

Dal materiale didattico che sarà distribuito per il corso triennale di qigong dell'Associazione QI.

Dao, Qi, Yin-Yang

La Medicina Tradizionale Cinese (MTC) è l'applicazione alla medicina del Taoismo, filosofia alla cui base c'è il concetto di Dao. L'ideogramma antico per "Dao" è formato da due parti. La parte di sinistra rappresenta un piede che lascia delle orme dietro di sé. Il radicale di destra raffigura, invece, un viso con la fronte corrugata nell'atto del pensare, e la riflessione è simboleggiata anche dalle radiazioni, i pensieri, che emanano dal suo capo. Il Dao è dunque la traccia che il principio che governa lascia nel mondo manifesto; traccia di cui l'uomo può prendere coscienza con il pensiero.

Nel processo di progressiva materializzazione "il Dao produce l'Uno", cioè l'Energia-Qi primordiale.... Il Qi è sia il lavoro che sostiene la struttura, che la struttura che svolge il lavoro; e già in questo concetto intuivamo chiaramente come questa Energia si presenti in forma bipolare: "L'Uno comprende il Due". Il Due rappresenta la dialettica Yin-Yang.

"Quando cielo e terra non avevano ancora forma, tutto era come un galoppo di destrieri, come un frullare d'ali, vacuo, indistinto; quindi ciò venne chiamato l'Inizio Primordiale... Il Dao ha avuto origine nel 'vuoto e trasparente', il 'vuoto e trasparente' generò spazio e tempo, spazio e tempo generarono il Qi. Nel Qi si creò una divisione: il limpido Yang si levò come nugolo e divenne cielo, il torbido Yin si addensò e divenne terra. L'unione del Qi essenziale di cielo e terra diede origine a Yin Yang, il ruotare dell'essenza di Yin e Yang diede origine alle quattro stagioni[...] Il Qi caldo dello Yang accumulandosi diede origine al fuoco, l'aspetto quintessenziale del Qi pirico è il sole. Il Qi freddo dello Yin accumulandosi diede origine all'acqua; l'aspetto quintessenziale del Qi idrico è la luna..." (Huainanzi, cap. 3, citato da Boschi G.)