

JING LUO MAI

il sistema dei canali energetici

Il complesso sistema dei canali energetici costituisce uno degli aspetti più originali ed affascinanti della Medicina Cinese. In ogni individuo è presente questa fitta rete di vie preferenziali in cui scorre il Qi dell'organismo. Nonostante i Canali Energetici non abbiano un substrato organico e non siano quindi individuabili mediante un esame fisico, sono dotati di un'indubbia realtà e concretezza, che possiamo definire immateriale, ma percepibile a tutti attraverso le loro manifestazioni energetiche. Descrivono simbolicamente la manifestazione vitale di ciascun individuo: attraverso di essi il Qi raggiunge ogni parte del corpo, ogni singola cellula.

Tradizionalmente i canali vengono raggruppati in due grandi gruppi, sulla base del nome che specifica il termine *mai*: *jing mai* e *luo mai*. I *Jing Mai* hanno un decorso ben preciso, che in genere decorre tra alto in basso, a volte tra centro e periferia, ma comunque sempre in senso longitudinale. I *Luo Mai* rappresentano una fitta e diffusa rete energetica che ha il compito di connettere e nutrire tutte le zone del corpo, facendo comunicare le varie parti tra di loro e mettendo l'uomo in relazione con l'ambiente circostante. I *Jing Luo Mai* sono costituiti dall'insieme di queste due categorie, e comprendono i seguenti tipi di Canali:

I canali extra-ordinari sono legati alla costituzione profonda, a quello che siamo ed alla capacità di cambiare grazie alle esperienze che facciamo, all'acquisizione di comprensione e consapevolezza di noi stessi e del mondo, alla creazione di se quando si era allo stato fetale, al rinnovamento di quello che si è durante tutta la vita, alla creazione dei figli.

I canali luo esprimono la capacità di andare verso il mondo, farne esperienza, assimilare dalle esperienze fatte quanto può essere di nutrimento per la nostra crescita.

I canali tendineo-muscolari attuano il bisogno di muoversi nel mondo e specificano le modalità individuali di farlo.

I canali distinti realizzano il collegamento della superficie con la propria profondità, con il se profondo; provvedono anche a difendere gli zang-fu dagli attacchi delle *xie qi*.

Da un punto di vista classico possiamo considerare i vari canali come metafore simboliche che indicano diverse qualità del qi che circola nell'organismo; possiamo cioè

associare a ogni categoria di canali un tipo di qi che quei canali veicolano in modo privilegiato e specifico, e che aiuta a rendere conto dell'azione di quei canali; le energie di cui si parla in riferimento al sistema dei canali sono essenzialmente:

wei qi, o energia protettiva, di difesa; ha il compito di difendere l'organismo dalle energie perverse, sia climatiche sia psichiche, e di combatterle se invadono il corpo. Circola fuori dai meridiani principali, in alcuni secondari e a livello dei piccoli capillari della pelle; si muove all'interno del torace e dell'addome, viaggia tra la pelle ed i muscoli, regola le ghiandole sudoripare, idrata la pelle ed i peli. Il So Wen sottolinea che non può entrare nei meridiani, anche se si appoggia al loro percorso, ma si insinua dappertutto, sia in superficie sia in profondità. In superficie riscalda e nutre la pelle e la carne, consolida la trama tra derma ed epidermide; in profondità è in relazione con il diaframma: membrane, involucri, filamenti bianchi localizzati nella carne, pliche del peritoneo, pleura, ecc. Legata al comportamento inconsapevole, anche se di solito acquisito, origina atteggiamenti che sembrano innati, istintivi, anche se in realtà non lo sono; la calligrafia è un buon esempio di questa manifestazione inconsapevole di un apprendimento, che non è possibile cambiare a nostro piacimento. Determina anche gli atteggiamenti spontanei e le aspettative nei confronti degli altri e degli avvenimenti, che si radicano nell'inconscio, che vengono attuati in modo inconsapevole; riguarda condizioni emotive che potremmo chiamare stati d'animo, non riferibili ad una causa precisa ma che condizionano il nostro atteggiamento nei confronti della vita senza che ce ne rendiamo conto.

ying qi o energia nutritiva; è legata intimamente al sangue, si muove nei vasi sanguigni e nei canali energetici, costituisce il fattore di base per il nutrimento del corpo; attua una nutrizione sia fisica (alimentare) che psicoemotiva. E' un'energia profonda, stabile, non subisce variazioni in conseguenza di fattori esterni se non estremamente aggressivi; forma le secrezioni ed il sangue. La ying qi ha un ruolo determinante nel modo di interagire con l'ambiente, inteso come la capacità di apprendere dalle esperienze vissute nella relazione col mondo, di assimilarle e quindi di cambiare; rappresenta l'intelligenza cognitiva, legata alle emozioni e ai comportamenti acquisiti. Si riferisce a quelle emozioni che proviamo consapevolmente, attribuendo loro una causa precisa, e che sono così in grado di essere assimilate, contribuendo a formare il sangue ed il nutrimento per tutto il corpo. Da un lato determina il modo individuale di andare verso il mondo, verso l'ambiente sia umano sia naturale, il modo di affrontare le

situazioni e le persone; da un altro lato consente di assimilare l'esperienza fatta e, in virtù di questa assimilazione, di cambiare il modo di andare verso il mondo.

yuan qi, o energia originale; costituisce il qi del cielo anteriore, congenito, in parte responsabile della costituzione ereditaria di un individuo; permette il passaggio dal cielo anteriore a quello posteriore; dopo la nascita è responsabile dello sviluppo del bambino assieme al qi del cielo posteriore. Mentre il jing rappresenta la genetica strutturale, fisica, l'impalcatura di base, la yuan qi rappresenta la genetica psicofisica, la propria costituzione psicoemotiva profonda: non solo statura, forma del volto, modo di camminare e così via, ma soprattutto le caratteristiche peculiari della psiche e l'orientamento di base della emotività.. Come il jing è originata dalla fusione tra ovulo e spermatozoo e presiede al concepimento, ma rimane sorgente di vita e di vitalità durante tutta l'esistenza; come il jing non può essere accresciuta, ma solo risparmiata.

Avremo allora che la *wei qi* sarà rappresentata dai canali tendino-muscolari (*jin jing*), che sono i più superficiali e costituiscono il sistema muscolare e la motricità; costituiscono il proprio modo di andare, muoversi nel mondo e ne forniscono la capacità. Decorrono a zone e sono come un rivestimento energetico diffuso su tutto il corpo, caratterizzato da moltissime interconnessioni; sono strutturati a fasci che espandono attorno al canale principale, si raccolgono in alcuni punti e poi si allargano di nuovo. Risultano così legati, oltre che alla difesa dell'organismo, alle reazioni istintive, ai riflessi non ragionati, spontanei od appresi, all'atteggiamento ed alla postura, al comportamento gestuale e deambulatorio.

La *ying qi*, che circola più in profondità, è rappresentata dai canali *luo*, che hanno uno stretto legame con le emozioni e con il sangue; ne costituiscono vie privilegiate di diffusione e le consentono di svolgere la sua funzione di nutrimento fisico ed emotivo diffondendola ovunque nel corpo, sino alle singole cellule. Hanno anche una potente azione sul sangue in senso fisico ed energetico, particolarmente nel promuoverne il movimento, la circolazione e il rinnovamento.

La *yuan qi* è rappresentata dai canali extra-ordinari (*qi jing ba mai*), che decorrono molto in profondità e stabiliscono un legame con il cielo anteriore; si sono attivati durante la gestazione per creare il nostro essere e restano poi anche da adulti vie di diffusione della *yuan*

qi; attingono alla costituzione per aiutarci ad affrontare la vita, sostenerci nei momenti di particolare bisogno, guidarci a crescere attraverso la comprensione delle esperienze fatte vivendo.

I canali principali (*jing mai*) riassumono tutte queste funzioni, assumendo anche quella di collegarsi con gli zang-fu e di collegarli così con le altre strutture energetiche; rappresentano sia l'aspetto esterno sia quello interno e vengono così a collegare la *ying qi* con la *wei qi*. Questa funzione è bene espressa dal loro decorso, che si compone di tratti superficiali, quelli accessibili alle mani, e di tratti profondi, che vanno a contattare gli zang-fu e canali profondi. Esprimono le funzioni necessarie a garantirci l'esistenza e quindi rappresentano il qi del cielo posteriore nel suo complesso.

I canali distinti (*jing bie mai*) sono il collegamento tra la yuan qi e i canali principali, o anche tra la costituzione e quello che si è in questo momento come risultato delle esperienze vissute. Svolgono la funzione di collegare la *wei qi* con la *yuan qi*, la superficie con la originalità profonda; svolgono un ruolo di difesa dell'interno nonché di comunicazione, collegando interno ed esterno. Il loro tragitto è più profondo di quello dei canali principali e dei luo.

Ritornando a vedere tutto il sistema dei canali energetici (*jing luo mai*) nel suo complesso, è possibile fare la seguente considerazione: come i vari tipi di qi non sono altro che diversi (aspetti che specificano diverse funzioni svolte) (modi di manifestarsi e di agire) dell'unico qi che anima tutto l'organismo, così possiamo considerare le varie categorie di canali come aspetti specifici di un unico sistema di circolazione dell'unico qi che avvolge, penetra ed irriga tutto il corpo; così che poi le funzioni delle sue varie parti risultano in sintonia con le caratteristiche del qi che veicolano.

Il sistema dei canali è estremamente interconnesso, non vi si può individuare né capo né coda; può essere rappresentato bidimensionalmente da un cerchio. Selezionando un canale particolare all'interno di questo sistema è come selezionare una tangente al cerchio in un certo punto; poiché tutto è collegato, a prescindere dal punto scelto, questo avrà azione su tutto il corpo, anche se non sarà forse l'intervento più efficace, in quanto potrebbe non riflettere il momento ed il luogo dello squilibrio.