

Sangue in medicina cinese e il suo rapporto con la mente

[Articolo originale pubblicato su Medicina Cinese News](#)

Il **Sangue** ed [emozioni](#) in medicina cinese hanno una relazione molto stretta che pone le sue basi su aspetti squisitamente **energetici**.

Così come in medicina occidentale, anche in medicina cinese il Sangue è una sostanza fluida di colore **rosso** di fondamentale importanza per le attività vitali del nostro organismo.

Nutre e **idrata** il nostro organismo. Possiede, cioè, funzioni di massimo **trofismo** e massima **idratazione**.

Per poter svolgere il suo lavoro, il Sangue deve poter **circolare** liberamente nei **vasi**. Questi in medicina cinese sono detti “*dimora del Sangue*” e sono i preziosi “contenitori” in cui il Sangue viene conservato, evitando ogni dispersione.

Circolando nel corpo, il Sangue raggiunge e **nutre** gli organi e i visceri ([Zang Fu](#)), la [pelle](#), i tendini, i muscoli e ogni altro apparato, rendendo possibile la **vita** stessa:

(...) Il Fegato riceve il Sangue ed è possibile vedere, i piedi ricevono il Sangue ed è possibile camminare, i palmi delle mani ricevono il Sangue ed è possibile afferrare, le dita ricevono il Sangue ed è possibile aggrapparsi (...) (Suwen)

Fin qui la concezione di **Sangue** della medicina cinese sembra coincidere, tutto sommato, con quella occidentale.

Se approfondiamo, però, scopriamo che il Sangue in medicina cinese ha caratteristiche specifiche di tipo energetico che sono estranee alla medicina occidentale.

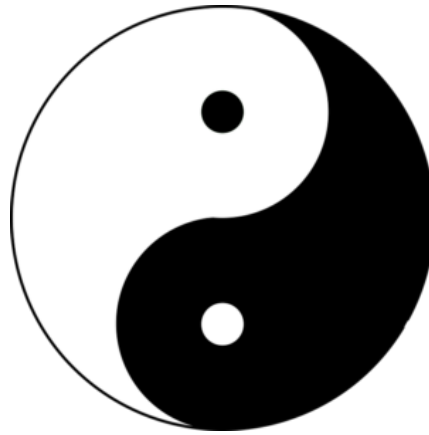
Sangue e [Qi](#)

Intanto consideriamo un aspetto specifico della medicina cinese che è nel **rapporto tra il Sangue il [Qi](#)**.

Sappiamo che, per la medicina cinese, ogni cosa nel cosmo rientra in una [dinamica Yin-Yang](#).

La nostra stessa natura umana rispetta questa regola.

Nel nostro organismo, lo Yang è rappresentato dalle **funzioni** (dinamismo, attivazione), lo Yin dalla **materia** (corporeità, staticità).



In questo sistema di riferimento, il Sangue in medicina cinese è considerata una **sostanza vitale** di natura **Yin**.

Di per se, infatti, il Sangue è, oltre che "materiale", statico. E' grazie al Qi (Yang) che il Sangue (Yin) può circolare nei vasi nutrendo e idratando l'intero organismo.

Sangue e Qi sono **inseparabili**. Senza il Qi, il Sangue sarebbe senza flusso e senza movimento. In una parola sarebbe "senza vita" e sarebbe, quindi, inutilizzabile dal nostro organismo.

In medicina cinese si dice che il Qi è il **motore del Sangue**.

Se Qi e Sangue si separano si ha la **morte**.

Sangue ed aspetti emozionali

Un aspetto importante di differenziazione tra la medicina cinese e medicina occidentale è il fatto che il Sangue in medicina cinese ha un importante valore dal punto di vista **psichico**.

Il Sangue in medicina cinese è **supporto dell'attività mentale**, la base materiale per lo svolgimento delle attività psichiche.

Si dice che "il Sangue è la *dimora dello Shen*". Con il termine **Shen** si indica una dimensione psichica molto ampia associata al **Cuore**, il quale - a sua volta - è il "governatore del Sangue".

Shen può essere definito come la **base psichica ed emozionale** dell'uomo, della coscienza di sé e dell'individualità psichica.

In medicina cinese si dice che

se il Sangue circola bene nei vasi, lo Shen (aspetto mentale ed emozionale) è in ordine

diversamente da quanto accade, invece, se il Sangue è in condizione di "vuoto/deficit" o "**pienezza/eccesso**".

Il Sangue, quindi, assume in medicina cinese importantissime **funzioni** che non sono connesse solo agli aspetti di nutrimento e idratazione ma anche, più sottilmente, psichiche ed **emozionali**.



Funzioni del Sangue in medicina cinese

Riassumendo, il Sangue in medicina cinese ha, quindi, diverse funzioni che potremmo riassumere in tre punti:

1. **nutre il corpo**: circolando continuamente in tutto il corpo vi trasporta nutrimento ed energia
2. **idrata il corpo**: in quanto fluido organico, idrata e lubrifica tutto il corpo
3. **“ancora” la Mente**: in quanto “materia”, il Sangue costituisce una base per la psiche, consentendo il pensiero “chiaro e stabile”

Mentre i punti 1 e 2 sono comuni alla medicina cinese e occidentale, il punto 3 è specifico della medicina cinese e offre una prospettiva completamente nuova.

Le radici di questa prospettiva sono nella [complementarità dello Yin e dello Yang](#) e nel loro continuo assistersi.

Avviene pertanto che grazie allo Yin del Sangue, lo Yang delle nostre [emozioni](#) trova possibilità di ancoraggio e, quindi, **stabilità**.

Autore: [Laura Vanni](#)

Laura Vanni è operatore tuina-medicina cinese [con diverse specializzazioni](#). E', inoltre, istruttore di [qi gong](#) [taijiquan](#) stile Yang presso la Hung Sing Martial Arts Kung fu Academy. Precedentemente ha conseguito la laurea in sociologia e il dottorato in metodologia delle scienze sociali e politiche lavorando per circa 15 anni nel settore della ricerca sociale e di mercato. Ha scritto diversi [libri](#) divulgativi sui temi della medicina cinese, della meditazione e del qi gong. Sito web: www.lauravannimedicinacinese.it