

## PRESENTAZIONE DEL DOTT. WANG ZHI XIANG

### E DEL QIGONG TERAPEUTICO DEI MERIDIANI « JING LUO QIGONG »

Il Dott. Wang Zhi Xiang si è laureato in medicina all'università di Shanghai, con specializzazione in medicina tradizionale cinese.

Ha dedicato gran parte della sua vita, già da ragazzo, allo studio e alla pratica delle discipline tradizionali cinesi come il Taijiquan, il Qigong e la Meditazione, sviluppando la sua esperienza sotto la guida di grandi maestri.

Fra le competenze del Dott. Wang rientrano la medicina tradizionale cinese, unitamente all'agopuntura e al massaggio terapeutico "Neigon Tuina", insegnato in Cina solo dal Dott. Zhou Xin Wen, del quale è stato discepolo, essendo questa disciplina trasmessa solo in maniera diretta.

È inoltre cultore e studioso della filosofia attinente i testi classici del Buddismo, della poesia e dell'arte del Taijiquan. Si dedica inoltre all'arte della calligrafia, della quale è un esperto molto appassionato.

#### Il Qigong Terapeutico dei meridiani "Jing Luo QiGong"

Questa disciplina si basa sulla personale esperienza del Dott. Wang Zhi Xiang, maturata durante gli anni di studio delle discipline interne (per discipline interne s'intende tutto ciò che non è fisicamente visibile e tecnicamente deducibile, come il lavoro con l'energia "Qi"), combinata con le conoscenze medico terapeutiche attive presso la clinica di riabilitazione interna alla Shanghai University of Traditional Chinese Medicine.

Il sistema "Jing Luo Qi Gong" è una disciplina completa di elementi fondamentali, utili a sperimentare la pratica e la comprensione degli effetti qualitativi ed energetici del corpo "sottile", che si avvale di una struttura didattica indirizzata allo studio specifico della circolazione nei meridiani "Jing – Luo". Da ciò si evince che il sistema di pratica indirizza la propria azione specifica sulle funzioni degli organi e dei visceri, secondo i principi della MTC.

A completamento del sistema vi sono inoltre tutti quei principi psico-funzionali che relazionano la pratica del Qigong Terapeutico con le componenti scientifiche.

In sintesi, il “Jing Luo Qigong” è specifico per ristabilire una corretta funzionalità del neurovegetativo: il suo centro è nella “piccola circolazione”, che scientificamente riconduce ai sistemi endocrino e nervoso per il rafforzamento delle difese immunitarie. Secondo la MTC questo sistema si avvale di un’azione bivalente, uno di protezione dalle afferenze esterne, propriamente detto “wei qi”; ed uno interno, metabolico “yong qi”.

Il lignaggio di questa disciplina si articola fra gli insegnamenti Taoisti e di alcuni maestri, specialisti nelle discipline alchemiche finalizzate alla trasformazione della materia corporea. Si combina inoltre con le conoscenze psicologiche delle Filosofia Buddista.

I campi di applicazione sono molteplici; se si tiene solo conto del campo medicale, il Qigong Terapeutico ha finalità riabilitative strutturali ed organiche, oltre a strategie specifiche, rivolte alla circolazione in generale, ed energetiche, indirizzate al sistema nervoso ed endocrino. Ma la principale e fondamentale funzione è quella indirizzata al sistema immunitario, che nella medicina cinese si traduce come una combinazione fra le afferenze emotive dello spirito “qi qing”, e la diminuzione dell’energia fisiologica “yuan qi”.

D’altra parte, è anche importante indicare che spesso si sottovaluta come chiunque, terapeuta o medico, implicitamente coinvolto sul piano fisico e psicologico nel processo di cura di un paziente, necessita a sua volta di un sistema di salvaguardia adeguato al ruolo di tutore della salute altrui.

Da ciò si evince l’importanza dello studio e della pratica di questa disciplina, come strumento di auto-progressione in quelle facoltà psico-energetiche delle quali ogni terapeuta necessita per la gestione della relazione umana con il malato.

## Programma in sintesi: distribuito nel corso del seminario

### **Introduzioni:**

introduzione al Qigong fondamentale: principi pratico-teorici; riferimenti medico scientifici.

### **Pratiche fondamentali:**

Il movimento nel non movimento e viceversa; il concetto della pratica naturale; il principio che determina il fondamento psico-energetico.

### **Concetti teorici:**

Definizione e funzione del corpo; definizione e funzione della mente; definizione e funzione della psiche; definizione e funzione dell'energetica.

### **Momenti pratici:**

Pratica individuale, pratica e confronto a coppie, pratica e confronto col Dott. Wang Zhi Xiang.

### **Momenti teorici:**

Domande e risposte, discussione e considerazioni del gruppo.

### **Programmi presentati**

Qigong fondamentale; Jing Luo Qigong; Taijiquan; meditazione