

Marco Marchetti

# La Legge dei Cinque Elementi



## INTRODUZIONE

Con questo scritto si desidera offrire una prospettiva nuova sulla “Legge dei Cinque Elementi” che la Tradizione Taoista ha elaborato molti secoli prima dell’Avvento di Gesù il Cristo. Molte cose ci sembreranno conosciute ma altre saranno davvero sorprendenti. I Cinque Elementi classici taoisti riflettono il pensiero orientale, che a differenza dell’Occidente, mette il segno sull’Armonia e l’Equilibrio, piuttosto che sull’Opposizione ed il Contrasto. Un modo di vedere la realtà che a noi non appartiene e che però ci affascina da sempre. Entrare in contatto con questa Filosofia della vita ci metterà in contatto con una parte di noi stessi troppo spesso dimenticata, quella dell’Abbandono alla Natura. Avere come compagna un’altra soluzione ai nostri problemi è davvero speciale, così che potremo rivolgerci a “*questa*” quando “*quella*” non sarà capace di dare speranze. Insomma scoprire come i Taoisti avevano la visione del Mondo ci servirà per comprendere meglio anche la nostra Tradizione.

## **INDICE**

<b>CAPITOLO I</b>	Filosofia Taoista.
<b>CAPITOLO II</b>	I Cinque Elementi.
<b>CAPITOLO III</b>	Il Legno.
<b>CAPITOLO IV</b>	Il Fuoco.
<b>CAPITOLO V</b>	La Terra.
<b>CAPITOLO VI</b>	Il Metallo.
<b>CAPITOLO VII</b>	L'Acqua.
<b>CONCLUSIONI</b>	
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	

## CAPITOLO I

### Filosofia Taoista.

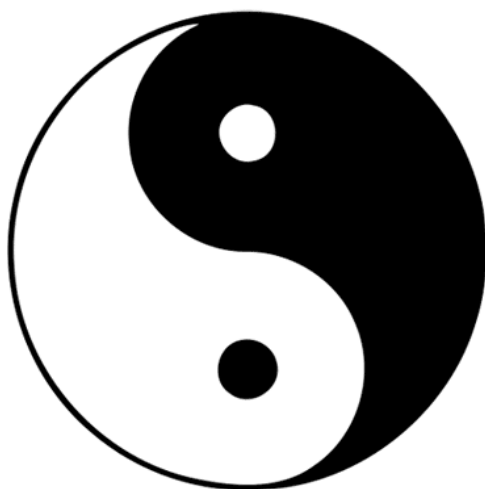
La Filosofia Taoista non si interessa particolarmente ai rapporti causali tra eventi ma presta piuttosto l'attenzione alla Sincronia (dal Greco “*Syn*” e “*Chronos*” con il significato di “*Egal tempo*”) di cose ed eventi. Tale modo di pensare è definito “*Correlativo*”, cioè l'individuo sano e la società sana sono parti integranti di un Ordine strutturato ed il “*malessere*” è considerato come il risultato di una disarmonia, di uno squilibrio a livello individuale e sociale. Allora il termine Sincronia acquista il significato di un rapporto tra più eventi, azioni e funzioni, che diventano la misura della salute generale. I singoli organismi interagiscono e comunicano tra di loro coordinando i loro ritmi ed integrandoli con quelli più ampi dell'ambiente che li circonda.

Essere sani allora significa per i Taoisti essere in Sincronia con se stessi e con il Mondo. Il processo di cura e di guarigione si manifesta grazie al sistema “*Corpo-Anima-Spirito*”, mediante un atteggiamento positivo e fiducioso da parte dell'individuo. All'interno della Filosofia Taoista merita di essere considerata la Medicina Cinese che con il suo Principio di Yang ed Yin mette l'accento sulla Complementarietà dell'Opposizione.

### La Teoria dello Yang e dello Yin.

I Taoisti hanno riconosciuto che l'essere umano è parte della Natura e che egli vive costantemente sotto questo influsso; nella Natura esiste un “*Ordine*”, un Principio di flusso costante, in accordo con il principio fondamentale che il Mondo è in perenne mutamento. Nel Taoismo tale principio è noto come “*Teoria dello Yang e dello Yin*”. Il nostro essere umano è una cosa sola con l'Universo, i nostri Stati dell'Essere non sono due entità separate e tutti i fenomeni ad esso associati nascono e si propagano grazie all'Energia, il “*Ch'i*”, di Yang e di Yin. La logica che sottostà alla medicina Cinese è che: “*Una parte può essere compresa solo in relazione con il Tutto*”. Questo modo di filosofare ha in sé il concetto olistico che considera l'Organismo Vivente nella sua interezza, nel suo contesto ed in armonia con le Leggi Universali della Natura.

Espressione di tale logica taoista è la “*Teoria dello Yang e dello Yin*”, che si basa sulla concezione filosofica taoista di due polarità complementari, dette Yang ed Yin; Opposti Complementari che caratterizzano il concetto fondamentale del pensiero in Cina. In origine i termini Yang ed Yin indicavano rispettivamente i fianchi in Ombra ed al Sole di una montagna (la Montagna Sacra, il Sacro Meru). Gli archetipi dei Due Poli della Natura furono rappresentati dai concetti di Luminoso ed Oscuro, Rigido e Flessibile, Sopra e Sotto ma soprattutto Maschile e Femminile. Yang, il Potere Creativo, Maschile, Forte, era associato al Cielo, mentre Yin, l’elemento Femminile, Materno, Buio, Ricettivo era associato alla Terra. Nel campo della Filosofia Taoista Yang è l’Intelletto maschile, lucido e razionale, mentre Yin è la mente femminile, intuitiva e complessa. Yang è la forte attività creativa del Re mentre Yin è la quieta contemplativa della Regina. Il carattere dinamico dello Yang e dello Yin è illustrato dall’antico simbolo Taoista chiamato “*T’ai-chi T’u*” oppure “*Diagramma della Realtà Ultima*”. Tale diagramma fornisce una simmetrica disposizione dell’Oscuro Yin e del Luminoso Yang. La simmetria non è statica, è rotazionale e richiama alla psiche il divenire della Realtà in un Movimento Ciclico Continuo.



I Due Punti (i piccoli cerchi di colore opposto all’interno delle grandi onde) nel diagramma rappresentano l’idea che ogni talvolta una delle due forze esprime il suo massimo, contiene già in se stessa il seme del suo opposto. La coppia Yang ed Yin è il grandioso motivo conduttore che influenza i sistemi vitali. Yang ed Yin si creano a vicenda, possono essere distinti l’uno dall’altro, ma mai possono essere separati. Dipendono l’uno dall’altro, si richiamano e si definiscono a vicenda; l’attività dello Yang nel Corpo è nutrita dalla sua forma fisica Yin, la forma fisica è creata e mantenuta in esistenza dall’attività del Corpo. Yang e d Yin si controllano reciprocamente: se lo Yang sarà carente, lo Yin sarà eccedente e viceversa. Yang ed Yin si trasformano l’uno nell’altro; questo principio è alla base dei processi organici. Esso allude a due tipi di trasformazione: 1) I Mutamenti che si producono armoniosamente nel corso normale degli eventi; 2) Le Rotture e le Trasformazioni improvvise, caratteristiche di situazioni squilibrate e disarmoniche. In questa dinamica ad ogni inalazione fa seguito un’esalazione ed è proprio in questo continuo dare e prendere che si manifesta la Vita Terrestre.

La Filosofia Taoista si base sull'Equilibrio di Yang e di Yin a livello del “*Corpo-Anima-Spirito*” ed ogni disfunzione o malattia è considerata una rottura di tale equilibrio. Il nostro essere è diviso in parti eguali Yang ed Yin; in generale l'interno del corpo è Yang, la superficie è Yin, la parte anteriore è Yin, il dorso è Yang.

Lo Yang e lo Yin sono talvolta descritti metaforicamente e simbolicamente come Fuoco ed Acqua; le malattie caratterizzate da debolezza, lentezza, freddo ed inattività sono Yin, mentre quelle che manifestano forza, movimento, iperattività e calore sono Yang. All'interno del nostro corpo vi sono organi Yang ed altri Yin. L'equilibrio tra tutte queste parti è mantenuto da un flusso continuo di “*Ch'i*” od Energia Vitale, lungo un sistema di Meridiani che contengono i Punti di Stimolazione dell'Agopuntura Tradizionale Cinese. Ad ogni organo è associato un Meridiano in modo tale che i Meridiani Yang appartengano ad Organi Yin e viceversa. Ogni volta che si blocca il flusso tra Yang ed Yin, il nostro essere si ammala e la malattia viene curata inserendo degli aghi nei Punti d'Intersezione dei Meridiani. Tale pratica dai Taoisti è chiamata “*Agopuntura o Digitopressione*” e serve a stimolare e ristabilire il flusso del “*Ch'i*”.

L'onnipresente influenza della Teoria Yang-Yin nella cultura e nel pensiero taoista consente una spiegazione ed una concezione diversa degli eventi rispetto a quella del mondo occidentale. L'idea di rapporto causale, centrale nel nostro modo concepire la Realtà, è quasi del tutto assente in Cina; essi ritengono che l'Universo sia in perpetuo mutamento ed il suo movimento sia dovuto ad una dinamica interna di processi ciclici. Come il Sole, nel suo ciclo annuo, delinea le Quattro Stagioni, così tutti gli organismi attraversano, nel corso della vita, Quattro Stagioni: Nascita, Maturazione, Declino e Morte. La costanza dell'Universo sta nella regolarità di questi cicli di mutamento. “*Conoscenza*”, nell'ottica Taoista, significa percezione attenta del movimento interno del tessuto dei fenomeni.

### **I Canali del paesaggio umano.**

Il termine “*Meridiani*”, applicato alla Medicina Cinese, è entrato in Occidente tramite una traduzione francese del termine “*Jing-luo*”. Il termine “*Jing*” significa “*Attraversare*” oppure “*Un filo in un tessuto*”; “*Luo*” è “*Qualcosa che connette o lega*” oppure una “*Rete*”. Quindi i Meridiani sono “*I Cammini, i Canali*” che trasportano il flusso del “*Ch'i*” ed il sangue attraverso i Corpo. Non sono vasi sanguigni ma una rete invisibile aurica, che trasmette le Sostanze Fondamentali agli

Organi e che fa capo ad un sistema di supervisione ed armonizzazione della Circolazione Energetica gestita dal Cuore. Il Cuore è considerato la sede dello “*Shen*” che è l’Intelletto inteso come sistema armonico delle facoltà extrasensoriali dell’individuo.



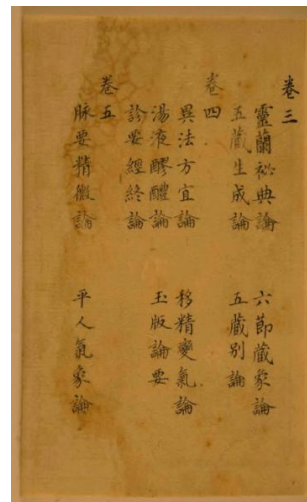
La Medicina Tradizionale Cinese attribuisce agli Organi funzioni associate e precise azioni sulla sfera “*Corpo-Anima-Spirito*”. La circolazione del “*Ch'i*” nel nostro Organismo varia nei diversi canali e negli organi a seconda delle 24 ore, delle esigenze spirituali, animiche e fisiologiche, delle stagioni e delle necessità di utilizzo. Nella Teoria dello Yang e dello Yin, i Meridiani sono invisibili ma dotati di realtà fisica; infatti le sostanze del “*Ch'i*” ed il sangue scorrono in essi portando nutrimento e forza. Il Sistema dei Meridiani è essenziale per il mantenimento di un equilibrio armonioso, in quanto unifica tutte le parti del nostro essere. Il Sistema dei Meridiani regola lo Yang e lo Yin, inumidisce i tendini e le ossa, arreca beneficio alle articolazioni e quindi a tutto il Corpo. Dai Canali Principali si diramano i Canali Collaterali, che arrivano fino alle giunture cellulari, dove avvengono i principali scambi di sostanze necessarie allo sviluppo, alla riproduzione ed all’attività delle cellule. I Taoisti paragonano il Sistema dei Meridiani ai canali fluviali che irrigano il territorio ed i Punti dell’Agopuntura e della Digitopressione a delle “*Chiuse*”. I Meridiani collegano l’interno del Corpo con l’esterno, ogni Medico Cinese deve conoscere i piani ed i percorsi del sistema di cui fanno parte per poter operare in modo corretto ed efficace. Il Sistema dei Meridiani consiste di 12 Meridiani Regolari che corrispondono a ciascuno dei Cinque Organi Yin e dei Sei Organi Yang ed al Pericardio. La Teoria dei Meridiani afferma che la disarmonia in un certo Meridiano possa avere origine sia da un disturbo in seno al Meridiano stesso, sia da uno squilibrio dell’Organo associato.

### **La Teoria dei Cinque Elementi.**

La Teoria dei Cinque Elementi riflette i ritmi della Natura e trova applicazione in un campo assai vasto, che comprende l’Agricoltura, l’Alimentazione, la Psicologia, l’Astrologia e la Medicina. Molti testi hanno dimostrato come possa essere utilizzata in Medicina ed in particolare in

Agopuntura e Digitopressione. La Teoria dei Cinque Elementi è d'origine Taoista ed è stata sviluppata maggiormente in Cina.

E' descritta nei minimi particolari nel testo *"I Ching"* che raccoglie i dettami taoisti e che risale probabilmente ad oltre 4000 anni fa. I Filosofi Taoisti classificarono ogni cosa di questo Mondo secondo i Cinque Elementi Primari: Legno, Fuoco, Terra, Metallo ed Acqua, che rappresentano Cinque Stadi di Forze. La base di tale teoria risiede nel concetto dell'eterno gioco scambievole di Yang ed Yin, perché nell'alternarsi di questi Due Opposti Complementari, nasce sempre una nuova Entità. L'essere umano racchiude in sé questi Cinque Elementi poiché è il prodotto del Cielo e della Terra. Ne consegue che l'essere umano, essendo un'entità allo stesso tempo celeste e terrestre, si serve di questi Cinque Elementi nella sua vita quotidiana. La Terra è posta al Centro, in modo tale da creare un sistema dinamico onnicomprensivo.



Ogni Elemento corrisponde ad una Direzione e ad una Stagione nel corso dell'anno. La Primavera è la Prima Stagione del nuovo anno, è il tempo della semina ed il Sole sorge da Est ogni mattina. Il Legno è il Primo Elemento in quanto rappresenta la forza della Vita-Vitalità e Crescita Vitale. La sua presenza è fondamentale per la comprensione della Teoria dei Cinque Elementi.

Si considera che ciascun Elemento debba la sua esistenza all'interazione del Cielo e della Terra (Yang, Yin); questa è la ragione della posizione centrale assegnata all'Elemento Terra. Per quanto riguarda la Direzione, il Legno rappresenta l'Est, il Fuoco è il Sud, il Metallo è l'Ovest e l'Acqua è il Nord. La Terra in cui viviamo è il Centro, che connette tutti gli altri Elementi. *"Doyo"* è la Stagione della Terra, che nel calendario cinese si presenta quattro volte all'anno. *"Doyo"* si situa circa all'epoca dei Due Equinozi e dei Due Solstizi, culmini che seguono la fine di una Stagione e l'inizio della seguente. Il periodo *"Doyo"* dura più o meno due settimane; è il periodo compreso tra due Stagioni successive, mentre l'una si tramuta nell'altra. Essendo posto tra due Stagioni *"Doyo"* contiene le qualità attive sia di Yang che di Yin e combina le forze di ambedue le Stagioni. Talvolta, il giorno più caldo e quello più freddo dell'anno cadono nel periodo di *"Doyo"*. La connessione tra gli altri Elementi e le rispettive Stagioni è la seguente. Fuoco: l'Estate ed il Caldo Sud. Metallo: l'Autunno arido e l'Ovest. Acqua: l'Inverno ed il freddo Nord. Legno: la Primavera ed il ventoso Est.



Nel testo “*I Ching*” si spiega con chiarezza e semplicità le interazioni esistenti tra i Cinque Elementi, esso afferma: “*Il Legno dà origine al Fuoco, il Fuoco dà origine alla Terra, la Terra dà origine al Metallo, il Metallo dà origine all’Acqua, l’Acqua dà origine al Legno*”. Questo è il ciclo “*Sheng*” o della “*Creazione*” che nella Medicina Tradizionale Cinese produce la relazione “*Madre-Figlio*” e si riflette in questo scritto:

*Il Legno brucia per produrre il Fuoco le cui ceneri si decompongono*

*in Terra dove nascono e da dove sono estratti i Metalli*

*che una volta disciolti diventano l’Acqua che nutre le piante e gli alberi.*

Nel testo “*I Ching*” si spiega anche il ciclo “*Ko*” o della “*Distruzione*”:

*Il Legno è tagliato dal Metallo*

*il Fuoco è spento dall’Acqua*

*la Terra è penetrata dal Legno*

*il Metallo è disciolto dal Fuoco*

*l’Acqua è interrotta e bloccata dalla Terra.*

