

Introduzione

Marzia Michelizza*, Alessandra Morini*

Questo focus è dedicato ad alcune medicine tradizionali, approcciate attraverso il tema del respiro: il sufismo occidentale moderno, lo yoga terapeutico, la medicina tradizionale cinese (MTC). La filosofia, secondo noi, dovrebbe dare spazio alla possibilità di pensare la distinzione e precisazione di concetti cardine di tali medicine, quali terapia, tecnica terapeutica, energia, respiro, forza vitale, spirito (per citarne alcuni). All'interno di questo orientamento, il contributo degli articoli qui raccolti, si concentra sul tema del respiro, come apripista in tale direzione.

Gli approcci terapeutici presentati dagli autori, si fondano sulle rispettive tradizioni spirituali. Questa è la caratteristica fondamentale che – a nostro parere – segna la distinzione tra la visione dell'essere umano propria alla medicina convenzionale, e quella delle medicine tradizionali alternative e complementari.

Come illustrato da Oleg Yarosh, le comunità sufi occidentali, grazie alla loro mobilità geografica, hanno svolto il ruolo di mediatori tra differenti parti del mondo islamico, diffondendo l'Islam come fonte di pratiche religiose, di conoscenza e anche di forza civile e politica. Il movimento religioso sufi sviluppatosi in tali comunità si contamina con il movimento New age, appropriandosi così anche delle tecniche di respirazione orientali. In tal modo, ne vengono messe in luce le potenzialità, non solo in quanto percorso di trasformazione personale, ma anche come pratiche terapeutiche.

Con il termine 'yoga' dobbiamo intendere una serie di discipline dell'area indiana che mirano alla realizzazione spirituale dell'individuo. Infatti, 'yoga' è una parola sanscrita che si attesta fin dall'antichità utilizzata con la funzione di 'metodo' e 'discipline'. Abbiamo dunque diverse tipologie

* FESVEM, DILEF Università di Firenze
centrostudiasclepio@gmail.com

di yoga, appartenenti a diverse religioni, come il buddismo e l'induismo, o correnti filosofiche, ad esempio lo scivaismo del Kashmir e l'*advaita vedanta*. Oggi, con questo termine vengono individuate una molteplicità di tecniche che si sono sviluppate nel corso dei secoli, in diversi contesti culturali indiani e recentemente occidentali, che possiamo raggruppare in quello che è definito lo 'hatha yoga moderno'.

Nelle pratiche e conoscenze mediche cinesi, cosiddette tradizionali, si intrecciano antiche filosofie, studi astronomici, geografia, meteorologia, fenologia, agronomia, biologia, botanica, mineralogia, matematica, metallurgia e molte altre discipline tra loro interconnesse. Milani e Muccioli specificano la distinzione tra medicina tradizionale cinese e medicina cinese classica (MCC), puntualizzando che:

La MTC affonda le proprie radici nella MCC da cui ha estrapolato le teorie fondamentali su cui si basa, avendo attenzione che queste fossero sufficientemente coerenti tra loro ma, al tempo stesso, accettabili per il pensiero medico attuale. Una divisione netta tra le due ha motivazioni storiche ma non concettuali, in quanto la MTC è solo una semplificazione organizzata della più vasta MCC e per questo – non avendo la prima teorie proprie e distinte – si è preferito il termine unificante di medicina cinese.

Dal punto di vista dei fondamenti filosofici, cardinale ma non sempre lineare è il rapporto tra taoismo e medicina tradizionale cinese: l'interconnessione tra queste due sfere è intessuta da una trama di fili che si dipanano in diverse direzioni: dalla concezione della natura, sistematizzata in schemi sovrapposti e intersecati di 'equivalenze' tra piani della realtà che mettono in corrispondenza micro e macrocosmo, fino alle tecniche di respirazione e di meditazione. La meditazione, in particolare, è presentata sia come una delle pratiche salutistiche che allungano la durata della vita, sia come percorso – esoterico (via interna) ed essoterico (via esterna) – di matrice alchemica, per raggiungere l'immortalità.

Venendo alle diverse prospettive disciplinari adottate dagli autori, il primo articolo è di carattere storico e presenta una contestualizzazione delle pratiche yogiche del respiro, nelle comunità sufi occidentali. Vengono tracciate le caratteristiche storiche del sufismo occidentale, per poi inserirle nel contesto socio-culturale tardo-moderno. Vengono poi esposti alcuni contatti tra sufismo e yoga, per giungere ad estrapolare gli aspetti terapeutici delle pratiche di respirazione, in contesto sufi occidentale.

Il secondo articolo, partendo dalla nostra ricezione del concetto di *prana* e delle pratiche di *pranayama*, contestualizza lo yoga terapeutico, seguendo il metodo del dr. Bhole che evidenzia gli aspetti terapeutici della

respirazione yogica come esperienza vissuta. Espone poi un'applicazione concreta di tali tecniche yogiche terapeutiche, in un contesto medico occidentale, ne considera l'efficacia nella riabilitazione oncologica e riporta le testimonianze dirette di alcuni pazienti.

Nell'ultimo articolo, gli autori offrono una panoramica delle teorie legate al concetto di *qi*, all'interno del pensiero cinese di matrice taoista. Tale concetto viene poi inquadrato, nel corpus delle concezioni sistematizzate dalla medicina tradizionale cinese. La respirazione viene connotata in relazione al ruolo del polmone, nella fisiologia energetica di tale medicina. Alla funzione fisiologica del *qi*, si affianca quella spirituale e contemplativa.

Le diverse impostazioni disciplinari offerte dagli autori, fanno emergere lo scarto tra l'orizzonte epistemologico di queste discipline e quello della biomedicina moderna. In questo interstizio – pieno di tarli del pensiero – si situa la necessità di un punto di vista filosofico.

