario: più ammalati uno ha e più è rispettato e più guadagna!"



<https://www.youtube.com/watch?v=UIBQpH7clSo>

⁴⁰ La crisi: film del 1992 scritto e diretto da Coline Serreau. Ha vinto il Premio César per la migliore sceneggiatura originale e il miglior adattamento nel 1993.

7. I soffi.

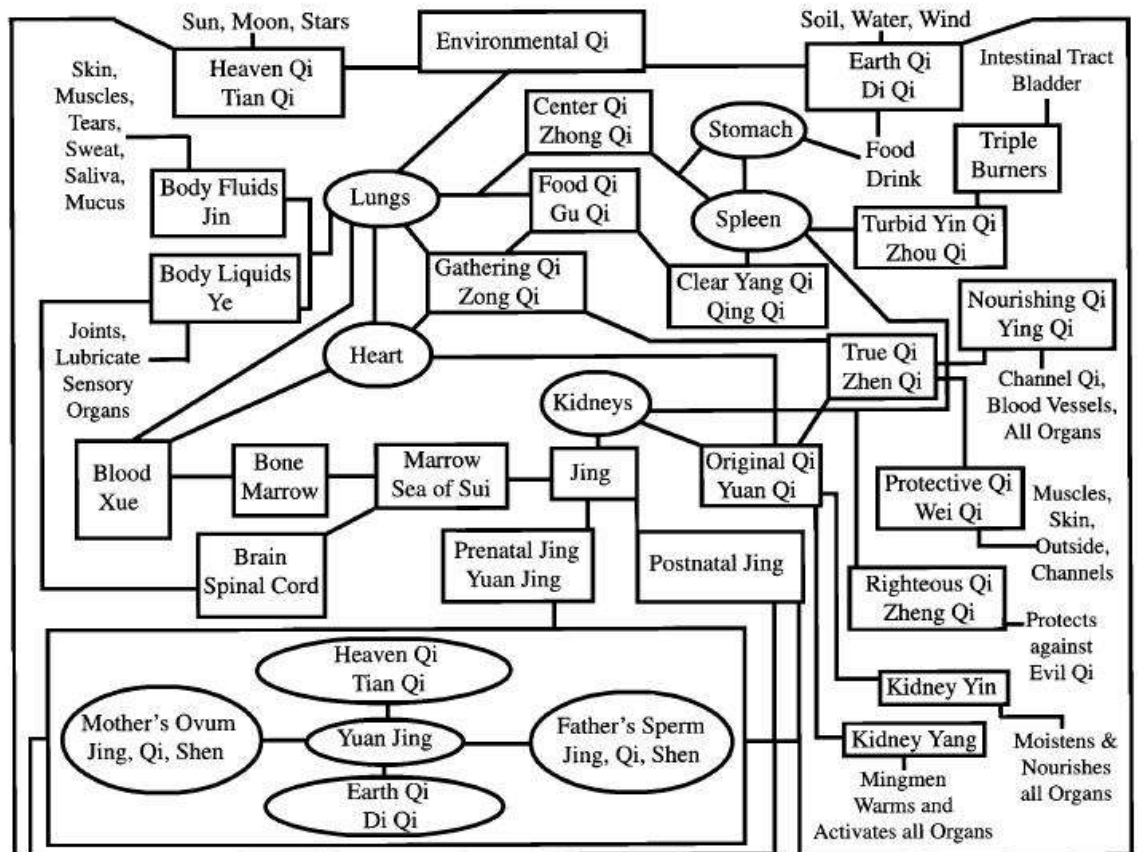


Figure 13.5. The Body's Intricate Interactions of Qi, Blending and Flowing through Internal Reservoirs of Pooled Energy.

Questo schema, apparentemente complesso, fa riferimento come indicato nella didascalia alle diverse forme di Qi che si producono nel cielo anteriore e posteriore e tra loro interagiscono, tra i diversi sistemi organo-funzionali. Apparentemente complesso e semplice allo stesso tempo atteso che il Qi

rimane comunque uno e assume differenti denominazione in ragione della funzione espressa in quel momento.

Il Qi ed il correlato concetto taoista che tutto ciò che esiste nella forma è Qi, ha portato la medicina cinese a conclusione affatto scontate per la bio-medicina. La malattia sarà ab initio espressione di una alterazione del fluire del Qi (=soffio), una alterazione che potrà interessare l'interfaccia tra mondo interno corporeo e mondo esterno, risultando l'Uomo (con una visione di tipo occidentale) come una sorta di "scambiatore" di energia.

Se la materia non è altro che uno stato peculiare di condensazione dell'energia, ogni scambio fisico, che vada dal contatto corporeo, allo sguardo, alle parole, sarà uno scambio di energia ovvero di Qi. L'Uomo nel proprio esistere assumerà dall'ambiente gli alimenti, i liquidi e l'aria per vivere, ma anche altro, qualcosa di energeticamente più sottile che fisiologicamente introietterà, elaborerà ed infine, in parte conserverà come "proprio" ed in parte eliminerà.

8. Lo Shen.

Ecco quindi che assumono particolare importanza le parole del Lingshu (cap. VIII): **"Tutte le malattie hanno la loro radice nello Shen"**.

Il carattere Shen 神, all'origine, assume il significato di Spiriti degli antenati (X sec. a.C.) indicando quindi nella trascendenza, oltre la vita e la morte stessa, il permanere di un'entità in grado di interferire e condizionare gli aspetti formali dei viventi. Ma la cultura civile e religiosa cinese⁴¹ è stata da

⁴¹ "Ciò che è realmente religioso in Cina è il culto degli Antenati e la religione del Cielo. Se ne ha la certezza quando si pensa che il Confucianesimo li ha protetti, il Taoismo li ha accettati e il Buddismo li ha favoriti, cercando di assegnare al Buddha il ruolo del grande antenato dell'Universo, equivalente, nella coscienza e nella sostanza, al Cielo stesso". C. Larre. (2007) Lo Spirito della cultura Cinese. Jaca Book Milano pg.67

sempre profondamente animista: gli spiriti sono ovunque ci sia manifestazione della natura, dal lampo che compare in cielo, all'incontro con ogni essere animato e non. L'uomo cinese vive immerso e a stretto contatto con gli invisibili.

Gli spiriti sono infine dentro l'uomo stesso, ne permettono la nascita tant'è che lo stesso concepimento è visto come incontro e legame di tre essenze energetiche: le essenze vitali (jing-qi) dei genitori ed un fattore invisibile, terzo, indicato come jing-qi cosmico. Quest'ultimo una volta insediatosi nella nuova forma corporea guiderà le trasformazioni e i soffi vitali secondo l'ordine naturale della Via (Dao). Durante lo sviluppo e la crescita ogni uomo sarà libero di far risplendere il proprio Shen, tanto maggiormente sarà in grado di purificare⁴² le proprie essenze ovvero con altri termini, tanto più saprà riconoscere all'interno di sé la luminosità del proprio Shen e lasciarsi guidare da questo. L'uomo nasce portando in nuce uno sviluppo aderente al proprio viaggio terreno di ritorno all'origine, all'Uno, al Vuoto. Vivendo come forma corporea, prova desideri che possono deviarlo dalla Via, al punto da far dimorare nel proprio cuore, in maniera costante e via via sempre più ingombrante, idoli molto distanti dalla Via.

Seguire l'ordine naturale equivale a lasciarsi abitare-dentro dagli spiriti per conformarsi al Cielo.

“Il saggio si unisce agli Spiriti per renderli presenti (in lui). Sebbene abbia in sé il meraviglioso, deve portare a compimento le sue disposizioni. Colui che va al cuore della Via gloriosa ha l'illuminazione (ming). Colui che non ha il cuore di un Saggio per accedere all'intelligenza (cong ming), come potrebbe rendere presenti in lui gli Spiriti del Cielo/Terra e portare a compimento le sue

⁴² Alla colecisti GB, in qualità di viscere straordinario è assegnata la funzione di purificazione dal calore-umidità degli altri visceri straordinari: Cervello: GB20; Vasi: GB22; Ossa: GB29; Utero: GB26; Midolli: GB8.

disposizioni naturali proprie della sua forma? Gli Spiriti: gli esseri li ricevono, ma senza averne coscienza (zhi); vanno e vengono (qu lai). E' per questo che il Saggio è nel timore e desidera renderli presenti in lui. Quando l'unico desiderio dell'uomo è quello di custodire la loro presenza, gli Spiriti si rendono presenti in lui. Se egli desidera così tanto la loro presenza, è perché non vi è nulla di più prezioso".⁴³

Quelli descritti nella digressione riguardante lo Shen sono aspetti peculiari del procedere della Medicina Cinese: ogni singolo individuo con il proprio "mandato celeste"⁴⁴ e l'interazione tra essenze vitali materiche (forma/Jing) ed essenze prive di consistenza materica (non-forma/shen), rende possibile e manifesta la vita (cielo posteriore).

Ogni persona e quindi ogni potenziale terapeuta, ma anche potenziale paziente, è atteso nella propria maturazione ed elevazione/purificazione: ad ognuno, il compito di chiarire a sé stessi, e trovare risposta in sé stessi alle domande esistenziali più profonde: perché : "*...il fine ultimo della vita non è guardare, ma appartenere*"⁴⁵ ovvero, con riferimento ad una immagine archetipica, essere coscienti della propria forma e superare la stessa, come un'onda marina che è, ma al contempo non-è, appartenendo al divenire mutevole del moto ondos.

9. L'amorevole compassione

La Medicina è l'arte della compassione (cum patior, soffrire assieme).

L'ideogramma di compassione è

⁴³ *Shiji*, Memorie storiche, fine del capitolo 25. Opera composta da Sima Qian nel I secolo cit. da E. R. De La Vallée (2008), *La Medicina cinese. Spiriti, cuore ed emozioni*, Jaca Book Ed. pg. 44.

⁴⁴ "Tornare alle radici è la quiete,/ è tornare al proprio destino./Tornare al proprio destino è l'eterno..." (Daodejing 16)

⁴⁵ E. RoCHAT De La Vallée (2008) *La medicina Cinese. Spiriti, cuore ed emozioni*. Jaca Book Milano. pg.46.



Si scrive "Cí", si legge "Zi" e vuol dire compassione, amorevolezza.

È composto da 茲 zī, fonetico e 心 xīn, cuore.

心 xīn - la parte inferiore rappresenta un cuore umano, 𠃉 sī - quella intermedia dei fili di seta (che lo tengono legato, stesso ideogramma già presente in duan: cfr nota 10), 艹 cǎo (forma non-classica di 艸, erba, vegetazione) - la parte superiore indica separazione e nel nostro caso scioglimento.

Quindi la compassione-amorevolezza 慈 è la virtù che sorge quando siamo in grado di liberare, tagliare ciò che ci lega, facendo il vuoto nel cuore, vuoto che ci consente la diagnosi (zhen duan 診斷), un procedere che ancora una volta esprime il mostrare al paziente cosa "tagliare" per poter guarire.

Il medico nell'antica Cina curava i pazienti non pretendendo nulla in cambio, ma in compenso veniva mantenuto dalla stessa comunità che serviva, conservandola in salute: Ren Xin Ren Zhu (la compassione del Cuore, l'arte della compassione).

Alla base della compassione sta la Benevolenza (umanità).

Fan Chi domandò cosa fosse la benevolenza. Il Maestro disse: «Amare gli uomini.»
[...] (Confucio: Dialoghi, XII, 22)

Nella lingua cinese benevolenza, come già ricordato in precedenza, è rappresentata dal carattere 仁 (rén) che nella parte sinistra ha il radicale "uomo" e in quella destra il simbolo di "due", intendendo con benevolenza

ciò che corre da un uomo verso il proprio simile, non essendo concepibile un individuo isolato ma sempre in rapporto con la molteplicità degli altri uomini.

Gli studiosi hanno variamente tradotto 仁 con diversi termini: benevolenza, senso di umanità reciproca, amore, virtù, maturità, umana benevolenza, umanità.

La benevolenza rappresenta la prima delle cinque virtù confuciane ed è legata al legno. La seconda, la rettitudine Yi, è legata al fuoco, rappresenta l'impegno nei confronti delle proprie asserzioni che evolve in lealtà Zhong, la terza virtù correlata alla terra. La quarta il rispetto Hou in cinese viene riferito più propriamente alla pietà filiale, ed è una virtù correlata al metallo. Per ultimo abbiamo la fede Xin: l'impegno assunto si correla con la fiducia di saperlo portare a termine, ed è collegato all'acqua.

Compassione, benevolenza ovvero "amare gli uomini", in un gioco di specchi tra medico e paziente, è la "virtù" (De) del Dao del terapeuta di medicina cinese:

"...L'individuazione di quando e come agire, la necessità di considerare ed interpretare il disagio come una difficoltà che può risiedere nel Corpo, nell'Anima o nello Spirito, ma che sempre si fa risalire ad un significato di "impedimento nel cammino esistenziale". Il medico attento può aiutare a prendere coscienza del blocco creatosi e cercare di stimolarne il superamento. L'antica dottrina medica suggerisce di valutare, in questi casi, lo stato dello yang del Rene, perché solo se questo è forte, l'individuo è in grado di affrontare il problema, altrimenti sarà necessario rafforzare prima questo aspetto. Ciò perché ogni cambiamento può produrre un trauma e non sempre ci si trova nella condizione di affrontarlo; se sussiste un vuoto di Rene Yang, lo stimolo al superamento del problema può essere controproducente ed indurre "effetti collaterali" fino al tentativo di suicidio. Nel processo curativo entra in gioco la considerazione che l'atto medico è circoscritto poiché niente può sostituirsi alla volontà di guarire da parte di colui che soffre. Non bisogna, dunque, forzare una situazione laddove mancano i presupposti. Il medico dovrebbe sempre tenere ben presenti questi aspetti nell'individuo che va a curare e compiere un atto di estrema umiltà nel comprendere che non sempre i problemi

*possono trovare una soluzione, anche se ciò spesso è frustrante. L'aspetto più importante da tenere presente è che nella vita di un individuo tornano e si ripresentano, anche in forme diverse, problematiche simili, che somigliano ad una nota di fondo, è possibile essere di aiuto; l'importante è capire che ci si trova di fronte ad un ostacolo da superare, l'aiuto consiste nello stimolare un cambiamento; questo è possibile se il blocco è a livello del Po. Se invece la difficoltà ha radici nello Shen, nello Spirito, a volte ci si trova di fronte ad un problema che va al di là delle nostre possibilità ... In quanto "guaritore" l'atto medico non si identifica necessariamente con l'intento di sconfiggere la malattia. Il ruolo del medico potrebbe trovare espressione nella capacità di essere presenti, di assistere ad un processo di guarigione. L'andare oltre la malattia, il recupero dello stato di salute va considerato come un processo interno del malato, il medico aiuta, ma è testimone ...*⁴⁶.

Se come finora affermato tutto è Qi, anche la relazione terapeutica sarà in buona sostanza una interazione tra le parti più sottili dei Soffi ovvero tra lo Shen del terapeuta e quello del paziente con l'ampio corollario di shen che accompagnano entrambi, nei reciproci percorsi di vita sino a quel punto condotti.

Il Suwen al cap 54 recita: *"Quando trattate siate come colui che spinge il suo sguardo in fondo all'abisso: attenzione a non cadere. Che la vostra mano sia come quella che tiene una tigre: la fermezza non vi mancherà! Che niente turbi il vostro animo: nella calma considerate il vostro paziente senza girare lo sguardo a destra e a sinistra. Che il movimento con cui mettete gli aghi non devii: perché la vostra dirittura richiamerà la rettificazione. Prima di tutto rettificare il vostro Shen: perché è lo sguardo che voi portate al malato che richiama la regolazione dei suoi Shen. In questo modo farete circolare i Soffi con facilità."*

⁴⁶ R. Brotzu, C. Di Stanislao. Il senso dell'atto curativo nell'evoluzione spirituale dello Shen. Interpretazione delle modalità di guarigione nella Medicina Classica Cinese. La Mandorla. Riv. Marzo 2005.

Prima di tutto “... *rettificate il vostro Shen*”, l’indicazione alquanto perentoria appartiene certo più alla tradizione confuciana, non fosse altro che per l’utilizzo del termine “rettificare” ma è certamente taoista nel porre indicazione precisa circa la necessità che lo Shen del terapeuta, ovvero il cuore del terapeuta, naturale sede degli Shen, sia vuoto per accogliere lo Shen del paziente e sia comunque trasparente, e quindi utile al paziente per specchiarsi e quindi leggere in sé stesso la potenzialità del cambiamento.

Ecco emergere quindi un’altra fondamentale differenza tra bio-medicina e medicina cinese: la formazione professionale del terapeuta passa prima di tutto, per la medicina cinese attraverso una cura del proprio Shen, che non potrà che essere graduale ed assicurata da un “maestro”.

Tenendo ben saldo l’assunto che non esiste separazione tra corpo e mente, tra corpo e Spirito e che ogni malattia prende comunque origine da una alterazione dello Shen, la cura del proprio Shen è fondamentale per un terapeuta di Medicina cinese, mentre tale cura è confinata ai soli specialisti (e neanche in maniera completa) della psiche, nella bio-medicina.

Ancora una volta la settorializzazione nella bio-medicina risulta assioma vincente. Ancora una volta addentrandoci in studi osservazionali analitici potremmo riscontrare come la tematica della cura/rettifica del proprio Shen ovvero la coltivazione dello “spazio terapeutico” nella bio-medicina, nonostante approdi a significative conclusioni, releghi di fatto quest’ultime ad ambiti specialistici o super-specialistici.

10. Gli stili di attaccamento.

Trait d’union tra le due medicine è lo studio in psicologia dell’attaccamento, ovvero “stili di attaccamento”. Con tale termine si intende: *la propensione innata a cercare la vicinanza protettiva di un membro della propria specie*

quando si è vulnerabili ai pericoli ambientali per fatica, dolore, impotenza o malattia . (Bowlby,1969)⁴⁷

Secondo Bowlby, il bambino, appena nato, è tendenzialmente portato a sviluppare un forte legame di attaccamento con la madre o con chi, in maniera preponderante, si prende cura di lui (figura anche definita con il termine inglese di *caregiver*).

Gli stili di attaccamento esprimono una categorizzazione delle diverse modalità relazionali che si stabiliscono tra due soggetti dotati di differenti livelli evolutivi di coscienza e autonomia gestionale. Il gap informativo, il livello di autonomia e di maturazione della coscienza, è sempre elevato e configura, nel caso più tipico, le modalità di relazione tra bambino e adulto.

Il bambino rappresenta, in senso aristotelico, una tabula rasa, ed è in ragione delle risposte che riceverà dal proprio caregiver (solitamente la madre), alla richiesta di aiuto, consolazione, accudimento, che strutturerà una risposta comportamentale, che nel tempo determinerà delle rappresentazioni di sé e delle figure di attaccamento, conosciute in psicologia come Modelli Operativi Interni (MOI).

Secondo Bowlby, l'attaccamento avviene in cinque fasi:

- 0-3 mesi, fase del *pre-attaccamento*: il bambino non ha ancora maturato sotto il profilo neuro-corticale, l'abilità a rappresentare l'Altro al di fuori di sé;
- 3-6 mesi, fase dell' *attaccamento in formazione*: il bambino matura l'abilità a riconoscere l'estraneo e tra questi individua quello che maggiormente lo coccola e si prende cura di sé (caregiver) e che pertanto diventerà la figura di riferimento sulla quale iniziare a costruire i propri MOI;

⁴⁷ John Bowlby (Londra, 26 febbraio 1907 – Isola di Skye, 2 settembre 1990).

- 7-8 mesi, fase dell'*angoscia*: il bambino sperimenta la condizione di abbandono e separazione dal proprio caregiver, ma anche le modalità di superamento dell'*angoscia* al ricomparire dello stesso;
- 8-24 mesi, fase di *attaccamento* vero e proprio: si costituiscono in modo via via più perfezionato e quindi via via meno modificabili, i MOI;
- Oltre i due anni, formazione di *legami*: il bambino comincia a utilizzare il proprio stile di attaccamento anche con figure diverse dal caregiver principale.

In base alle risposte che i genitori daranno al bambino, si produrranno in seguito diverse tipologie di legame.

Mary Ainsworth, una collaboratrice di Bowlby, si spinse ad elaborare e mettere in atto una rappresentazione sperimentale che denominò "strange situation", composta da otto quadri situazionali, della durata di tre minuti l'uno, nei quali il bambino era sottoposto a situazioni condizionanti uno "stress relazionale"⁴⁸ (abbandono da parte del caregiver e rapporto con estraneo) al fine di studiarne le risposte (comportamenti) in ragione delle principali tipologie di "attaccamento":

- ✓ Comportamento esplorativo,
- ✓ Comportamento prudente o timoroso,
- ✓ Comportamento di attaccamento,
- ✓ il comportamento arrabbiato/resistente.

L'osservazione di tutte le fasi della *strange situation*, permette di definire quattro tipologie di attaccamento che legano la madre (o la figura principale di accudimento) e il bambino:

⁴⁸ Come non rammentare qui ancora le parole già riprese in nota 1, di C. Larrè: "... ebbe il merito di aver fornito a tutti i ricercatori successivi la giustificazione teorica per una indagine del mondo fenomenico, libero da qualsiasi implicazione morale".

- stile "sicuro": il bambino ha una buona relazione empatica ed amorevole con la madre, si mostra esplorativo; vive con turbamento l'allontanamento della madre ma al ritorno della stessa, si tranquillizza e si lascia consolare;
- stile "insicuro-evitante": il bambino non evidenzia una buona relazione empatica con la madre di cui ha conosciuto l'incostanza nell'accudimento. Esplora l'ambiente ignorando la madre a sottolineare che potrà fare, autarchicamente, a meno della stessa. E' indifferente alla sua uscita e non si lascia avvicinare (consolare) al suo ritorno;
- stile "insicuro-ambivalente": il bambino mostra un atteggiamento non costante, a tratti cerca la madre, a tratti la ignora, esprimendo in maniera riflessa il grado incostante di affettività e accudimento della madre nei suoi confronti;
- stile "disorganizzato": il bambino mostra atteggiamenti e comportamenti stereotipati, esprimendo con ciò una non maturazione del contatto empatico/amorevole con la madre, espressione, come il precedente, dell'immaturità del caregiver.

Le esperienze di attaccamento nell'infanzia influenzano lo stile di personalità e di relazione nell'età adulta; regolano l'adattamento all'ambiente e alle persone.

I MOI funzionano operando come filtri sulle informazioni emozionali in entrata e gestendo quindi le risposte a queste, in uscita mediante processi di attenzione/percezione e memoria selettiva; il tutto in maniera inconsapevole e con un progressivo consolidamento reiterativo della circuiteria mnesica.

Lo stile di attaccamento sicuro favorisce la sicurezza interiore e il senso di sé ed è caratterizzata dalla capacità di chiedere aiuto e conforto, come anche di esprimere il piacere di non essere in una situazione di pericolo. Gli individui con stile di attaccamento insicuro utilizzano MOI favorevoli

l'esclusione dall'elaborazione, di tutte quelle informazioni che potrebbero ripercorrere il sistema di attaccamento noto. Questi individui si aspettano, in base alle loro prime esperienze, di non poter essere aiutati e confortati.

Gli stili di attaccamento ed i relativi MOI condizioneranno nella vita adulta i rapporti e le relazioni con l'Altro, in particolare quelli di coppia ma anche quelli relativi allo spazio di cura tra terapeuta e paziente.

Attaccamento sicuro - L'amore sicuro.

Al pari della buona empatia ricevuta e scambiata con il caregiver, questi saranno soggetti che orienteranno le proprie scelte amorose verso partner altrettanto sicuri, insieme ai quali sapranno gestire strategie utili al superamento delle difficoltà comuni, costruendo quindi storie di vita stabili e durature.

Attaccamento ansioso ambivalente - L'amore ossessivo.

Al pari dell'intermittenza in tema di accudimento, questi soggetti svilupperanno relazioni discontinue ed instabili, versate come ossessive, possessive ed autoritarie.

Attaccamento evitante/distanziante - L'amore freddo/distaccato.

Sono soggetti che in età adulta, avendo conosciuto e strutturato una rappresentazione del proprio caregiver come rifiutante (non-buono), saranno incapaci di amare, ovvero di ri-organizzare il proprio ego, affettivamente autonomi e non bisognosi di aiuto anche quando si troveranno per necessità a chiedere aiuto. Imperativo categorico per tali soggetti: non farsi coinvolgere emotivamente nelle relazioni interpersonali e desiderare un'autonomia ed autosufficienza che escludono l'Altro. Trattasi in buona sostanza di una

condotta strategicamente finalizzata a non ri-attivare le ferite narcisistica conosciuta nell'infanzia (madre rifiutante).

Attaccamento disorganizzato - L' amore patologico.

Si tratta di soggetti che esprimono un trascorso relazionale con il caregiver infantile in cui, anziché amore ed empatia era presente abuso e maltrattamento. I MOI saranno confusi ed incoerenti. Questi soggetti tenderanno a farsi coinvolgere in situazioni amorose di tipo “distruttivo” ovvero con persone violente e aggressive, oppure a reiterare nei confronti dei figli le stesse condotte abusanti e maltrattamenti subite.

Come tutte le categorizzazioni cliniche anche quelle soprariportate hanno il pregio della schematicità e del focus topico sulle problematiche correlate allo stile di attaccamento e relativi MOI, di cui siamo, il più delle volte, inconsapevoli portatori. La realtà clinica, come sempre, è più sfumata e spesso espressione di contaminazione tra più stili di attaccamento.

11. Il terapeuta e lo spazio di cura.

Questa digressione nella psicologia clinica ha lo scopo di rappresentare a tutti, ed in primis a chi ambisce prendersi cura dell'Altro, la necessità di riconoscer-si ovvero scoprir-si nelle proprie modalità interattive con l'Altro, modalità che, innegabilmente, ma spesso in maniera, sotterranea e non consapevole, derivano dall'imprinting ricevuto con il proprio caregiver (spesso la madre) nei primi mesi/anni di vita. Solo quindi con un lavoro continuo sul proprio Sé il terapeuta potrà correggere, affinare ovvero “rettificare” il proprio Shen e ciò gli sarà doppiamente utile in quanto, la propria azione terapeutica sarà ispirata a fornire prestazioni di cura e accudimento (caregiver) utili a determinare un “attaccamento sicuro”, conscio peraltro, ovvero capace di “leggere” (alias, fare diagnosi) lo stile di

attaccamento, ovvero di relazione, che il paziente invece gli porrà, con modalità il più delle volte “patologiche”, ovvero disarmoniche, perpetuanti un meccanismo di alterato fluire dei soffi che lentamente, nei mesi, ed anni hanno determinato la malattia.

E' questa abilità clinica difficile da acquisire, in quanto difficile è “vedere”, ovvero “leggere” in tempo utile l'insorgere delle dinamiche relazionali (MOI) e discriminare quelle funzionalmente non utili al cambiamento/guarigione del paziente, dinamiche, con altri termini specialistici, conosciute come transfert e contro-transfert:

“Come riconoscere quello che sta succedendo? Vale lo stesso principio già espresso per il transfert: stare molto attenti, soprattutto alle emozioni anomale o eccessive, alle risposte in cui si può riconoscere uno scarto rispetto a ciò che possiamo attenderci dalla situazione, ai comportamenti in cui si ha la sensazione di fare qualcosa di non nostro, come se fosse il paziente a tirarci. Vale la pena di fermarsi un poco quando ad esempio ci si accorge che il coinvolgimento è talmente forte da non permettere quella piccola distanza che, pur nell'empatia, permette la differenza tra sé e l'altro, fino a produrre un contagio dell'umore o dei sintomi: si ha l'impressione di comportarsi secondo le aspettative negative e le paure del paziente - c'è una ripetitività nella nostra risposta emotiva, per esempio c'è chi si sente o è sempre richiesto e cercato, chi sempre attaccato e svalutato, chi funziona bene fino a un certo punto ma manca sempre la risoluzione completa, e così via: ci si sente indispensabili e insostituibili, oppure totalmente incapaci, o arrabbiati neri, o ancora impassibilmente annoiati- capiamo che un determinato tipo di paziente o alcune specifiche situazioni proprio non li tolleriamo. “⁴⁹

In termini 'cinesi' il terapeuta deve funzionare come il mozzo vuoto della ruota: “ Trenta raggi convergono in un mozzo: grazie al suo vuoto abbiamo

⁴⁹ Tratto da: "I Fogli di Oriss, Rivista di Psichiatria Transculturale, n° 13/14, 2000". Traduzione da "The space shared between patient and acupuncturist", European Journal, vol.3 n.2, 2000.

l'utilità del carro" (Daodejing 11), pronto ad accogliere quello che il paziente gli proporrà ma pronto a lasciarlo andare, senza entrare in "simmetrie", cercando di far operare al paziente la trasformazione, il movimento e quindi il rilascio delle proprie emozioni sofferenti.

Il terapeuta secondo il *Su Wen* al cap. 25 deve possedere dei requisiti fondamentali:

1. *l'intenzione di guarire*
2. *il saper conformarsi alle leggi del Tao*
3. *la conoscenza della fitoterapia*
4. *la conoscenza dell'agopuntura*
5. *la capacità nella diagnostica*

L'intenzione è il primo "gradino" per essere un buon terapeuta: l'intenzione coincide con la tensione energetica che pone in atto il terapeuta nell'incontrare il paziente: capacità quindi di dispiegare i propri soffi (qi) per rettificare, in conformità alle leggi naturali del Dao (secondo gradino) una disarmonia di movimento sia in eccesso che in difetto, che nella direzionalità, dei soffi del paziente.

I primi due gradini sono strettamente interconnessi ed in modo circolare uniscono medico e paziente passando per il Dao. Uniti costituiscono l'arte di curare la vita, ancora unite, intenzione e conformarsi al Dao, costituiscono l'aura magica che può contornare o meno la conoscenza degli spiriti della Terra (erbe/fitoterapia) e quelli del Cielo (aghi/agopuntura). Senza intenzione e adeguamento al Dao, le conoscenze non sono altro che sapere fine a se stesso, sterile predisposizione al tecnicismo.

Infine la capacità di fare diagnosi. Già si è accennato agli ideogrammi zhen duan 診斷 ovvero all'abilità di tagliare i fili, la trama delle correlazioni fitte del sistema cibernetico edificatosi nei secoli di osservazione e studio

dell'uomo in Cina. Capacità di fare diagnosi in medicina cinese coincide con il saper vedere, saper cogliere l'evidente che è nelle parole come nel linguaggio non verbale del corpo, sino a saper percepire, sentire i soffi ovvero cogliere quello che non è visibile né cosciente ai più.

L'ideogramma Yi - Intenzione - è composto nella parte bassa dall'ideogramma del "cuore" da cui promana verso alto una nota musicale.



La nota musicale come i numeri ⁵⁰ esprimono il ritmico vibrare del Tutto. L'intenzione di guarire nasce pertanto come energia (qi) dal Cuore, sede degli Shen, del terapeuta ed in ragione del grado di luminosità/splendore di questi ultimi, si esprimerà come indicazione alla rettificazione dei soffi del paziente:

*“Solo chi conosce sé stesso può applicare un rituale come un'esatta riproduzione correttiva del meccanismo energetico alterato identificando un metodo, (agopuntura, tuina, fitoterapia etc), attraverso una diagnosi”.*⁵¹

⁵⁰ “...Si concretizza, così, un modo nuovo di interpretare la natura nella ricerca di una comunanza tra un simbolo terrestre ed uno cosmico, nell'accettazione dell'obbedienza di cielo e terra alle stesse leggi, nella regolarità di strutture tra macrocosmo e microcosmo: necessarie e logiche premesse per scoprire ad esempio, che l'essenzialità di una linea di spirale rappresenta alcuni tipi di galassie, ma è anche riconducibile in modo analogo ai vortici terrestri.

La spirale, quella curva piana che ha la proprietà di avvolgersi in infiniti giri intorno ad un punto, è una struttura onnipresente. Essa è una delle forme geometriche più diffuse in natura: dai fiori del girasole alle corna d'alcuni animali, dal moto dei cicloni alla molecola del DNA, dalle conchiglie alle galassie...”: Rosa Mistretta <http://matematica.unibocconi.it/articoli/la-spirale-cosmica-sezione-aurea-dell%E2%80%99universo>

⁵¹ Tratto da: “Medicina tradizionale per lo Shiatsu e il Tuina” di M. Corradin, C. Di Stanislao e M. Parini CEA Milano.

Questo movimento espansivo di energia attraverso l'ago, ma anche attraverso il contatto fisico con le mani o le parole, va ad interagire e risuonare con l'energia del paziente: se questa energia troverà accoglimento, scambio reciproco, altrettanti benefici terapeutici ne sortiranno per medico e paziente.

12. Amore terapeutico.

Esiste comunque una parola che aleggia su tutto e che rappresenta questa energia: amore. Nella medicina cinese come abbiamo già ampiamente esaminato, in maniera circolare si parla di benevolenza, intenzione, rettificazione dello Shen e mai tutto ciò si condensa in una parola, amore, ma ... non è forse vero che: *“Il Dao di cui si può parlare non è l'eterno Dao”*?

Nella bio-medicina e sempre e solo in un campo ben limitato (psicologia e affini), solo di recente ha preso corpo una discussione sul tema in questione.

A commento di un articolo del 2011 di Bodenheimer D. An Examination of the Historical and Current Perceptions of Love in the Psychotherapeutic Dyad, comparso sulla rivista Clinical Social Work Journal, 39, 39-49, Florinda Barbuto e Alessia D'Acunti della società clinica ASPIC⁵² riferiscono:

“... Secondo l'autrice, l'amore di tipo platonico e non-erotico è una componente del rapporto psicoterapeutico tanto importante quanto negletta e poco studiata. Le ragioni per cui questo tema è stato poco discusso sarebbero tante: la difficoltà a definire il concetto di “amore non erotico”, la sua natura estremamente soggettiva, le ambiguità generate dalla parola stessa. La ragione principale, secondo Bodenheimer (2011), è che l'amore nella relazione psicoterapeutica rappresenta un “campo minato dell'etica professionale”. Contemporaneamente, avere delle teorie e delle tecniche in

⁵² ASPIC Associazione per lo Sviluppo Psicologico dell'Individuo e della Comunità
Via Vittore Carpaccio, 32 - 00147 Roma aspic@mclink.it
www.aspic.it

grado di dare significato al fenomeno e di aiutare i clinici a gestire l'amore che provano per i loro clienti, potrebbe essere un'occasione di arricchimento per la pratica professionale e potrebbe svelare nuovi aspetti curativi e riparativi all'interno della coppia terapeutica.

Ai suoi albori, la professione psicoterapeutica sembrava praticata da un professionista lontano e neutrale che eseguiva il suo lavoro su di un paziente inconsapevole. Per la comunità scientifica, la reale complessità del rapporto terapeuta-utente è diventata più chiara nel tempo, favorendo una concettualizzazione più egualitaria e co-costruita della relazione. Questo lungo percorso è stato caratterizzato dallo studio e dall'approfondimento di diversi fattori e di diverse componenti della relazione diadica tra clinico-cliente, tra cui il transfert, il controtransfert e le emozioni connesse.

*Nel suo recente articolo *An Examination of the Historical and Current Perceptions of Love in the Psychotherapeutic Dyad*, Danna Bodenheimer passa in rassegna la letteratura esistente sul tema dell'amore, dove nell'usare la parola "amore" si riferisce ad un fenomeno non-erotico, un legame affettivo simile, ma qualitativamente diverso, al concetto di controtransfert positivo.*

Nel IV-V secolo a.C., Platone introdusse la nozione di amore non erotico, definendolo un costante e profondo legame spirituale che interessa due individui senza alcuna forma di coinvolgimento sessuale. Data l'innocenza dell'amore platonico, nota l'autrice, è sorprendente che la tradizione psicoterapeutica abbia sempre fortemente scoraggiato i sentimenti di amore all'interno della diade clinico-paziente. Tale scoraggiamento, di fatto, ha prodotto una scarsità di ricerche sul tema e, contemporaneamente, ha impedito di analizzare ed utilizzare il fenomeno in campo clinico.

L'autrice rintraccia nelle origini della psicanalisi la paura che gli psicoterapeuti sembrano nutrire verso l'amore platonico in campo clinico. Presenta, ad esempio, lo scompiglio provocato nella vita di Breuer dal caso di Anna O. e le note difficoltà incontrate da Freud con Dora e da Jung con Sabine Spielrein. Baur (1997) ipotizza che le forze profondamente emotive che sono alla base del rapporto terapeutico sembrano, a volte, troppo vicine all'amore romantico per essere indagate in modo sicuro. Spiega che l'esplorazione di questi sentimenti è accettata e vissuta in modo sicuro solo quando è inserita all'interno di un "rapporto parentale". Infatti, quando uno psicoterapeuta parla di sentimenti diversi da quelli che simulano un rapporto genitore-figlio o un rapporto fraterno, riceve poco supporto dalla comunità clinica.

Spesso i forti sentimenti che si generano all'interno della coppia terapeutica sono letti e spiegati attraverso i concetti di transfert e controtransfert.

Il transfert è definibile come una riattualizzazione, nel presente, delle emozioni provate con le persone significative della prima infanzia (Cooper e Lesser, 2005). Per Freud, la presenza del transfert rendeva possibile il trattamento, forniva una via d'accesso ai meccanismi di funzionamento della psiche del cliente (Coughlin, 1998).

Il controtransfert è la reazione dello psicoanalista al transfert del paziente o, più in generale, è il transfert del terapeuta. Freud aveva ben compreso la complessità del controtransfert e riteneva necessario porre una grande attenzione a quello che il terapeuta offriva al cliente. Niente dovrebbe derivare dall'inconscio dell'analista, niente dovrebbe essere espresso senza piena consapevolezza.

Freud ha utilizzato per la prima volta il termine controtransfert nel 1910 e, successivamente, lo ha ritenuto un ostacolo alla pratica clinica, che doveva essere regolato da un'attenta autoanalisi (Rachman, 1998).

Un diverso punto di vista fu espresso da Ferenczi, allievo di Freud, che nel 1920 aveva introdotto le prime concezioni di amore terapeutico e di mutualità nel rapporto analitico (Martin, 1998). Mentre Freud richiama all'autodisciplina e alla sterilità nella pratica clinica, Ferenczi incoraggiava la parità, l'apertura e la condivisione delle conoscenze (Berman, 1997). Incoraggiava gli analisti a fornire ai pazienti l'amore di cui avevano bisogno, anche attraverso l'auto-svelamento (Rachman, p. 264). Il tentativo di Ferenczi di umanizzare il rapporto terapeutico attraverso l'uso del controtransfert, ha portato Freud a distanziarsi da lui, eliminando così per decenni la questione dell'amore terapeutico dal discorso teorico.

Le considerazioni non ortodosse di Ferenczi hanno posto le basi della psicoanalisi relazionale, un approccio in cui si sottolinea il potere curativo della relazione tra analista e paziente. Negli ultimi decenni, inoltre, la ricerca su questo tema è avanzata rapidamente all'interno dei maggiori approcci terapeutici: dinamico, cognitivo-comportamentale e umanistico.

A proposito dell'affetto tra terapeuta e paziente, Shaw (2003) ha suggerito di identificare una chiara terminologia che permetta di descrivere l'amore che si verifica in campo clinico al di là dei fenomeni transferali e controtransferali. Egli nota l'incongruenza tra il classico obiettivo terapeutico del rendere possibile una migliore e completa espressione emotiva e la sostanziale incapacità nella realtà clinica di riconoscere l'amore che esiste tra psicoterapeuta e cliente. In linea con molti dei suoi contemporanei (Gabbard 2001; Rabin 2003; Schamess 1999), Shaw incoraggia la normalizzazione dei sentimenti di amore nella coppia terapeutica attraverso la ricerca e gli studi clinici, per poter arrivare a stabilire dei principi guida per la pratica professionale. L'amore va gestito con cura, può essere pericoloso, ma va

anche riconosciuto e vanno recuperate nella relazione terapeutica la sensazione di essere amabile e le possibilità di dare e ricevere amore.

Bernstein (2001) ha tentato di formulare una definizione di amore che invitasse gli analisti ad esplorare la possibilità della sua presenza. La sua definizione segue la seguente linea di pensiero: il terapeuta è in grado di mettere da parte i propri bisogni in favore di quelle del cliente. Una rinuncia di questo tipo è generalmente riconosciuta come un atto di amore, come l'interesse per il bene di un altro.

Rosiello (2003), infine, ha messo in evidenza quanto siano ancor meno analizzate e prese in considerazione le situazioni in cui l'amore e l'affetto si sviluppano tra terapeuti e pazienti dello stesso sesso.

L'interessante articolo di Danna Bodenheimer si chiude con delle riflessioni sul ruolo che l'amore potrebbe ritagliarsi all'interno della psicoterapia. Non vi è ancora un dibattito chiaro e non ci sono ancora delle linee guida sul come l'amore platonico e l'affetto possano essere trasmessi e utilizzati in terapia.

È difficile immaginare come poter comunicare un sentimento tanto potente nell'ambito della professione clinica, senza esserne travolti. Contemporaneamente, senza un linguaggio e degli strumenti adatti ad affrontare la questione, i clinici restano con la presenza ingombrante dell'amore senza poterne trarre i benefici. L'articolo di Bodenheimer, quindi, ha l'evidente pregio di gettare le basi per la ricerca futura in questo ambito.

Si è preferito riportare in maniera quasi integrale l'articolo di commento di Barbuto e D'Acunti perché lo stesso sinteticamente ripercorre da Platone a Freud, ad oggi, il difficoltoso emergere e dare nome alla forza, al movimento di energia che può o meno accompagnare ogni procedura terapeutica (di ogni medicina) e che certamente contraddistingue tutte quelle procedure che sortiscono la guarigione/autoguarigione del paziente.

L'amore terapeutico connota certamente, in maniera spesso criptica, i processi di cura nella medicina cinese a partire dai concetti di Vuoto, Vuoto del Cuore e Arte del Cuore che di seguito, brevemente narreremo.

13. Vuoto: sede della vita.

Il concetto di vuoto in Occidente si carica essenzialmente di significati a valenza negativa. Il vuoto fa paura, perché nel vuoto ci si perde: il vuoto corrisponde essenzialmente alla mancanza, all'assenza. Da sempre in Occidente dà certezze e si carica di valenze positive il concetto di pienezza ed in filosofia a cominciare dai pre-socratici è l'essere ad attirare la speculazione, un essere che nel procedere del pensiero si farà via via più pesante e materico.

La fisica atomica e sub-atomica hanno evidenziato di fatto come anche la materia sia sostanzialmente fatta di vuoto. Gli atomi sono costituiti al 99,9% da vuoto. L'energia addensata nel nucleo e quella più eterea della nuvola elettronica, sono tra loro distanziate da una grandissima quantità di vuoto, talmente grande che se ipoteticamente riuscissimo ad eliderlo, l'intera popolazione attuale della Terra si concentrerebbe in uno spazio, estremamente pesante, ma coincidente con quello di una mela. Anche davanti a tali evidenze la ricerca è da decenni orientata verso lo studio delle proprietà delle nano particelle nucleari con un esito che è difficile prevedere ma che al contempo si lascia presagire come mai esauribile, mai concluso.

Per la filosofia taoista il vuoto si carica al contrario di valenze esattamente opposte e complementari a quelle della visione occidentale. Il Vuoto è la sede della vita, l'origine ed il ritorno⁵³ di tutte le forme animate e non. Il Vuoto non è *vuoto*, è sede dell'energia indifferenziata coincidente con il Dao.

Compito e destino dell'uomo è quello di far ritorno all'originario Vuoto che l'ha generato. Tornare al Vuoto equivale a farsi parte del Dao ovvero perdere la coscienza egoica che lentamente maturiamo nella crescita, dalla nascita all'età adulta e di cui altrettanto lentamente e con fatica dobbiamo liberarci

⁵³ “...Ritornare è il movimento del Dao...” (Daodejing 40)

nella seconda parte della nostra vita⁵⁴ perché la volontà del saggio si conformi completamente con il Dao:

*Il cielo dura e la terra permane.
La ragione per cui cielo e terra
Possono durare e permanere
È che non vivono per se stessi:
perciò possono vivere a lungo.
Per questo il saggio si tira indietro
E viene a trovarsi davanti,
si esclude, ma rimane presente.
Non è forse perché non ha fini personali
Che può realizzare i suoi fini personali?⁵⁵*

La condizione di saggezza si raggiunge identificandosi nel Dao: a tale identificazione si giunge lavorando sul sé, ovvero favorendo la dissoluzione dell'ego.

Nel cap. XI del Daodejing è espresso il concetto di vuoto funzionale di cui abbiamo già parlato: la funzione è possibile grazie al vuoto.

Il Vuoto nella medicina cinese è ben presente e si avvicina, sino a coincidere con l'invisibile. Vuoti e cavi sono infatti i punti come anche i meridiani energetici definiti spesso lungo i profili angolari di strutture osteo-muscolari. Il vuoto differenzia lo yin (- -) dallo yang stilizzato come una retta piena (—). Vuoti sono gli organi di senso alias orifizi del capo (occhi orecchie, naso e bocca) che possono trasdurre energia solo se vuoti. Vuoto, nel senso di

⁵⁴ Il passaggio di metà vita (circa 40 anni). Quaranta anni trascorre il popolo ebreo nel deserto prima di giungere alla terra promessa: per C.G. Jung la seconda parte della vita pone all'uomo l'elaborazione di: 1) relativizzazione della propria persona, 2) accettazione dell'ombra, 3) l'integrazione di animus e anima, 4) lo sviluppo del Sé nell'accettazione della morte e nell'incontro con Dio.

⁵⁵ Daodejing 7.

anatomicamente non rappresentato è un viscere esclusivo del pensiero medico cinese: il triplice riscaldatore.

La rappresentazione simbolica del Vuoto è la Vallata, incavo vuoto che fa nascere e nutre tutte le cose.

“Lo Spirito della Vallata vive per sempre; qui si parla della Femmina misteriosa. La Femmina misteriosa ha un’apertura da cui escono Cielo e Terra. L’impercettibile filo fila indefinitamente; vi si attinge senza mai esaurirlo”.

Ma il vuoto che più interessa il terapeuta è quello della mente e del cuore⁵⁶.

Il vuoto psichico e spirituale si raggiungono con il digiuno della mente.

“Digiuna!”, disse Confucio. “Ti dirò cosa significa...”

“Da mesi non bevo vino, ne mangio carne”, rispose Yan Hui.

“Può questo esser considerato un digiuno?”.

“Questo è il digiuno che si pratica prima di offrire un sacrificio, non è il digiuno della mente”.

“Posso allora chiederti cos’è il digiuno della mente?”.

“Unifica la tua volontà. Non ascoltare con l’orecchio, ascolta con la mente. Anzi, non ascoltare con la mente, ascolta con il soffio vitale. L’ascolto si ferma all’orecchio, la mente si ferma alla rappresentazione delle cose.

Il soffio vitale è vuoto e accoglie ogni cosa.

Il Dao si raccoglie solo nel vuoto.

*Il vuoto, questo è il digiuno della mente”.*⁵⁷

⁵⁶ L’asse cuore-rene (shao yin) è l’asse della vita. Il cervello, mare dei midolli è stretta emanazione del rene.

⁵⁷ Chuang Tzu (Zhuangzi), 4. Trad. (2012) di A. Shantena Sabbadini Urta – Apogeo ed. Milano

Un altro concetto che si avvicina al concetto di Vuoto è quello di invisibile wu 無, senza forma. Riaffiora con il concetto wu, la radice animista della cultura cinese, il continuum circolare tra forma/vita e non-forma/oltre-vita ma anche il continuo coesistere di visibile e invisibile con il primo epifenomeno del secondo. La malattia manifesta nella forma (segni e sintomi) l'invisibile che l'ha generata e preceduta nel suo comparire (disarmonia di soffi).

14. Il Vuoto del cuore e l'Arte del cuore.

Il Cuore è il centro vitale dell'organismo, è l'equivalente del sovrano imperatore che amministra e governa i soffi secondo il mandato celeste ricevuto. Il mandato celeste è un tesoro nascosto da ri-scoprire e può accadere che rimanga nascosto per tutta la vita dell'uomo.

Il cuore regola e governa i soffi e per adempiere a ciò in modo conforme al Dao, deve essere vuoto. Anche riferito al cuore, vuoto esprime non l'assenza ma un dinamico fluire dei soffi sia in entrata che in uscita.

Il Vuoto taoista del cuore coincide con:

<i>wu yu</i>	<i>senza desiderio</i>
<i>wu zhi</i>	<i>senza conoscenza</i>
<i>wu wei</i>	<i>senza azione</i>

Il desiderio esiste nell'uomo ed è ciò che trasla nello spazio e nel tempo il nostro slancio ad agire, organizzare, fare nel mondo.

Senza entrare nella distinzione etica tra desideri leciti e non, certamente anche per quelli che possiamo ammantare di benefico altruismo, vige una

profonda radice egoistica che esprime una proiezione esterna al nostro essere, finalizzata ad un falso bisogno.

La condizione del saggio è quella coincidente con il non-desiderio: “...Perciò costantemente senza desiderio ne contempi il mistero...” (Daodejing 1).

La condizione del saggio ovvero la contemplazione del mistero, è una modalità ultima dell’essere, coincidente con il termine dell’ascesa e la fusione con il Dao: prima di ciò esiste certamente un abitare il nostro cuore da parte dei desideri.

Viene asserito che il “*il senza-desiderio è il non restare attaccati all’oggetto del desiderio*”⁵⁸ ma in realtà ciò non è sufficiente, perché la premessa al vuoto del cuore passa per la ricerca di quell’unico proposito guida, che ognuno di noi acquisiva durante le primissime fasi della vita e che dobbiamo, in età adulta, ri-scoprire e quindi ri-collocare, come mandato celeste, nel nostro cuore. Con tale proposito guida si confronteranno nel cuore, tutti gli altri propositi, intenzione e desideri che incontreremo nella vita.



L’ideogramma del cuore (soprariportato) attenendosi come significante basico alla forma anatomica, esprime proprio nell’incavo (vuoto), ovvero in una struttura aperta (ciotola), disponibile ad accogliere e pronta a lasciar fluire il sangue-e-soffi dal centro alla periferia e viceversa.

A livello fisico il Vuoto del cuore è necessario per acquisire e mantenere i Soffi vitali; a livello spirituale permette la vera conoscenza:

“Come può un uomo conoscere il Tao?”

⁵⁸ C. Larre, F. Berera (1997), *Filosofia della Medicina Tradizionale Cinese*. Jaca Book Milano (pg 96).

Grazie al Cuore.

Come il Cuore può conoscere?

*Grazie al Vuoto, perché il Vuoto non dirige verso le impressioni già
tesaurizzate, ma verso ciò che deve essere ricevuto”.*⁵⁹

Il vuoto del cuore coincide ancora con il *wu zhi*: il non-sapere, il senza conoscenza.

Lungi dall'essere un elogio dell'ignoranza il non-sapere è il culmine della conoscenza, l'illuminazione:

“Chi conosce gli altri è acuto

*Chi conosce se stesso è illuminato ...”*⁶⁰

La conoscenza è quindi estesa fuori di noi ma soprattutto è mirata al nostro interno. Accumulare conoscenze vuol dire essere eruditi ma questa non è la vera conoscenza:

“... Coloro che sanno non sono eruditi

*Coloro che sono eruditi non sanno...”*⁶¹

La conoscenza è sapere di non sapere: *“Sapere di non sapere è la conoscenza suprema...”*⁶², affermazione in tutto e per tutto sovrapponibile a quella riportata da Platone nell'Apologia di Socrate:

“Or ecco che un giorno costui andò a Delfi; e osò fare all'oracolo questa domanda: – ancora una volta vi prego, o cittadini, non rumoreggiate – domandò se c'era nessuno più sapiente di me. E la Pizia rispose che più sapiente di me non c'era nessuno. Ma la verità è diversa, o cittadini: unicamente sapiente è il dio; e questo egli volle significare nel suo oracolo, che poco vale o nulla la sapienza dell'uomo; e, dicendo Socrate sapiente, non volle, io credo, riferirsi propriamente a me Socrate,

⁵⁹ Xun zi, cap. 21 cit. in Dal «Huangdi Neijing Ling-shu» il capitolo ottavo: la psiche nella tradizione cinese a cura di Claude Larre, Élisabeth Rochat de La Vallée. Jaka Book Ed. Milano, pg.73.

⁶⁰ Daodejing 33

⁶¹ Daodejing 81

⁶² Daodejing 71

ma solo usare del mio nome come di un esempio; quasi avesse voluto dire così: “O uomini, quegli tra voi è sapientissimo il quale, come Socrate, abbia riconosciuto che in verità la sua sapienza non ha nessun valore”.⁶³

La non-conoscenza taoista si esplicita come illuminazione quando tutto il nostro conoscere è portato fuori da noi, verso l'Altro, per essere di aiuto all'Altro, cura e accudimento dell'Altro:

“... Il saggio non accumula:

usa tutto per prendersi cura degli altri,

ma lui stesso possiede sempre più;

usa tutto per sostenere gli altri,

ma lui stesso trabocca sempre più.

Il Dao del cielo benefica e non nuoce.

*Il Dao del saggio si prende cura e non compete”*⁶⁴.

Non sembra fuori luogo riconoscere nella non-conoscenza una plus-valenza identificabile nella *conoscenza-amorevole-verso-l'Altro* ed in questo affiancare lo spirito taoista ad una delle pagine più spirituali della letteratura cristiana che è l'inno alla Carità (= amore) di S. Paolo:

*Se anche parlassi le lingue degli uomini e degli angeli,
ma non avessi la carità,
sarei un bronzo risonante o un cembalo squillante.*

*Se avessi il dono della profezia
e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza
e avessi tutta la fede in modo da spostare le montagne,
ma non avessi la carità,
non sarei nulla.*

*Se distribuissi tutti i miei beni per nutrire i poveri,
se dessi il mio corpo per essere arso,*

⁶³ Platone, *Apologia*, 20 e-23 in Platone, *Opere*, vol. I, Laterza, Bari, 1967, pagg. 38-41)

⁶⁴ Daodejing 81

*e non avessi la carità,
non mi gioverebbe a nulla.*

*La carità è paziente,
è benigna la carità;*

*la carità non invidia, non si vanta,
non si gonfia, non manca di rispetto,
non cerca il proprio interesse, non si adira,
non tiene conto del male ricevuto,
ma si compiace della verità;*

*tutto tollera, tutto crede,
tutto spera, tutto sopporta.*

La carità non verrà mai meno...⁶⁵

Esiste una componente mistica nelle diverse religioni che unisce transculturalmente Oriente ed Occidente: per raggiungere l'essenza di ogni cosa, l'origine di Dio o il Tao, ci si deve liberare del sapere acquisito, delle modalità convenzionali di conoscenza e tuffarsi in una specie di tenebra o di "notte spirituale"⁶⁶ in cui il proprio centro scompare o si identifica con il centro di tutto:

*"Il Tao e le sue innumerevoli manifestazioni
sorgono dalla stessa fonte:*

⁶⁵ S. Paolo – Prima lettera ai Corinzi 13,1

⁶⁶ Giovanni della Croce (1542-583) **IL DISTACCO** (*Salita del Monte Carmelo, Libro 2, Capitolo 7, 3*) «Nostro Signore soggiunge che la via della perfezione è stretta. Con questa espressione egli vuole insegnarci come l'anima che desidera avanzare in questo cammino deve non solo entrare per la porta angusta liberandosi dai beni sensibili, ma anche restringersi, espropriandosi e sbarazzandosi completamente anche di quelli spirituali. E così possiamo riferire alla parte sensitiva dell'uomo quanto Nostro Signore dice della porta angusta, e a quella spirituale e razionale ciò che egli afferma intorno alla via stretta. La causa di ciò che egli dice: pochi sono coloro che la trovano, va ricercata nel fatto che poche sono le anime le quali sappiano e vogliano entrare in questa estrema nudità e perfetto vuoto di spirito. Poiché questo sentiero che conduce al sublime monte della perfezione sale verso l'alto ed è stretto, non può essere affrontato che da viandanti i quali non portino carichi che li aggravino secondo la parte inferiore e pesi che siano loro di impedimento per quanto riguarda quella superiore. Giacché si tratta di un impegno in cui si cerca e si guadagna solo Dio, Dio solo si deve cercare e guadagnare.»

*la sottile meraviglia nell'oscurità misteriosa”*⁶⁷

Non è possibile “conoscere” la Realtà ultima per il semplice fatto che essa è al di fuori dei nostri concetti, delle nostre categorie mentali.

*“Chi sa non parla. Chi parla non sa”*⁶⁸

Ma, nello stesso tempo, il tacere è proprio la via per avvicinarsi a questa Realtà. Il silenzio⁶⁹ è qualcosa di più del semplice non parlare: è un metodo di meditazione, ossia è una tecnica per tacitare la nostra mente e ottenere così quel vuoto in cui può rilucere finalmente ciò che sta al fondo di tutto.

“Chiudi la bocca.

Blocca la porta.

Acquieta i sensi. ...

Sii come polvere

*e penetra nell'unità originaria”*⁷⁰

Il vuoto che si ottiene con l'acquietamento della mente non è l'insipiente vacuità dello stolto, ma una purificazione del mentale dai condizionamenti e conformismi di uno stile di vita non naturale.

“Il Cuore dell'uomo, nel primo stadio della sua esistenza, è nella calma più assoluta, esente da ogni desiderio; in questo stato il Cielo gli dà forma. Presto gli oggetti esterni agiscono su di lui e vi producono diversi movimenti; sono i

⁶⁷ Daodejing, cap. 1

⁶⁸ Daodejing, cap. 56

⁶⁹ John Main (1995). Dalla parola al Silenzio: via semplice alla meditazione. Ed. Appunti di viaggio. Roma pg, 36: *“Forse incontreremo difficoltà nel perseguire il silenzio. Quasi sicuramente ci vorrà molto tempo. Non si tratta semplicemente di mettere freno alla nostra lingua, bensì di pervenire ad uno stato di vigile quiete della mente e del cuore, uno stato di coscienza poco familiare alla maggior parte degli Occidentali. In Occidente si tende ad essere alternativamente vigili o rilassati: tra i più, solo di rado le due condizioni si associano. Nella meditazione, invece, giungiamo a percepirci in uno stato di piena armonia mentre siamo totalmente vigili e rilassati. Non si tratta della quiete propria del sonno, bensì di quella che caratterizza la concentrazione del tutto consapevole”.*

⁷⁰ Daodejing, cap. 56

desideri che si aggiungono alla sua natura primaria. L'uomo, in presenza degli oggetti esterni, ha la facoltà o il desiderio di conoscerli; quando li conosce prova sentimenti di attrazione per gli uni e di repulsione per gli altri. Se non domina questi sentimenti, si lascia trascinare verso le cose esterne, diventa incapace di rientrare in se stesso e di regolare i movimenti del suo Cuore, perde le buone disposizioni che ha ricevuto dal Cielo".⁷¹

L'Arte del cuore⁷² consiste quindi nel fare del Cuore un centro che possa ricevere tutti gli stimoli, senza ad alcuno rimanere vincolato, restando così, aderente alla propria natura, all'Uno, al Dao.

"Quando si è penetrati dalla dottrina dell'Arte del cuore, si rifiutano i piaceri e desideri, attrazioni e avversioni, allegria e collera, gioia e amarezza. E' la comunione mistica con i Diecimila esseri. Non si conoscono più né approvazione né disapprovazione. Ci si eleva, ci si educa nell'illuminazione mistica, fino al punto che vita e morte di confondono".⁷³

L'ultimo gradino al Vuoto del Cuore è il wu wei ovvero in non-agire.

L'agire (wei) di cui si parla è un agire dove la spinta a fare è in realtà da leggersi come spinta condizionante forzosamente gli eventi in una direzione desiderata. Ancora una volta è il desiderio che spinge ad agire ma essendo caratteristica del saggio il non-desiderio, sarà l'agire non motivato da desideri

⁷¹ Liji, Libro dei Riti cit. da Cit. da: C. Larre, F. Berera (1997) Filosofia della Medicina tradizionale Cinese. Ed. Jaca Book Milano pg. 98.

⁷² Tomáš Špidlík (1999) L'arte di purificare il cuore Lipa Ed. Roma pg. 75.

"Un vescovo orientale – che era anche medico -, difensore della preghiera del cuore, cercò di fare una sintesi dei suoi studi su questo problema. Distingue quattro localizzazioni. Afferma che il pensiero può essere localizzato 1) nel centro cranico cerebro-frontale; 2) nel centro orofaringeo; 3) in quello pettorale; 4) nel centro cardiaco. Il centro cranico cerebro-frontale è situato fra le sopracciglia. Corrisponde al pensiero astratto di un'intelligenza pura. Può essere un pensiero molto intenso, lucido, ma anche molto instabile. Una concentrazione di questo tipo esige molta forza di volontà, che comporta fatica e dissipazione di energie. Collocato nel centro orofaringeo, il pensiero perde il suo carattere astratto ed entra nel dinamico della vita. Ma è ancora instabile. Il pensiero situato nel centro pettorale, in mezzo al petto, partecipa alla respirazione; acquista quindi un ritmo più stabile. Ma una maggiore stabilità si ottiene la localizzazione è fissata proprio sul cuore".

⁷³ Huainan zi cit. da Cit. da: C. Larre, F. Berera (1997) Filosofia della Medicina tradizionale Cinese. Ed. Jaca Book Milano pg. 99.

quell'agire che potrà dirsi non-agire. Lungi dall'essere espressione di inattività, rinuncia, wu wei esprime ancora una volta la tensione a conformarsi al respiro ritmico e naturale del Dao.

Il Vuoto del cuore e il non-agire conducono al saper fare ovvero al mettere in atto una condotta ed un agire che in quanto fondato sul Vuoto del cuore, riassume il non-desiderio, la non-conoscenza ed in non-agire: espressione in atto della potenziale adesione al Dao.

Assume quindi primaria importanza per il terapeuta di medicina cinese sia la capacità di fare il vuoto nel proprio cuore in modo tale da accogliere ed accudire l'Altro che chiede aiuto; sia la capacità volitiva di discernere con i nostri sensi, cosa permettere di giungere al cuore, quale ideale permettere di abitare il nostro cuore e ad esso conformare i nostri pensieri ed azioni. Tutto ciò ancora una volta può riassumersi nell'imperativo: “...prima di tutto rettificate il vostro Shen...” (SW cap 54).

Esistono molteplici approcci alla coltivazione del Vuoto del cuore già ricordate: Qi Gong, Tai Chi, calligrafia, meditazione, tutte unite dal qi, ovvero dall'apprendimento al riconoscimento, accudimento, movimento e armonizzazione del proprio qi.

Nella tradizione occidentale, non certo quella medica, bensì quella mistica, il Vuoto del Cuore coincide con la Solitudine del Cuore ed il Silenzio⁷⁴:

“ La solitudine del cuore. La parola solitudine può ingannare. Essa suggerisce l'idea di starsene da soli, in un luogo isolato. Se pensiamo ai solitari, la nostra mente evoca facilmente immagini di monaci e di eremiti, appartati in siti remoti, lontani dal frastuono di un mondo indaffarato Probabilmente è difficile, se non impossibile, trasferirci dall'isolamento alla solitudine senza in qualche modo ritrarci da un mondo che ci distrae, ed è comprensibile che chi cerca di ampliare la propria vita spirituale sia attratto da luoghi o da

⁷⁴ Cfr. C. Sini (2006) Il gioco del silenzio. Mondadori Ed. Milano. “...La parola rompe il silenzio. Ma lo fa anche apparire. C'era già prima (si direbbe), ma solo ora, che non c'è più, in qualche modo lo si avverte...”.

condizioni di vita dove si possa essere soli con se stessi.... MA IN REALTA'LA SOLITUDINE CHE CONTA E' QUELLA DEL CUORE: si tratta di una qualità o di un atteggiamento interiore che non dipendono dall'isolamento fisico ... la solitudine è una delle capacità umane in grado di esistere, mantenersi e svilupparsi anche al centro di grandi città, fra la folla fitta e nel contesto di una vita attivissima e produttiva. L'uomo o la donna che possiedono questa solitudine di cuore non sono più fatti a pezzi dagli stimoli divergenti del mondo che li circonda ma sono in grado di percepire e capire quel mondo da un centro interiore in cui regna la quiete....".⁷⁵



⁷⁵ H.J.M.Nouwen (2000). Viaggio spirituale per l'uomo contemporaneo. Ed. Queriniana (BS).

15. Medicina Sociale e Medicina Preventiva.

Un cenno merita infine l'aspetto riguardante l'aspetto più pubblicistico della medicina, ovvero quegli aspetti che riguardano non più solo l'individuo in sé ma l'approccio alla Salute e al mantenimento del benessere psico-fisico della Comunità: medicina preventiva e sociale.

In bio medicina distinguiamo tre livelli di prevenzione:

1. **Prevenzione Primaria:** è la forma classica e principale di prevenzione, focalizzata sull'adozione di interventi e comportamenti in grado di evitare o ridurre *a monte* l'insorgenza e lo sviluppo di una malattia o di un evento sfavorevole. La maggior parte delle attività di promozione della salute verso la popolazione sono, ad esempio, misure di prevenzione primaria, in quanto mirano a ridurre i fattori di rischio da cui potrebbe derivare un aumento dell'incidenza di quella patologia. Frequentemente la prevenzione primaria si basa su azioni a livello comportamentale o psicosociale (educazione sanitaria, interventi psicologici e psicoeducativi di modifica dei comportamenti, degli atteggiamenti o delle rappresentazioni). Un esempio di prevenzione primaria è rappresentato dalle campagne antifumo promosse dai governi.
2. **Prevenzione Secondaria:** si tratta di una definizione tecnica che si riferisce alla diagnosi precoce di una patologia, permettendo così di intervenire precocemente sulla stessa, ma non evitando o riducendone la comparsa. La precocità di intervento aumenta le opportunità terapeutiche, migliorandone la progressione e riducendo gli effetti negativi. Un esempio di prevenzione secondaria è lo svolgimento del pap test e mammografia nella popolazione femminile sana.
3. **Prevenzione Terziaria:** è un termine tecnico relativo non tanto alla prevenzione della malattia in sé, quanto dei suoi esiti più complessi. La prevenzione in questo caso è quella delle complicanze, delle probabilità di recidive e della morte (anche se, in tale caso, tutti i trattamenti terapeutici sarebbero in un certo senso, paradossalmente,

"prevenzione"). Con prevenzione terziaria si intende anche la gestione dei deficit e delle disabilità funzionali consequenziali ad uno stato patologico o disfunzionale.

In realtà solo a quella primaria spetterebbe di diritto la denominazione di medicina preventiva. Imperante la settorializzazione più volte ricordata, l'azione di prevenzione primaria viene assunta e praticata a tempo, (campagna di prevenzione) da parcelle del Servizio Sanitario pubblico. Trattasi nell'esercizio pratico di una prevenzione che non coglie alla radice le cause di malattia (e non altrimenti potrebbe essere visto l'impianto filosofico che ne è alla base) e si appunta su selettivi aspetti e abitudini prevalenti nello stile di vita (per altri versi fortemente indotti da ben più agguerriti media commerciali). Nella quasi totalità dei casi all'azione di prevenzione (campagna anti-fumo ad es.) non si accompagna la presenza empatica sul territorio di medici che intimamente cooperino ad incidere sulle dinamiche profonde di un comportamento o stile di vita anti-salutistico.

Contemporaneamente coesistono a livello comunicativo sociale, messaggi ambivalenti o di segno diametralmente opposto, dovendo di fatto l'azione di prevenzione competere con molteplici input informativi che annullano qualsiasi risultato positivo e quando anche apparentemente qualche risultato viene raggiunto, spesso questo esprime uno "spostamento" del disagio profondo dell'individuo da un atteggiamento comportamentale deleterio ad altro, diverso ma egualmente deleterio.

Di fatto nella bio-medicina non esiste prevenzione e questo è ancora più vero da quando della salute dell'uomo si è fatto oggetto di mercato e di profitto commerciale.

La sanità americana rappresenta l'esemplificazione di un esercizio della medicina che ha smarrito profondamente il proprio senso e significato umanistico.

Lascio alle parole di Hunter Doherty “Patch” Adams esprimere i traguardi raggiunti dalla Sanità Pubblica di quel Paese:

“...Un importante articolo del New England Journal of Medicine del 12 gennaio 1989, scritto da un gruppo di medici che proponevano un programma sanitario per gli Stati Uniti esordiva: Il nostro sistema sanitario sta fallendo. Nega l'accesso a molti di coloro che ne hanno bisogno ed è costoso, inefficiente e sempre più burocratico. La pressione del controllo dei costi, la concorrenza e il profitto minacciano i principi tradizionali della pratica medica. Per i pazienti, la sfortuna della malattia è spesso amplificata dalla paura della rovina finanziaria. Nel caso dei medici, la gratificazione della guarigione lascia spesso il posto alla rabbia e all'alienazione”. Nel panico crescente, si dimenticano i veri fondamenti della medicina. Si fa della fragorosa retorica sulla medicina come diritto e si tace della medicina come servizio per la società. Credo che il concetto di servizio sia stato smarrito nella follia di professare la medicina come un business. Non potremo veramente ridurre i costi, di diminuire le sofferenze dei pazienti e degli operatori, finché la medicina non verrà allontanata dal settore commerciale. Dobbiamo far sì che gli ospedali, le società che forniscono attrezzature sanitarie e le società farmaceutiche ritornino a una condizione di “servitori”, sostenuti dalla comunità o, nelle comunità povere, dallo stato. Una volta realizzata una profonda interdipendenza tra la comunità e l'ospedale, la comunità può creare modi umani per prendersi cura dei membri della società che ne hanno bisogno. Se tutti i sistemi finalizzati alla guarigione fossero considerati attività di servizio, la concorrenza tra le strutture sanitarie scomparirebbe e tutti potrebbero lavorare insieme per portare il miglior servizio sanitario, al costo più basso. ... Una ragione per la quale abbiamo un sistema sanitario così costoso è che questo dà pochissima o nessuna enfasi alla medicina preventiva. Si spende relativamente poco per i servizi di medicina preventiva e gli assicuratori sanitari garantiscono rimborsi minimi per le visite di controllo preventivo. Gli ospedali sopravvivono e prosperano quando le persone sono ammalate; non sono concepiti per prosperare con i letti vuoti, quando le

persone sono sane. La conclusione è che bisogna controllare i costi sanitari e l'ingordigia che li alimenta. A chi dare la colpa? I medici sono un bersaglio molto facile, e le compagnie assicurative sanitarie? Gli ospedali? Le industrie farmaceutiche? I farmacisti? I politici, i quali non fanno nulla per risolvere i problemi? Gli avvocati che perseguono per negligenza? I pazienti che li assumono? Quelli di noi che tollerano e quindi perdonano questo sistema miserabile? Quello che serve è un ripensamento totale del problema. Invece di aggiustare temporaneamente un sistema fallimentare, dobbiamo creare soluzioni che stimolino sia i pazienti che gli operatori. Con uno sforzo comune, multidisciplinare, dobbiamo distruggere ciò che ci fa del male e guarire una professione di guaritori. Dobbiamo togliere la medicina dal settore commerciale e ammettere che l'ingordigia e l'egoismo hanno messo la società e il suo sistema sanitario in grande pericolo. I nostri cittadini hanno bisogno di sentire un senso di appartenenza e di comunità. Un sistema sanitario migliore potrebbe contribuire a unire la società, prendendosi cura di tutti i suoi membri. Dato che i fondi sono limitati in qualsiasi società, dobbiamo ridistribuirli per servire saggiamente la popolazione. La gente deve avere la possibilità di mettere più denaro nelle istituzioni delle proprie comunità, invece che in grandi, disorganizzate agenzie governative. Dobbiamo decidere se comprare più bombardieri o ampliare il servizio sanitario per i nostri concittadini. Dobbiamo decidere, inoltre, se è più saggio assegnare i fondi per la sanità per avere più trapianti di cuore o per ripulire i ghetti. Personalmente, sarei incline a rinunciare a molte spese militari e a molte apparecchiature costosissime da eroismi medici, e incanalerei questi fondi in una crociata diffusa, per risistemare i quartieri e le comunità, perché diventino posti sani in cui vivere. Dobbiamo risolvere i problemi sociali, non continuare a mettere pezze per coprire i buchi....".⁷⁶

⁷⁶ Patch Adams (2004), Salute! Ed italiana Urta - Apogeo S.r.l

In Italia i principi fondamentali di "globalità" ed "universalità" del diritto alla tutela della salute sanciti con la legge 833/78, sono stati messi in discussione con le norme di razionalizzazione introdotte con i Decreti Legislativi 502/92 e 517/93, che modificano profondamente la natura giuridica delle USL, la loro "territorializzazione", le loro competenze in riferimento alla materia socioassistenziale, l'impianto organizzativo, le modalità di finanziamento.

Seguendo le orme del sistema sanitario americano ci apprestiamo a commercializzare come quest'ultimi il bene Salute. Vanno in questa direzione:

- L'inserimento nell'ultima modifica (2014) del codice deontologico all'art 13 "Prescrizione e trattamento terapeutico" del criterio "economico":
"...La prescrizione deve fondarsi sulle evidenze scientifiche disponibili, sull'uso ottimale delle risorse e sul rispetto dei principi di efficacia clinica, di sicurezza e di appropriatezza.
- Emanazione del Decreto Legge n°69 del 21 giugno 2013 che definisce l'obbligo per tutti i medici di sottoscrivere un'assicurazione di Responsabilità civile e professionale in vigore dal 14 agosto 2014 (attualmente ancora non operante).
- L'introduzione neanche tanto mascherata del tempario per le prestazioni mediche. A titolo di esempio: "*... Come definito nella nota della Direzione dell'Assistenza Ospedaliera dell'8/09/2006 il tempo della Prima Visita Specialistica (che secondo la definizione aziendale comprende la gestione come prima volta del problema clinico del paziente) è proposto dall'azienda con 25 minuti come tempo medio, (il tempo medio naturalmente rende possibile la stima dell'attività con tempi anche inferiori, come hanno segnalato i direttori dei dipartimenti chirurgici che si orientano sui 15') all'interno del quale sono compresi:*
 - *anamnesi, in quanto paziente non noto,*
 - *registrazione della documentazione sanitaria di accompagnamento,*
 - *esame clinico*

- *impostazione del successivo iter assistenziale del paziente, es: richiesta di ulteriori prestazioni, visione esami etc....secondo la decisione professionale "estemporanea", che non utilizza cioè un percorso diagnostico-terapeutico-assistenziale*
- *la complessità dell'entità richiede la successiva specificazione degli attributi che consentano di distinguere attività congruenti a questa fattispecie da quelle che invece rientrano nella nozione di prima visita..."* (CRITERI PER LA DETERMINAZIONE DEL FABBISOGNO DI PERSONALE MEDICO NEGLI OSPEDALI DELL'AUSL DI RAVENNA (approvati nella seduta del Collegio di Direzione del 09.11.2006)

Una pratica diffusa della medicina tradizionale cinese, avrebbe teoricamente, notevoli ripercussioni sul sistema sanitario complessivo: sarebbe di fatto operativa una vera prevenzione quando ancora la malattia è lungi dall'essere clinicamente manifesta e ciò con costi decisamente inferiori a qualsiasi altra pratica clinica di stampo tradizionale occidentale.

Ma troverebbe così facile diffusione una pratica di agopuntura e farmacofitoterapia cinese nella nostra società?

Quali e quanti interessi economici, ampiamente radicati e miranti a conservare una larga fetta della popolazione come "clienti" cronicamente necessitanti di costose terapie farmacologiche, fisiche od altro, andrebbero ridotti o comunque drasticamente contenuti?

Trattasi di domande aperte, difficilmente eludibili anche nelle migliori intenzioni di una qualsiasi politica sanitaria presente e futura.

CONCLUSIONI.

La trattazione sugli elementi di convergenza e divergenza “tra le due medicine”, potrebbe essere ancora molto lunga. Pare tuttavia allo scrivente di aver fornito una prima “mappa” di riflessioni che si spera utile stimolo per ulteriori approfondimenti.

E' innegabile che la comprensione ed il confronto tra le due medicine sia difficile, parziale e comunque dinamicamente legato al processo di inculturazione che noi occidentali operiamo quando ci avviciniamo ad un pensiero filosofico per molti aspetti antitetico all'imprinting platonico ed aristotelico con cui nasciamo e crescendo iniziamo a leggere la vita, le relazioni, il mondo fisico e metafisico.

Tuttavia in senso taoistico, anche la cultura e la filosofia occidentale ha in nuce, a mò di complementarità e trasformazione dello yin nello yang e viceversa, i fili per una tessitura del pensiero che contempi il mistero e le meraviglie dell'uomo come appartenente al Tutto: il pensiero di Bateson è solo uno dei possibili esempi, purtroppo non ancora maggioritario nel sentire comune. Le tematiche di ordine psicologico circa gli stili di attaccamento (Bowlby) ed i conseguenti stili di relazione nell'età adulta sono infine l'esemplificazione, in termini occidentali, di quel profondo lavoro interiore che deve o dovrebbe svolgere qualsiasi operatore della salute, che abbia a cuore, un Vuoto del Cuore, nel prendersi cura dell'Altro.

Occorre ancora, al termine del percorso di pensieri sin qui svolto, cogliere come essenziale un enunciato mascherato nel titolo posto al presente lavoro. Così come osservando la “pipa” di Magritte, possiamo commettere l'errore di non comprendere il significato delle parole poste al di sotto dell'immagine, allo stesso modo sarebbe erroneo parlare di Medicina al plurale: una medicina opposta all'altra, una medicina pretestuosamente superiore

all'altra, migliore dell'altra sia che si pratici in un campo o piuttosto nell'altro.

No, la medicina è una, unica, perché unico e unitario è l'uomo che chiede aiuto, comprensione, riconoscimento, accudimento ed altrettanto unica è la risposta che può e deve dare l'uomo-terapeuta: ascolto, riconoscimento, comprensione e benevolo/amoroso accudimento: quindi in primis saranno le parole, il contatto di sguardi e di mani tra i due individui e la coloritura affettiva di questi contatti (connessioni) ad accendere la possibilità di una autoguarigione e tutto ciò a prescindere dall'origine filosofica del terapeuta. Il resto verrà di conseguenza e potranno essere aghi come una prescrizione di farmaci di sintesi od una formula di erbe, laser od altro: questi saranno solo strumenti ausiliari e non il cuore né l'arte del curare.

Non si possono quindi non condividere, come ancora attualissime, le parole di Blaise Pascal⁷⁷ e quanto espresso nel Ling-Shu⁷⁸:

Chi è più credibile dei due, Mosè o la Cina?

Non si tratta di considerare la cosa in modo approssimativo.

Io vi dico che c'è di che accecare e di che illuminare.

“Ma la Cina oscura”, dite voi; e io rispondo: “La Cina oscura, però c'è una chiarezza da trovare. Cercatela”.

Il grande agopuntore è un artista, è un sapiente dal cuore generoso.

La tradizione l'ha iniziato al mistero ed egli si mantiene davanti alla porta di tutte le meraviglie.

La sua mano si dirige da sola verso il luogo del corpo ove nell'incrociarsi dei soffi si radicano gli spiriti.

Abile e sicura, questa mano è abbandonata all'ispirazione degli spiriti che dimorano in lui.

La sua scienza è monumentale, la sua abilità accorta, il suo tocco è quello di un musicista cieco.

Il suo cuore si eleva con uno slancio magnanimo.

⁷⁷ Blaise Pascal, (2004), *Pensieri*, a cura di C. Carena Einaudi ed. Torino

⁷⁸ Ling-Shu cap. VIII

Reiterando quanto già espresso, con le citate parole del Ling-Shu, la medicina deve essere considerata un'arte⁷⁹ e non una scienza. Il medico un artista che potrà e dovrà servirsi delle scienze come strumenti utili ad esplorare il mondo ("*... la scienza non prova, esplora*"- Bateson già cit.) ma l'oggetto ed il soggetto della propria arte sarà prima di tutto il proprio *se*, la parte più sottile (Shen), fortemente connessa alla propria essenza vitale (Jing) che lo sosterrà in una crescita, per certi versi alchemica, utile all'esplicitarsi verso l'Altro, dal proprio cuore, di una amorevole e benevola intenzione di cura e accudimento.

⁷⁹ Nella versione originale del giuramento ippocratico si fa riferimento alla Medicina come arte, riferimento scomparso nella versione moderna: "*Giuro per Apollo medico e Asclepio e Igea e Panacea e per tutti gli dei e per tutte le dee, chiamandoli a testimoni, che eseguirò, secondo le forze e il mio giudizio, questo giuramento e questo impegno scritto: di stimare il mio maestro di questa arte come mio padre e di vivere insieme a lui e di soccorrerlo se ha bisogno e che considererò i suoi figli come fratelli e insegnerò quest'arte, se essi desiderano apprenderla, senza richiedere compensi né patti scritti...*".

Elevation

Al di là degli stagni, delle valli e dei monti,
al di là dei boschi, delle nuvole e dei mari,
al di là del sole, al di là dell'aria,
al di là dei confini delle stellate sfere,

Tu, mio spirito, ti muovi con agilità
e, come buon nuotatore che gode tra le onde,
allegro solchi la profonda immensità
con indocile e maschia voluttà.

Fuggi lontano dai morbosi miasmi,
voli a purificarti nell'aria più alta,
e bevi, come un puro liquido divino,
il fuoco chiaro che colma spazi limpidi.

Le spalle alla noia e ai vasti affanni
che opprimono col loro peso la nebbiosa vita,
felice chi con ali vigorose
si eleva verso campi sereni e luminosi;

Chi lancia i pensieri come allodole
in libero volo verso il cielo del mattino,
chi si libra sulla vita e comprende senza sforzo
il linguaggio dei fiori e delle cose mute!

Charles Baudelaire "Le fleurs du mal"

Appendice

Nella letteratura cinese esiste un breve e splendido testo dedicato al tema della coltivazione di sé come pratica psicofisica integrale incentrata sull'energia vitale (*qi*) e porta il nome di *Neiye ovvero La Coltivazione interiore*. (206 a.C. – 220 d.C.)

La forza che emana è paragonabile a quella del più noto e studiato Daodejing da cui si differenzia in quanto più contenuto e circoscritto alla coltivazione interiore ovvero al Vuoto del cuore.

L'opera è rimasta in gran parte ignorata al largo pubblico italiano per assenza di una affidabile traduzione a cui ha sopperito nel Novembre del 2015 la casa editrice Garzanti nella collana "Grandi libri dello spirito"⁸⁰

Di seguito per brevità, se ne propone la versione integrale e qualche nota di commento:

NEIYE LA COLTIVAZIONE INTERIORE

I

Da sempre la pura essenza vitale presente in ogni cosa

Nel suo procedere genera la vita.

Nel suo discendere fa crescere i Cinque Cereali

Nel suo ascendere produce le costellazioni.

Nel suo fluire fra Cielo e Terra

La si dice spirituale e divina;

A colui che la accumula in mezzo al petto

Diamo il nome di saggio.⁸¹

⁸⁰ Collana diretta da Vito Mancuso, traduzione a cura di Amina Crisma, sinologa docente di Filosofie dell'Asia orientale presso l'Università di Bologna.

⁸¹ La pura essenza vitale (*Jingshen*) si muove nello spazio tra Terra e Cielo, generando la vita ovvero l'uomo e i diecimila esseri.

II

Quest'energia vitale

E' così luminosa, come ascesa nel più alto del Cielo

E così tenebrosa, come sprofondata nell'abisso

Così diffusa, come dispiegata nell'oceano

E così densa, come in noi stessi racchiusa.

Ecco perché quest'energia vitale

Non si può trattenere con la forza

Ma si deve fissare con la Virtù efficace.

Non la si può evocare con le parole

Ma la si può accogliere nel pensiero.

Preservalva con cura, e bada a non perderla:

Questo si dice dar compimento alla Virtù efficace.

Allorché essa si compie, ne costituisce il sapere,

E i Diecimila esseri si lasciano totalmente cogliere.⁸²

III

Da sempre la conformazione del cuore

Ne è spontaneamente permeata e ricolma

Ne è spontaneamente generata e portata a compimento.

Se tale condizione spontanea va perduta

Ciò accade a causa di gioia e di dolore, di ira e di piacere, di cupidigia e di brama.

Ma se di tutto ciò saprai liberarti

Il cuore farà ritorno al suo perfetto equilibrio.

E' proprio della natura del cuore

Che gli giovino calma e pace.

⁸² Il saggio è colui che riesce a conservare l'essenza vitale nel proprio cuore. Come in precedenza esplicitato il Vuoto del cuore non è un vuoto a sé stante ma sede potenziale del mandato celeste originario.

Se gli eviti il turbamento e il disordine,
La sua armonia giungerà spontaneamente a compimento.⁸³

IV

E' così nitida, come a portata di mano!
E' così nebulosa, come se non la si potesse discernere!
Così vasta, come se fosse oltre ogni confine!
Cercala, non è da te distante,
E ogni giorno potrai valerti della sua Virtù efficace.

La Via è ciò che ricolma il nostro corpo,
Ma l'uomo non la sa preservare.
Quando va, potrebbe non tornare;
Quando viene, potrebbe non restare.
E' così silenziosa da non essere udita da alcuno
Così repentina nel suo farsi subito presente nel cuore
Così oscura che nessuno ne può scorgere la forma
E così straripante da crescere insieme a noi.
Nessuno può vederne la forma,
Nessuno può udirne il suono,
Ma ne percepiamo l'ordine nel suo manifesto operato;
Questo è ciò che chiamiamo "la Via".⁸⁴

V

Da sempre la Via non ha sede prestabilita;
Ma essa ha quieta dimora nel cuore valente.
Se il cuore è calmo, e l'energia vitale è ben regolata,
Allora la Via potrà permanervi.

⁸³ Esplicito riferimento ai desideri che possono inabitare il cuore scacciando dallo stesso la pura essenza vitale.

⁸⁴ Suggestiva rappresentazione dell'indicibile: il Dao.

La Via non è da noi distante,
E' con l'acquistarla che la gente può vivere.
La Via non è da noi separata,
E' nel seguirla che la gente può pervenire all'armonia.
Così prossima, come se vi fossimo avvinti
Così remota, come al di là d'ogni confine.

All'intima natura della Via
Ripugnano voce e suono.
Rendi perfetto il tuo cuore e dà quiete al tuo pensiero
In tal modo si può conseguire la Via.⁸⁵

VI

Che cosa è la Via
La bocca non lo sa dire
Né l'occhio vedere
Né l'orecchio udire.
E' per suo tramite che si perfeziona il cuore e si governa il corpo.
Se la perdi, hai la morte;
Se la ottieni, hai la vita.
Se la perdi, ogni tua azione fallisce;
Se la ottieni, ogni tua azione giunge a compimento.
Da sempre la Via
Non ha radice né stelo
Non ha foglia né fiore.
Ma è lei a generare i Diecimila esseri,
Lei a portarli a compimento.
Per questo la chiamiamo "la Via".

⁸⁵ All'uomo è lasciata libertà di aderire e conformarsi al Dao come anche di discostarsene, fissando nel cuore i desideri.

VII

Al Cielo pertiene la regolarità

Alla Terra pertiene l'imparzialità

All'uomo pertiene la quiete.

Primavera, estate, autunno, inverno

Sono le stagioni del Cielo.

Monti e colline, valli e fiumi

Sono le risorse della Terra.

Il dare e il prendere, la gioia e la collera

Sono i comportamenti e le reazioni dell'uomo.

Ecco perché il saggio

Evolve con le circostanze, e tuttavia in sé non muta;

Risponde alle cose, e tuttavia non è incostante.⁸⁶

VIII

Se pervieni a regolarti e quietarti

Allora puoi giungere a stabilità.

Con il cuore stabile al centro

L'orecchio acuto e l'occhio limpido

Le quattro membra salde e forti

Puoi fare di te la dimora per la pura essenza vitale.

La pura essenza vitale

E' la quintessenza dell'energia vitale.

Quando l'energia vitale scorre, c'è la vita

E con la vita sorge il pensiero

E con il pensiero sorge il sapere

E giunto al sapere ti devi fermare.

Da sempre la conformazione del cuore

E' che eccedere in sapere nuoce alla vita.⁸⁷

⁸⁶ Invito per l'uomo a collocarsi nel fluire naturale ovvero-ricomprendersi tra Cielo e Terra perché questa è la Via che porta alla saggezza.

IX

Essere all'unisono con gli esseri e capaci di operare
trasformazioni, è detto divino.

Essere all'unisono con le faccende umane e capaci di
operare mutamento è detto sapere.

Operare trasformazioni senza alterare la propria energia vitale.

Mutare senza alterare questo sapere

Questo può farlo solo l'uomo esemplare,
che sa cogliere l'unità.

Attieniti all'unità e non smarrirla,

E potrai essere signore dei Diecimila esseri.

L'uomo esemplare fa uso delle cose,
non si lascia usare dalle cose

Poiché coglie il principio ordinatore dell'unità.

X

Quando il cuore è ben regolato entro di te

Ben regolate parole escono dalla tua bocca

E compiti ben regolati sono affidati agli uomini.

E così il mondo intero sotto il cielo è in ordine.

“Un'unica parola è colta,

E il mondo intero si sottometterà,

Un'unica parola è stabilita,

E tutti sotto il Cielo ascolteranno.”

E' a questa parola che il detto si riferisce.

XI

Se il corpo non è ben diretto

⁸⁷ Conservando nel cuore l'essenza vitale, quest'ultima regolerà in modo armonico tutti i soffi. Ciò porterà l'uomo a crescere in pensieri e sapere ma il sapere (erudizione) dovrà temperarsi con la benevolenza e l'amore verso gli Altri pena tradire il mandato celeste, ovvero legare il proprio cuore ad un sapere egoistico che inevitabilmente nuocerà alla vita.

La Virtù efficace non sopraggiunge
Se entro di te non v'è la quiete
Il cuore non è ben regolato.
Se regoli il corpo e raccogli in te la Virtù efficace
La benevolenza del Cielo e la giustizia della Terra
Verranno da sé in sovrabbondanza.

XII

Dello spirito nessuno conosce i confini:
Quanto limpida è la sua conoscenza dei Diecimila esseri!
Preservalo entro di te senza incertezza,
Non lasciare che le cose rechino disordine ai tuoi sensi,
Non lasciare che i sensi rechino disordine al tuo cuore:
E' questo che si dice «conseguimento interiore».⁸⁸

XIII

Lo spirito spontaneamente dimora entro di te
E il suo andare e venire
Nessuno è capace di contenerlo nel pensiero.
Se lo perdi ne conseguirai di certo il disordine,
Se lo ottieni ne conseguirai di certo l'ordine.
Mantieni tersa la sua dimora
E pura essenza vitale spontaneamente sopraggiungerà.
Acquieta i tuoi pensieri per contemplarla,
Placa la tua mente per poterla regolare.
Sii vigile e attento
E la pura essenza vitale spontaneamente si fisserà.
Coglila e non lasciarla andare,
E il tuo occhio e il tuo orecchio non saranno offuscati,

⁸⁸ Ancora un invito pressante a preservare il proprio Shen, a far sì che emozioni e desideri (anche questi soffi) non turbino la quiete ed il Vuoto del cuore.

E il tuo cuore non avrà altro intento.

Quando il cuore bene regolato si mantiene nel mezzo

I Diecimila esseri conseguono la giusta misura.⁸⁹

XIV

La Via ricolma tutto quanto sta sotto il Cielo

E' ovunque vi sia la gente

Ma nessuno la comprende.

Per dirlo in una parola:

In alto si espande nel Cielo,

In basso raggiunge gli estremi confini della Terra,

E intorno pervade le Nove Regioni del mondo.

Che cosa significa comprenderla?

Comprenderla sta nella pace del cuore.

Se il tuo cuore è ben regolato, i tuoi sensi sono ben regolati.

Se il tuo cuore è in pace, i tuoi sensi sono in pace.

E' il tuo cuore a regolarli,

E' il tuo cuore a pacificarli.

Dentro il cuore un altro cuore racchiudi,

Dentro il cuore , un altro cuore è presente.

Questo cuore dentro il cuore

E' pensiero che precede le parole.

Dopo il pensiero viene la forma,

Dopo la forma viene la parola,

Dopo la parola viene la pratica,

Dopo la pratica viene l'ordine.

Senza ordine piomberai nel disordine

E da disordine consegue la morte.⁹⁰

⁸⁹ Acquietare i pensieri, placare la mente = rettificare il proprio Shen.

⁹⁰ Potente immagine simbolo di un cuore che abita il cuore, un centro nel centro come esaltazione della rarefazione e purificazione dei soffi che inabitano il cuore.

XV

Quando la pura essenza viene preservata intatta,
spontaneamente genera la vita.

All'esterno si manifesta in tutto il suo splendore

E accumulata all'interno, essa è come una fonte;

Sovrabbondante come una piena, essa armonizza e acquieta ogni cosa.

E' la sorgente profonda dell'energia vitale.

Se questa fonte non inaridisce

Le quattro membra saranno salde.

Se questa fonte non si prosciuga

Le aperture dei nove orifizi resteranno senza ostruzione.

E allora si potrà giungere sino ai confine del Cielo e della Terra

E raggiungere ogni dove nello spazio fra i Quattro Mari.

Se all'interno non vi saranno incertezze

All'esterno non vi saranno sciagure.

Colui che mantiene il cuore integro all'interno

Avrà il corpo intatto all'esterno,

Non si imbatte in sciagure inviate dal Cielo

Né in offese provenienti dagli uomini:

Potremmo davvero chiamarlo saggio.⁹¹

XVI

Colui che è capace di ben regolarsi e di mantenersi quieto

⁹¹ L'Autore ritorna su quanto espresso nei capitoli precedenti. Traspare con evidenza il riferimento ad alcuni dati clinico-medici: la sorgente profonda dell'energia vitale può assimilarsi alla radice di tutto lo yang e lo yin dell'uomo ovvero al rene che sostiene la milza, pilastro insieme al polmone del qi post-natale e quindi della saldezza delle quattro membra. Una forte yuan-qi regolerà i flussi e terrà pervi tutti i nove orifizi dell'uomo. Lo "spazio tra i Quattro mari" richiama i Dantian (superiore, medio ed inferiore) che sono denominati mari del qi, ma anche i meridiani straordinari di prima generazione: mare dello yang (Du-mai), mare dello yin (Ren-mai) e mare del sangue (Chong-mai). Nella parte finale infine si fa riferimento alla dinamica energetica che può investire l'uomo: xie-ci esterne ed energie perverse interne introdotte con le emozioni patologiche dalla vita di relazione quotidiana.

Ha il colorito fresco e vivace,
L'orecchio fine e l'occhio perspicace,
I muscoli saldi e le ossa robuste.
Potrà sostenere la grande sfera del Cielo in alto
E tenere ben piantati i piedi nel Grande quadrato della Terra in basso.
Potrà riflettere le cose con grande limpidezza
E vedere le cose con grande chiarezza.
Attento e prudente, senza incertezze né errori,
Ogni giorno rinnova la propria Virtù efficace,
Comprende a fondo ogni cosa sotto il Cielo,
Conosce ogni cosa entro le Quattro Direzioni,
Con riverente attenzione dispiega il suo fulgore:
Questo è detto «conseguimento interiore».
Se attui questo, ma non vi fai ritorno
La tua vita ne sarà compromessa.

XVII

Da sempre per praticare la Via
Devi avvolgere e contrarre,
Devi svolgere e dilatare,
Devi esser fermo e stabile.
Preserva questo bene, non perderlo.
Liberati dagli eccessi, sbarazzati delle meschinità.
E quando avrai conosciuto il suo confine estremo,
Farai ritorno alla Via e alla sua Virtù efficace.

XVIII

Se il cuore si mantiene integro al nostro interno
Non può essere celato.
Lo si avverte dall'aspetto e dal contegno,

Dal colorito e dal portamento.
Accogli gli altri con il buon umore che manifesta l'energia vitale
Ed essi saranno per te amabili come fratelli.
Ma se li accogli invece con cattivo umore
Essi ti si mostreranno più ostili di armi nemiche.
Perché ciò che si esprime così senza parole
E' più immediato del fragore del tuono.
Quando l'energia vitale presente nel cuore si manifesta
nella forma del corporea
E' più chiara del sole e della luna,
Più riconoscibile del padre e della madre.
Le ricompense non bastano ad esortare al bene.
I castighi non bastano a reprimere il male.
Ma se sei conscio dell'energia vitale
Il mondo intero ti obbedirà.
Se tale pensiero sarà fermo nel tuo cuore
Il mondo intero ti darà ascolto.

XIX

Concentra la tua energia vitale alla maniera di uno spirito
E i Diecimila esseri saranno contenuti entro di te.
Sei capace di operare questa concentrazione? Sei capace
Di operare questa unificazione?
Sei capace, senza ricorrere alla divinazione, senza consultare astrologi e indovini
Di distinguere ciò che è fasto da ciò che è nefasto?
Sei capace di fermarti? Sai desistere quando è opportuno?
Sai trovare entro te stesso
Invece di cercare altrove?
Pensaci, pensaci,
E pensaci ancora, e ancora!

E se tale sforzo di pensiero non ti porta alla comprensione,
Essa ti sembrerà generata da spiriti e divinità:
Ma non alla loro forza la dovrai,
Bensì al culminare della pura essenza vitale e dell'energia vitale.
Allorché le quattro membra sono correttamente regolate.
E sangue e respiro sono acquietati
Unifica i pensieri, concentra il cuore.
Il tuo occhio e il tuo orecchio non saranno offuscati
E anche le cose più lontane ti parranno vicine.

XX

Riflessione e indagine generano il sapere.
Indolenza e negligenza generano affanno,
Crudeltà e arroganza generano risentimento.
Affanno e ansietà generano malattia.
Quando la malattia distrugge, porta alla morte.
Se consideri tutto ciò senza allontanarne il danno
Sarai dentro di te impedito, e fuori di te estenuato.
Se a ciò non contrapponi alcun progetto e intento
La tua vita perderà la sua dimora.
Nel nutrirsi, è meglio non ingozzarsi,
Nel riflettere, è meglio non eccedere.
Se ti attieni a un'appropriata misura,
La longevità da sé ne conseguirà.

XXI

Da sempre la vita dell'uomo si genera:
Il Cielo produce la sua pura essenza vitale,
La Terra produce la sua forma corporea.
Dalla loro unione nasce l'uomo,

Dalla loro armonia nasce la vita;
Senza la loro armonia non c'è vita alcuna.
Se cerchi la via di quest'armonia
Sappi che la sua natura non è visibile
E che le sue tracce non sono definibili.
Se un respiro equilibrato e regolare ti riempie il petto
E ti ricolma il cuore
Puoi giungere a lunga vita.
Se gioia e collera non hanno misura
Costruisci un progetto per limitarle.
Modera i desideri dei cinque sensi.
Scaccia questi due mali,
Se non sei dominato dal piacere e dalla collera
Un respiro equilibrato e regolare ti riempirà il petto.⁹²

XXII

Da sempre la vita dell'uomo
Riposa su un respiro equilibrato e regolare.
Ciò che ce lo fa smarrire
Sono piacere e collera, affanno e ansietà.
Ecco perché per porre fine alla collera niente vale quanto la poesia.
Per bandire l'affanno niente vale quanto la musica.
Per preservare i riti niente vale quanto la riverente attenzione.
Per preservare l'attenzione niente vale quanto la quiete.
Se entro di te sei quieto, e sei vigile all'esterno,
Potrai far ritorno alla tua natura autentica
E allora tale natura potrà stabilmente installarsi in te.⁹³

⁹² Ancora un riferimento alle emozioni patologiche generatrici di malattia: gioia e collera senza misura, eccessive, nuocciono direttamente a cuore e polmone: nell'eccesso di gioia si disperde il qi di cuore; nell'eccesso di collera, una violenta risalita di yang-qi di fegato può insultare l'azione energetica di polmone e cuore.

⁹³ Poesia e musica sono arti utili a preservare il Vuoto del cuore.

XXIII

Da sempre la via per nutrirsi è questa:

La sovrabbondanza è nociva

E reca danno al corpo.

La deprivazione a sua volta fa deperire le ossa

E fa rapprendere il sangue.

Ciò che sta in mezzo fra la sovrabbondanza e la deprivazione

Si dice «compimento armonioso».

E' là che ha dimora la pura essenza vitale.

E' là che sorge il sapere.

Se perdi la misura della fame o della sazietà

Costruisci un progetto per evitarlo.

Se sei sazio, mettiti prontamente in moto;

Se sei affamato, deponi i tuoi pensieri;

Se sei vecchio non dissipare la tua riflessione.

Se quando sei sazio non ti muovi rapidamente

L'energia vitale non circherà fluida nelle tue membra.

Se quando sei affamato non deponi i tuoi pensieri

Allora la tua fame non si potrà alleviare.

Se quando giungi a vecchiaia dissipi la tua riflessione

La fonte delle tue risorse vitali in fretta si esaurirà.⁹⁴

XXIV

Allarga il cuore e lascialo senza ingombro.

Espandi l'energia vitale e lascia che si dilati;

Il tuo corpo sarà acquietato e senza agitazione.

Allora potrai mantenere l'unità e respingere ogni turbamento.

⁹⁴ Soma e psiche sono inscindibili tra loro al pari di yin e yang e quindi anche raccomandazioni di ordine dietetico come evitare i deficit – digiuni- come gli eccessi alimentari, un adeguato stile di vita in ragione dell'età, una adeguata misura nell'impegno lavorativo, costituiscono indicazioni a conservare la yuan-qi ed armonizzare i soffi.

Potrai vedere ciò che è vantaggioso senza esserne irretito
E affrontare ciò che è dannoso senza provarne timore.
Sarai aperto e disteso, ma acutamente vigile;
Entro di te stesso gioirai.
Questa è la divina efficacia dell'energia vitale
Che rende il tuo pensiero e la tua azioni simili al Cielo.⁹⁵

XXV

Da sempre la vita dell'uomo
Di certo poggia sul suo appagamento.
Ma se si è in preda all'ansietà, si perde questo filo conduttore,
Se si è in collera si perde questo punto di partenza.
Nell'afflizione e nel cruccio, nel piacere o nell'ira
Non v'è posto per la Via.
Acquieta la passione e la brama,
Rettifica la stoltezza e il disordine,
Non tirare, non spingere,
E la condizione propizia da sé farà ritorno.
La Via da sé spontaneamente sopraggiunge
Così che puoi a lei affidarti con fiducia.
Se sei nella calma la ottieni.
Se sei nel turbamento la perdi.

XXVI

La divina efficacia dell'energia vitale nel cuore
Un momento viene un momento va.
Così sottile da non contenere niente entro di sé.
Così vasta da non avere niente al di fuori di sé.
Ciò che ce la fa perdere

⁹⁵ Invito esplicito a fare il Vuoto del cuore.

È il turbamento che sempre ci nuoce.
Se il cuore mantiene la quiete
La Via spontaneamente vi si stabilisce.
Se l'uomo ha attinto la Via
Tutto il suo aspetto lo rivela, lo palesa l'effluvio dei suoi stessi capelli,
Nel suo petto non vi è difetto alcuno.
Segui la Via della misura dei desideri
E non v'è nulla e nessuno al mondo che ti potrà mai nuocere.⁹⁶

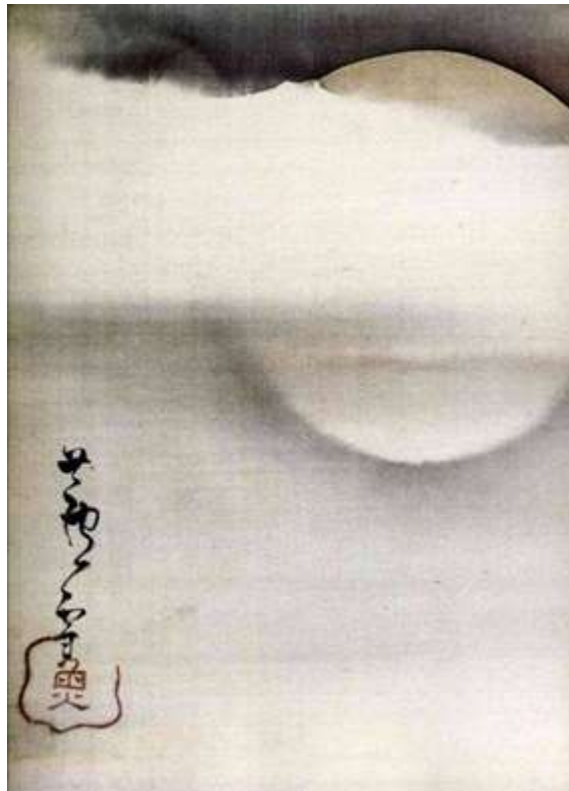
⁹⁶ Sintesi e ricapitolazione di quanto finora espresso.

BIBLIOGRAFIA

Per la redazione della presente tesi di studio, sono stati consultati i seguenti testi:

1. G. Bateson (1984) *Mente e natura*. Adelphi Ed. Milano.
<https://www.youtube.com/watch?v=UVK8WDtpH8U>
2. G. Boschi (2003) *Medicina Cinese: la radice e i fiori* Corso di Sinologia per medici e appassionati. Casa Editrice Ambrosiana
3. Amina Crisma (2015), *Neiye Il Tao dell'armonia interiore*. Garzanti Ed.
4. Hunter Doherty "Patch Adams" (2004), *Salute! Curare la sofferenza con l'allegria e con l'amore*. Feltrinelli Ed.
5. S. Denmei (2005), *La scelta dei Punti Efficaci in Agopuntura*. CEA Milano,
6. Huangdi Neijing SUWEN. *Le domande semplici dell'imperatore giallo*. A cura di E. Rochat De La Vallée (1994). Jaca Book Milano,
7. E. Gallo et Coll. (2005), *I Fattori Terapeutici Specifici Comuni (FTSC) nelle psicoterapie e negli altri trattamenti*. Riv. di Psichiatria, 2005, 40, 2
8. J. Holmes (1994) *La teoria dell'attaccamento*. John Bowlby e la sua scuola. Raffaello Cortina Ed. Milano
9. Lao Tzu: *Tao Te Ching* (trad. di C. Lamparelli, 2011) Mondadori Ed.
10. Lao Tzu: *Tao Te Ching, il libro della via e della virtù*. Commentato da C. Larre. Jaca Book Milano.
11. Lao Tzu: *Tao Te Ching: una guida all'interpretazione del libro fondamentale del taoismo* (2009), traduzione e cura di Shantena Sabbadini. Feltrinelli Ed. Milano
12. Lingshu (1992) a cura di C. Larre, E. Rochat De La Vallée Jaca Book Milano.
13. C. Larre (2007), *Lo spirito della cultura cinese*. Jaca Book Milano,
14. C. Larre (2005), *Alle radici della civiltà cinese*. Jaca Book Milano,
15. C. Larre, E. Rochat De La Vallée (2004), *I simboli cinesi di vita e di morte*. Jaca Book Milano.
16. C. Larre, F. Berera (1997), *Filosofia della Medicina Tradizionale Cinese*. Jaca Book Milano.
17. G. Maciocia (2007), *I fondamenti della medicina cinese*. II ed. Elsevier Ed. Milano,
18. G. Maciocia (2009), *La Clinica in Medicina Cinese. Il trattamento delle malattie con agopuntura ed erbe cinesi*. II ed. Elsevier Ed. Milano,
19. C. Moiraghi (2011), *La pratica della vera medicina cinese*. Formazione, diagnosi, terapia, ricerca. Jaca Book Milano,
20. M. Muccioli (2013), *Le basi della medicina cinese: fondamenti filosofici, fisiologia, eziologia* Pendragon Ed. Bologna
21. *Neiye Il Tao dell'armonia interiore* (2015), a cura di Amina Crisma Garzanti Ed.
22. E. Occhipinti (2004), *La grande medicina cinese. Le terapeutiche fondamentali della medicina preventiva cinese*. Jaca Book Milano,
23. E. Rochat De La Vallée (2008), *La Medicina Cinese. Spiriti, cuore ed emozioni*. Jaca Book Milano,
24. E. Rossi (2002), *Shen. Aspetti psichici nella medicina cinese: i classici e la clinica contemporanea*. CEA Milano,

25. J Schatz, C. Larre, E. Rochat De La Vallée (1998), Elementi di Medicina Tradizionale Cinese. Jaca Book Milano,
26. A. Seidel (1997), Il Taoismo religione non ufficiale della Cina. Cafoscarina Ed. Venezia
27. P. Sionneau (2009), Agopuntura. I punti essenziali. CEA Milano,
28. Testo Classico di Medicina Interna dell'Imperatore Giallo. A cura di Ilza Veith, 1976. Edizioni Mediterranee Roma,
29. S. Winchester (2010), L'uomo che amava la Cina. Adelphi Ed. Milano,
30. Jeffrey Yuen (2010), L'ottava lezione: i disturbi dello Shen. Lo psichismo in medicina classica cinese. Ed. Xin Shu Roma.



artista: Nagasawa Rosetsu (1754–1799)