

NOZIONI FONDAMENTALI SUI *JINGJIN* 经筋 (MTM)

I Meridiani Tendino Muscolari (MTM) sono un importante ed originale capitolo della Medicina Tradizionale Cinese (MTC); prendono il nome di **JING JIN** e sono ampiamente descritti nel Ling Shu al cap.13.

Prendono il nome del Meridiano Principale a cui sono legati seguito da «JING JIN». Per esempio, *zushaoyang dan jingjin* indica il MTM della Vescica Biliare.

I MTM sono 12 e rappresentano i muscoli attraversati dai Meridiani, essendo quindi un **sistema che non ha rapporto diretto con l'interno del corpo**. La loro funzione è di collegare lo scheletro, mantenere la coesione dell'insieme del corpo e comandare i movimenti delle articolazioni. Sono tragitti che partono dalle estremità degli arti e terminano a livello del tronco e della testa. I 3 MTM *yang* della mano terminano alla testa, i 3 MTM *yin* della mano raggiungono il torace, ma rispetto ai corrispondenti MP hanno il percorso inverso; i 3 MTM *yin* del piede arrivano alla regione pubica, i 3 MTM *yang* del piede arrivano alla zona zigomatica e hanno anche loro rispetto ai corrispondenti MP il percorso inverso.

Il campo di utilizzo dei MTM, specie nel Massaggio Cinese, va dai **disturbi motori ai dolori specie muscolari**.

NB. I pti dei MP in cui si inseriscono i MTM riportati in alcuni testi, servono solo a facilitare la localizzazione dei MTM, poiché questi non hanno punti, ma attraversano zone. Nonostante ciò, la stimolazione di alcuni punti può avere, come vedremo, una azione sui MTM stessi.

經

JING. Schema, via, traccia, corso d'acqua.

A sinistra 𠂔 *chì*, camminare lentamente, a piccoli passi.

A destra 罫 *jīng*, elemento fonetico. Probabilmente immagine di un telaio per la tessitura.

Oppure corsi d'acqua sotterranei. 川 *chuān* fiume sotterraneo sotto 一 *yī*, che in composizione rappresenta una superficie, la superficie della terra. 土 *rén*

rappresenterebbe una 人 *rén* persona in piedi sulla 土 *tǔ* terra.

I significati generali di *jīng* sono trama di un tessuto; strada tracciata da Nord a Sud; meridiano, longitudine; vaso di un corpo organico: arterie, vene, nervi; regola costante, legge immutabile, fissa; regolare, normale, ordinario, costante; libri canonici, confuciani, taoisti, buddisti; fare una traccia, delimitare un territorio; calcolare, combinare, disporre, regolare; governare, gestire, aver cura di; mestruo.

筋

JIN. Tendine, muscolo, fibra.

In alto 竹 *zhú*, bambù, articolazione.

In basso a sinistra 月 (肉) *ròu*, carne, pittogramma di una carcassa aperta.

In basso a destra 力 *lì*, forza, pittogramma di un tendine, potenza.

I significati generali di *jīn* sono tendini; muscoli; (raramente) nervi; forza muscolare, forza fisica.

I MTM hanno la localizzazione anatomica e il tragitto energetico più superficiale tra tutti i meridiani; nel loro decorso non penetrano mai a livello degli *zangfu*.

Lungo queste traiettorie superficiali circola per lo più uno specifico tipo energia (*Qi*) denominato *WEI QI* o *energia di difesa*.

I MTM giocano un ruolo di primaria importanza nella connessione fra struttura ossea e fasce muscolari articolari, in modo da garantire e regolare il movimento articolare.

Caratteristiche

Sono in numero di 12 come i MP, il loro decorso ha sempre una direzione centripeta. Iniziano tutti dal punto Jing distale (Jing-pozzo) del MP a cui si associano e da cui, come abbiamo visto, prendono il nome.

Nel loro decorso i MTM interessano non solo i tessuti tendinomuscolari ma anche la membrana che avvolge il muscolo, il suo tendine che funge da ancoraggio alle ossa permettendo così il movimento articolare, e i legamenti:

- I MTM della mano interesseranno polso, gomito, spalla;
- I MTM del piede interesseranno caviglia, ginocchio, anca.

Riportiamo i punti “di riunione” dei MTM:

- I 3 Yang del piede si riuniscono nella regione dello zigomo (**SI18** - ST3)
- I 3 Yin del piede si riuniscono a livello del pube (CV2 – **CV3** – CV4)
- I 3 Yang della mano si riuniscono a lato del cranio (**GB13** – ST8)
- I 3 Yin della mano si riuniscono nella regione ascellare (**GB22** – GB23)

.....

La sintomatologia di un tendino-muscolare si caratterizza per :

- Lesioni muscolari e/o tendinee conseguenti a traumi
- Crampi Muscolari, convulsioni ed epilessia.
- Attacchi da freddo o calore che provocano crampi e contratture.

- Paralisi come segno di crampo muscolare da attacco da freddo (importante la moxa).

Se il Meridiano muscolo-tendineo della vescica, per esempio, è disturbato, troveremo zone dolorose lungo il percorso del meridiano, ma mai dei disturbi della vescica. Se la vescica come viscere è disturbata allora lo squilibrio non è certamente nel meridiano tendineo-muscolare.

Il nome che di solito si usa, per esempio "Meridiano Muscolo-tendineo della vescica" (in cinese *zutaiyang jingjin*) è solo il nome del percorso per approssimazione. Lo usiamo solo per ricordare il percorso e quindi agevolare il compito per i principianti.

.....

APPROFONDIMENTI

MTM: loro sistema di organizzazione e di azione

I MTM sono molto superficiali. Essi non hanno alcun collegamento diretto con l'interno del corpo.

I MTM iniziano sempre dalla mano o dai piedi. Essi hanno collegamenti importanti con le grandi articolazioni degli arti superiori (polso, gomito, spalla) e degli arti inferiori (caviglia, ginocchio, dell'anca). Il loro tragitto è sempre ascendente.

I MTM collegano le parti che non sono attraversate dai Meridiani principali.

Formazione di un sistema specifico di "quattro unioni"

Il Ling Shu (capitolo 13) dichiara: "I tre MTM dei meridiani Yang del piede si riuniscono all'osso malare (mastoide zigomatica). I tre MTM Yin del piede si riuniscono ai genitali. I MTM Yang della mano si riuniscono ai lati del cranio. I tre MTM Yin della mano si riuniscono ai lati della gabbia toracica.

Ruolo patologico e terapeutico

I disturbi dei MTM si manifestano nelle regioni che attraversano, sono locali, interessano muscoli e tendini della regione della testa, del tronco e degli arti, con prurito, dolore e parestesie.

I disturbi dei MTM sono comunque influenzati, oltre che dal trattamento locale, anche dall'azione di punti dei canali principali relativi.

Tragitto dei MTM

Il tragitto di questi meridiani è diverso da quello dei *jingmai*. L'energia Wei, infatti, inizia a circolare sempre dai punti *jing*-pozzo, cioè all'angolo ungueale delle dita, per poi salire alla parte superiore del corpo. Essa circola nello *yang* di giorno, nello *yin* di notte.

Parte degli arti inferiori, si manifesta al suo arrivo con l'apertura delle palpebre.