

# 1

---

## SEGUIRE IL *DAO* E NUTRIRE LA VITA

“Ai nostri giorni la gente sta sempre a chiedere aiuto alla divinazione e a offrire preghiere per la salute e la guarigione e tuttavia le malattie infuriano sempre di più. È come se, in una gara di tiro, l’arciere che abbia fallito il bersaglio ne richiedesse un altro per sostituirlo – come può giovargli questa sostituzione per colpire il centro del bersaglio? Se si vuole che una pentola di zuppa smetta di bollire la si deve togliere dal fuoco. Per quel che riguarda tutti questi medici e cerusici, con i loro farmaci e le loro pozioni intesi a espellere le malattie, ad alleviarle e controllarle, i saggi del passato avevano ben poca stima di loro, in quanto ritenevano che si occupassero dei rami e non delle radici.”<sup>1</sup>

La stima che noi medici abbiamo dei nostri trattamenti è variabile, ma di certo, in quanto agopuntori, sappiamo che l’andamento di salute e malattia si fonda sullo stato del qi, ed è sul qi che agiamo quando trattiamo un paziente.

Nella clinica abbiamo sempre presente che il trattamento delle emozioni è una cura nel senso più completo del termine: il medico si prende cura del paziente, ma anche il paziente si cura della sua vita e se ne fa carico.

La malattia può avere manifestazioni più psichiche o più somatiche, ma in ogni caso “il saggio non tratta quando la malattia c’è già ma quando non c’è ancora, non tratta quando c’è già disordine-*luan* 亂, ma quando non c’è ancora. Aspettare di curare quando la malattia è già sviluppata o portare ordine dopo che il disordine si è già sviluppato si può paragonare a scavare il pozzo quando si ha sete o a forgiare il pugnale quando lo scontro è già in atto.”<sup>2</sup>

Sarà allora il lavoro sul qi – quelle pratiche interne per coltivare la vita sulla cui necessità concordano filosofi e medici classici di tutte le scuole – che si costituisce come l’intervento davvero più profondo, duraturo e significativo.

---

1. *Lushi chungiu*, capitolo 12. In: Needham, 1982, p. 93. Il *Lushi chungiu* (“Annali delle primavere e autunni del maestro Lu”) è uno dei sei classici confuciani, databile intorno al III secolo a.C.  
2. *Suwen*, capitolo 2.

## EMOZIONI E PENSIERO CLASSICO

Il discorso sulle emozioni e sulla loro patologia appartiene a un territorio ben più ampio e profondo di quello inerente alla medicina in senso stretto, e sicuramente qualsiasi indagine su *shen*, emozioni e malattie correlate con l'ambito psichico presuppone una conoscenza dei modi in cui il pensiero cinese ha concepito queste realtà.

Elaborazioni più o meno divulgative di questo sapere esulano totalmente dagli intenti di questo testo, ma alcuni brevi cenni sono necessari per situare alcune scelte terminologiche e possono essere di aiuto per facilitare l'orientamento del lettore.

Tra le opere sul pensiero cinese si fa qui principalmente riferimento allo studio di Graham, la cui premessa all'edizione italiana ben sottolinea le difficoltà che si presentano a chi prende le mosse da una visione del mondo totalmente diversa: "Lo studio di quel pensiero implica un nostro costante coinvolgimento in cruciali questioni di filosofia morale, quali i rapporti tra filosofia e storia della scienza, la decostruzione di schemi concettuali prestabiliti, i problemi del rapportare il pensiero alla struttura linguistica e il pensiero correlativo alla logica".<sup>3</sup>

Escludendo di poter essere in alcun modo esaustivi, si ricordano comunque alcuni elementi di fondo quali appunto l'ordine correlativo che sottende il pensiero conoscitivo cinese rispetto al procedere analitico della filosofia e della scienza occidentali.

Si tratta della specificità che connota anche il pensiero medico, con le sue peculiarità, che non riguardano solo la decifrazione dei segni, ma anche la strutturazione della fisiologia e l'individuazione del processo patologico.

Viene spesso ricordato che, mentre i filosofi occidentali si chiedono cos'è la verità, i maestri cinesi si interrogano sulla «via», esprimendosi di preferenza attraverso aforismi, esempi, parabole, racconti paradossali.<sup>4</sup>

## IL NON-AGIRE E LA VIA

Un motivo ricorrente nella tradizione sapienziale cinese è *wuwei* 无为, cioè non agire, non fare.<sup>5</sup>

---

3. M. Scarpari, in A. C. Graham, 1999, p. XX. A.C. Graham, linguista e filologo, ha compiuto un lavoro di traduzione e ricostruzione di testi cinesi antichi di enorme valore e la sua opera *Disputers of Tao: Philosophical Argument in Ancient China* (1989) è riconosciuta come uno dei testi di riferimento più accurati e completi sulla storia del pensiero cinese classico.

4. Vedi anche H. Fingarette, 1972, sul fatto che il linguaggio dei classici cinesi non è descrittivo bensì performativo: la formulazione delle parole è essa stessa l'atto in questione, come il «Colpevole» del giudice o il «Sì» della cerimonia nuziale, che non descrivono o evocano un'azione, ma sono l'atto stesso.

5. *Wu* 无 è una particella negativa; *wei* 为, il cui pittogramma rappresentava un elefante e una mano che lo conduce, significa: 1. «fare, compiere», 2. «agire, servire come», 3. «essere, diventare», 4. «governare» (Wieger 49h, Karlgren 1313).

Il termine risale ai “Dialoghi” di Confucio e trova pieno sviluppo nei testi taoisti *Laozi* e *Zhuangzi*, che così si esprime: “Gli antichi che coltivavano il *dao* nutrivano la conoscenza con la quiete, nata la conoscenza non la usavano per fare-*wei*, e questo è detto nutrire la conoscenza con la quiete.”<sup>6</sup>

“*Wei* indica l’azione ordinaria e deliberata dell’uomo che persegue uno scopo, opposta ai processi spontanei della natura che sono «tali di per sé».”<sup>7</sup>

*Wuwei* è infatti un’idea legata alla coppia di concetti *dao* 道 «via» e *de* 德 «potenza», in cui la potenza vera si manifesta senza lo sforzo del dover fare e coincide con lo svolgersi della via.

*De* indica infatti la potenza nel senso di una sorta di requisito, di proprietà specifica, di potere intrinseco; coincide con la capacità di espletare la propria funzione in modo spontaneo. Appartiene a uomini e cose: il classico confuciano *Liji* parla di *de* di legno, fuoco, terra, metallo, acqua; nel testo taoista *Zhuangzi* si dice che la preparazione di un gallo da combattimento ha termine quando il suo *de* risulta completo; il *de* di una persona è la potenzialità dell’agire in conformità con il *dao*.<sup>8</sup>

Questa capacità di agire in conformità con il *dao* implica anche una sua risonanza all’esterno, la possibilità di ricondurvi gli altri, per cui, ad esempio, attraverso questa potenza è possibile governare senza ricorrere alla forza e alla coercizione. Riti e cerimoniali sono in questo senso atti rituali che operano diffondendo la loro influenza: la persona *de* possiede un’attitudine e una capacità naturali per cui il suo adeguamento al *dao* influenza l’esterno e lo migliora pur non agendo.

*Dao*, la via, è il dispiegarsi di *de*, è costituita dai percorsi delle cose, grazie a cui ciascuna si porta a compimento, e l’agire umano consiste in un’azione che favorisca la maturazione individuale e delle cose in conformità con le rispettive nature.<sup>9</sup>

6. *Zhuangzi*, capitolo 16. A proposito del termine «conoscenza» *zhi* si veda la discussione su *yi* e *zhi* (cap. 3); «quiete» traduce qui *tian*, che ha il significato di «serenità, essere senza preoccupazioni» (altri termini spesso utilizzati sono *an* 安 «pace» e *jing* 靜 «calma»). I “Dialoghi” o “Detti scelti” (*Lunyu*) di Confucio sono una raccolta di detti e brevi aneddoti tratti dalla vita di Confucio e di alcuni suoi discepoli, compilata nel V sec. a.C. I due testi prendono il nome dai relativi grandi maestri taoisti: lo *Zhuangzi* è composto da parti diverse, databili tra il IV e il II secolo a.C. e il *Laozi* (detto anche *Daodejing* o *Tao te ching*, “Il libro della via e della virtù”) compare nella seconda metà del III secolo a.C. e prende il nome da Laozi, che si suppone sia vissuto ai tempi di Confucio. Secondo Graham, le due opere sono assai diverse nel pensiero, i due nomi all’inizio non erano associati, e la «scuola taoista» *daojia* è una creazione a posteriori dello storico Sima Tan, morto nel 110 a.C. (A.C. Graham, 1999, pp. 231-232).

7. A.C. Graham, 1999, p. 316.

8. *Liji*, capitolo 6; *Zhuangzi*, capitolo 19. Il termine *de* 德, il cui carattere contiene il radicale «cuore», «orme» e «corretto», è stato spesso tradotto con «virtù», ma in questo caso il termine va inteso nel suo significato più letterario, presente anche in italiano, di «facoltà, potenza».

9. Il carattere *dao* 道 è composto da «testa» e «andare» (Karlgrén 978). Per alcuni rimandi tra il concetto di *dao* e il percorso psicoanalitico in quanto lavoro che non intende fornire indicazioni specifiche, ma conoscere e sviluppare la propria natura, si veda anche l’articolo di E. Rossi, *Il corpo, la mente e noi*, 1994.

Il concetto di *dao* è stato utilizzato nel tempo a proposito di aspetti diversi, per cui può indicare di volta in volta il giusto corso della vita umana, oppure il corretto svolgimento dell'organizzazione governativa, o ancora il procedere del mondo naturale esterno all'uomo.<sup>10</sup>

L'uomo va a coincidere con il *dao* – che non omette nulla perché non sceglie – nel momento in cui smette di operare distinzioni e segue l'impulso del cielo. Desiderio e avversione derivano da separazioni e classificazioni, mentre il comportamento del saggio nasce direttamente da un impulso che non è desiderio né avversione. Il saggio non opera scelte poiché c'è un solo modo di agire: quando le situazioni sono percepite con perfetta chiarezza la risposta possibile è una sola.

Così si segue la spontaneità, e insieme si confida nell'inevitabile.<sup>11</sup>

In questo contesto non sussiste dicotomia o contraddizione tra i concetti di spontaneo e inevitabile: inevitabile non si oppone a «libero», ma si riferisce a quell'universo a cui appartengono anche, ad esempio, la linea del pittore o la pausa all'interno di una melodia, in quanto le uniche possibili/giuste in quel momento.

Questa posizione non riguarda solo la tradizione taoista: “Sembra comunque che Confucio non fosse solito porre alternative. A suo avviso si può seguire la Via se si ha vista sufficiente per vederla e forza bastante per rimanervi; in caso contrario non si fa che cadere al di fuori di essa a causa della cecità e della debolezza. [...] In particolare, Confucio non pensa in termini di scelte tra *fini*. Egli si preoccupa maggiormente dei «desideri (*yu* 欲) e soprattutto dell'intento.”<sup>12</sup>

Anche per i primi confuciani come Xunzi (III sec. a.C.) il bene è ciò che il saggio preferisce spontaneamente, ma si può giungere a ciò solo «trasformando la propria natura», cioè portando all'ordine i desideri contrastanti, per natura anarchici e portatori di conflitti interni ed esterni. Attraverso questa trasformazione della natura il saggio può giungere a seguire ciò che il cuore desidera: secondo Xunzi, le capacità del saggio generano la moralità, come il vaso è generato dal vasaio partendo dall'argilla.

10. Si veda anche Needham, 1982, p. 73: “I primi taoisti, profondamente impegnati come protoscienziati nella loro «magia naturale» erano uomini decisamente pratici. Tutte le loro operazioni erano condotte entro la cornice di una concezione del mondo che considerava il *dao* come essenzialmente immanente, come l'Ordine stesso della Natura”.

11. «Spontaneità» traduce *ziran* 自然, che letteralmente significa «così di per se stesso»; «inevitabile» traduce *bu de yi* 不得已, letteralmente «non possibile altrimenti». “Scegliere è escludere”, in: *Zhuangzi*, capitolo 33.

12. A.C. Graham, 1999, p. 28. Il testo di Graham specifica che «intento» in questo caso traduce *zhi* 志, che è affine a *zhi* «andare», con l'aggiunta del radicale «cuore».

## SENZA MEMORIA E SENZA DESIDERIO

Per sviluppare *de* e conformarsi al *dao* si deve rimanere liberi nelle risposte, muoversi fluidi come l'acqua, essere fermi come lo specchio, rispondere con immediatezza come l'eco.

La natura di questa risposta priva di mediazione unisce spontaneità e necessità, è un agire che ha la qualità della risonanza, presuppone il vuoto del cuore.

“Il cuore, come uno specchio, non accompagna le cose che vanno, non dà il benvenuto alle cose che arrivano; risponde, non conserva.”<sup>13</sup>

Per evitare che ciò che è già conservato interferisca con ciò che si è sul punto di ricevere, il saggio svuota il cuore attraverso la quiete. Non solo questo vuoto permette di ricevere, ma proprio la quiete consente di produrre un movimento e delle azioni significative: “In quiete allora vuoto, vuoto allora viene riempito, ciò che lo riempie si mette a posto da sé, svuotandosi è in quiete, quieto allora si muove, quando si muove è efficace.”<sup>14</sup>

Anche un testo medico come il *Neijing* apre esprimendo lo stesso concetto di fondo: “Se si è in quiete, sereni, vuoti-*xu*, senza-*wu*, il qi vero ne segue. Se *jing* e *shen* sono protetti all'interno, da dove possono venire le malattie? Se *zhi* è in ozio e ci sono pochi desideri il cuore è in pace e non c'è timore.”<sup>15</sup>

Il testo riconosce che “nell'uomo preoccupazione e angustia, pensiero e apprensione colpiscono il cuore”, tuttavia è anche consapevole che la realtà comune è differente da un desiderabile ma mitico stato di coincidenza con la natura. Identifica esplicitamente la presenza di preoccupazioni interne e di sofferenze del corpo e specifica che per le malattie sono necessari aghi e farmaci, poiché le parole e i gesti che agiscono direttamente sulle alterazioni di qi e *jing* non possiedono più un potere di guarigione sufficiente. All'Imperatore Giallo che chiede: “Vorrei domandare perché nell'antichità per curare le malattie si poteva mutare il *jing* e cambiare il qi con gli incantesimi ed esse guarivano, invece oggi per curare le malattie si tratta l'interno con i farmaci velenosi, si tratta l'esterno

13. *Zhuangzi*, capitolo 7. Il rimando ad acqua, specchio ed eco si trova nel capitolo 33, dedicato alle varie scuole di pensiero, in cui vengono citate le parole di Guan Yin, il Bodhisattva Avalokitesvara.

14. *Zhuangzi*, capitolo 13. Nel primo capitolo della versione più nota del *Daodejing* si dice che bisogna non avere desideri costantemente e anche che bisogna avere desideri costantemente (attraverso i due diversi modi si osservano due realtà diverse). Bion sostiene che di fronte al paziente lo psicanalista deve essere “senza memoria né desiderio” perché, ad esempio, “Il paziente può «sentire» che lo psicanalista non si è deliberatamente svestito della memoria e del desiderio, e può, di conseguenza, essere dominato dalla «sensazione» di essere posseduto dallo stato mentale dell'analista, o verosimilmente dallo stato mentale rappresentato dal termine «desiderio», e in esso rappresentato”. In: *Attenzione e interpretazione*, 1973, p. 59. Si veda anche la discussione su empatia e astensione nel capitolo 15.

15. *Suwen*, capitolo 1. Per una discussione sul termine *zhi* 志 (1. «volontà»; 2. «mente»; 3. «emozione»; 4. «memoria») si veda il capitolo 3, mentre la relazione tra emozioni e malattia è esaminata nel capitolo 4. «In ozio» traduce *xian* 闲, il cui carattere antico mostrava una porta attraverso cui si intravede la luna, e significa «ozioso, non occupato, non in uso, tempo libero» (Karlgrén 609, 571), con un senso quindi vicino alla nostra «ri-creazione».

con gli aghi, e a volte guariscono a volte no, come mai?” Qi Bo risponde: “Nell’antichità l’uomo viveva tra gli uccelli e le fiere, si muoveva per difendersi dal freddo, stava al riparo per evitare il caldo estivo, dentro non aveva un accumulo di tante complicazioni e all’esterno non doveva fare carriera come funzionario, era un mondo semplice e i patogeni non potevano entrare all’interno, perciò non si trattava l’interno con i farmaci velenosi, non si trattava l’esterno con gli aghi, ma si guariva con gli incantesimi per spostare il *jing* e mutare il qi. L’uomo di oggi invece è diverso, le preoccupazioni dimorano al suo interno, la sofferenza del corpo danneggia l’esterno, ha perso l’adeguarsi alle stagioni, va contro il giusto principio del freddo e del caldo, i venti malandrini arrivano numerosi, vuoto e perverso arrivano alle ossa e ai cinque organi all’interno, all’esterno danneggiano le aperture e la pelle, perciò le piccole malattie diventano gravi e le grandi malattie fanno morire, e gli incantesimi non possono porvi rimedio”.<sup>16</sup>

L’indicazione a conformarsi al *dao* rimane comunque fondamentale nella risposta alla domanda di Huangdi sui modi di risolvere le malattie con l’agopuntura, visto che gli uomini, “nati dal qi del cielo e della terra, ciò che di più prezioso vi è tra tutto quello che esiste tra il cielo che copre e la terra che sostiene”, “re, principi e uomini comuni, tutti desiderano rimanere in salute, mentre le malattie si aggravano di continuo e all’interno il cuore se ne preoccupa”. Qi Bo risponde infatti affermando che le conoscenze specifiche dell’agopuntura sono ovviamente necessarie, ma che il nucleo della conoscenza e dell’agire sono il *dao* e la regolazione dello *shen*: “I cinque elementi e il controllo-*ke* reciproco, le cinque attenzioni nel fare agopuntura, disperdere il pieno e tonificare il vuoto, questo lo sanno tutti, ma chi si conforma alle leggi del cielo e della terra si muove rispondendo-*ying*, si armonizza come risuonando, segue come un’ombra, il *dao* non ha spiriti e fantasmi, va e viene da solo”. “Allora voglio chiedere cos’è questo *dao*.” “Per tutti quelli che pungono, il pungere vero-*zhen* è innanzitutto regolare lo *shen*, vi sono cinque requisiti per il buon agopuntore, molti li ignorano, il primo è regolare lo *shen*, il secondo è saper nutrire la vita, il terzo è conoscere le proprietà delle sostanze, il quarto saper preparare punte di pietra di varie misure, il quinto conoscere la diagnosi di organi, qi e sangue.”<sup>17</sup>

16. *Suwen*, capitoli 73 e 13. «Incantesimi» traduce *zhuyou* 祝由. *Zhu* erano anche coloro che possedevano l’arte di invocare, gli àuguri, coloro che comunicavano con il cielo, e gli *shen*. L’ideogramma, che ora significa «augurare», contiene il carattere «bocca» e «uomo», preceduti dal radicale *shen* (Karlgrén 163). Secondo lo *Shuowen*, il dizionario etimologico di epoca Han, gli *zhu* erano simili ai *wu*, «sciamano», il cui pittogramma antico mostra una persona che danza tenendo in mano delle piume (Needham, 1978, vol. 1, p. 107), mentre il carattere odierno mostra due persone e il radicale «lavoro» e indica, secondo Wieger, due maghi che danzano per ottenere la pioggia (Wieger 27e, Karlgrén 1282).

17. *Suwen*, capitolo 25. I termini utilizzati sono quelli dei testi filosofici a partire dal III secolo a.C., in cui compaiono i vocaboli *gan* 感 «destare, stimolare» e *ying* 应, «rispondere, reazione, risposta immediata», a indicare quella forma di azione che risponde senza mediazione, come una risonanza immediata, un’eco. È probabile che il riferimento al *dao* piuttosto che a spiriti e fantasmi *guishen* 鬼神 accenni a un superamento di una medicina sciamanica più antica a favore dello studio delle leggi di natura.