

**“LE RADICI ed IL FLUSSO VITALE”**

*Silvia Marini*

**16 novembre 2008**



*“Dall'osservazione della vita emerge la  
realtà ineluttabile del mutamento:  
tutto cambia e si trasforma,  
niente permane identico a se stesso nel  
tempo”*



**SILVIA MARINI**

Via del Pastore, 18 - 57128 LI  
Recapito Cell. 349/6181156  
email: [giarmonia@libero.it](mailto:giarmonia@libero.it)

**PREMESSA:**

Per far comprendere meglio il senso che mi ha guidata nei casi che prenderò in esame nella parte “Diagnosi e Trattamento” è necessaria un’introduzione alla:

Relazione tra:

- il **Flusso Vitale**,
- e le nostre **Radici**.

Il Flusso Vitale può essere considerato l’origine e la somma totale di tutte le energie dell’Universo.

Il termine indica:

- PRANA per gli Indiani,
- CH’I o QI per i Cinesi,
- KI per i Giapponesi,
- PNEUMA per gli antichi Greci,

e si differenzia da “Energia” o “Respiro” comunemente usati in Occidente perché entrambi le parole esprimono un concetto meno vasto.

La forza del mutamento che sottende ogni forma di vita è stata chiamata dagli antichi Cinesi Qi «Soffio», è la vibrazione dell’Universo la forza vitale che nell’Uomo scorre, continuamente ed incessantemente, per irrorare e nutrire ogni parte dell’organismo. Quando, per un qualsiasi motivo, il libero scorrere e fluire risulta ostacolato, rallentato o bloccato avranno origine dei “luoghi” nei quali ci sarà accumulo o stagnazione di energia ed altri in cui ci sarà un’insufficienza della stessa. Si parlerà in seguito di disarmonie e disequilibri per intendere turbe energetiche, oppure in termini occidentali di patologie/malattie.

La caratteristica della vita è la sua capacità di attirare, accumulare e trasformare il Flusso Vitale per agire nell’ambiente interno e nella realtà esterna.

L’essenza del Flusso Vitale è data dall’attività, dalle trasformazioni, dalla forza, dal respiro, dall’idea di movimento e trasmutazione rappresentata dai Cinesi come oscillazione fra due poli opposti e complementari: Yin – Yang.

Aria, Acqua, alimenti, luce solare, sono riferibili ai veicoli attraverso i quali il Flusso Vitale si manifesta rendendo possibile la vita animale e vegetale. Nell’uomo è anche l’unione delle energie che lo animano: energia fisica, mentale, sentimentale, spirituale e la cui manifestazione è più percepibile nel Respiro.

Si denota a livello dell’individuo: l’importanza dei Piedi come strumenti necessari a soddisfare la natura del corpo umano nato per muoversi.

Vivere è movimento.

Il piede non è solo “una parte del nostro corpo con cui calzare le scarpe” ma è un mezzo per contattare il proprio flusso vitale, è una preziosa parte del nostro corpo che ci permette di stare eretti, camminare, correre, spostarci nelle direzioni con un connotato importante: è Radice della nostra forza e del nostro equilibrio<sup>①</sup>.

Forza ed equilibrio intese come qualità che hanno origine a livello posturale, mentale, organico, emozionale e energetico.

Se ci sono Radici forti il potenziale energetico di ogni individuo potrà fluire armoniosamente all'interno ed essere in piacevole risonanza con l'esterno.

Sempre più si fa strada la necessità di stare bene, con sé stessi e con gli altri, molte problematiche si creano per le difficoltà che abbiamo nel relazionarsi al proprio modo di essere, a quello delle persone con cui abbiamo contatto ed al mondo esterno in generale.

Nel nostro secolo, all'interno del contesto sociale è significativo l'aumento del manifestarsi di conflitti, rabbie, delusioni, apatia, stanchezza, disturbi e dolori di varia tipologia. Lo stress psicofisico è un termine usato comunemente in diagnosi mediche ed è da mettere in risalto come racchiude in sé molte disarmonie. “Stress” è tutto ciò che produce alterazione dell'equilibrio organico (fisiologico, nervoso e psicologico) determinando una condizione di malessere, di disagio e di tensione. La causa si riscontra nel doversi adattare a situazioni di vita non in sintonia con il proprio modo di essere.

Purtroppo gli automatismi, le nostre abitudini sedentarie, tensioni, pasti fugaci, orari da rispettare, ritmi non naturali ma frenetici, ecc., corrispondono ad un modo di respirare che impedisce il corretto accesso del flusso vitale dentro di noi. Inoltre, l'eredità energetica individuale donata al momento del concepimento e l'energia del cibo (Jing prenatale e postnatale) si consumano eccessivamente e precocemente perché si attinge con troppa rapidità a tutte le nostre risorse energetiche, senza la giusta tesaurizzazione. A tali situazioni di disequilibrio si aggiunge un ulteriore elemento aggravante: quotidianamente i nostri piedi sono costretti a stare “bloccati” dentro le scarpe, le quali molto spesso non consentono alcuna mobilità delle dita, dell'avampiede e frequentemente anche della caviglia.

Il non rispettare la mobilità articolare per cui il piede è strutturato fa nascere una degenerazione precoce che evidenzia conseguenze negative a danno della circolazione sanguigna/linfatica, della struttura ossea/tendino-muscolare, del sistema nervoso/endocrino/organico/percettivo e della capacità respiratoria. Tale degenerazione può creare una disarmonia a carico di tutta la struttura energetica dell'individuo.

Al giorno d'oggi difficilmente rivolgiamo la nostra attenzione all'importanza di respirare in maniera agiata e completa e forse non pensiamo mai al nostro essere composto da tante qualità diverse che formano una propria struttura energetica.

In aiuto allo scarso contatto con noi stessi ed alla mancata presa di coscienza dei disturbi di varia origine che si manifestano in ognuno di noi per fortuna arriva lo studio e l'utilizzo della Medicina Cinese.

- Nota: <sup>①</sup> v. pag. 5/20

L'aiuto che ci perviene è dato dall'osservazione millenaria<sup>②</sup> fatta dalla Tradizione Cinese la quale ha permesso di elaborare la **Medicina Cinese**: basata su una visione energetica dell'individuo che identifica negli Organi e Visceri (Zang – Fu) il centro del processo terapeutico ed i Canali Principali (Jing Mai) come una loro emanazione.

Per la Medicina Cinese, nell'ambito della patologia la sequenza dei Canali Principali che ha inizio con il Polmone e termina con il Fegato rappresenta anche la progressione della patologia dalla superficie alla profondità.

Significativa la sequenza fisiologica dei Canali Principali riferita ai Tre Livelli dell'Esistenza:

1° Liv. Sopravvivenza: “Affermazione del Sé” - respirare, mangiare/digerire, evacuare, riprodursi,  
\_ (Polmone, Intestino Crasso, Stomaco, Milza)

2° Liv. Interazione: “Il Sé in relazione agli altri” - percepisco il nutrimento in relazione al contesto sociale, comunico con gli altri, esprimo le mie passioni, nasce il bisogno di fare esperienza.  
\_ (Cuore, Intestino Tenue, Vescica, Reni)

3° Liv. Differenziazione: “Le Esperienze del mondo ci cambiano” – Si acquista caratteristiche in base all'esperienza fatta, gradualmente ognuno vive il proprio destino e si differenzia, nasce il bisogno di riflettere ed elaborare il vissuto \_  
\_ (Ministro del Cuore, Triplice Riscaldatore, Vescicola Biliare, Fegato)

Si ha quindi la circolarità degli eventi nella vita in genere e nella vita di tutti i giorni secondo la quale dall'essermi relazionato, imparo, traggo esperienza e ricavo consapevolezza. Per esprimere il concetto usando i termini dei “Tre Livelli dell'Esistenza”: la semplice sopravvivenza si trasforma in un tipo di sopravvivenza che si muove verso il sociale, orientata dall'esperienza fatta nell'interagire con se stessi e con gli altri. La differenziazione, che ne consegue, fa intraprendere direzioni diverse e promuove dei cambiamenti nella CONSAPEVOLEZZA.

*“La saggezza orienta il nostro muoverci nel mondo” (Hiroshi/Rei).*

I Canali possono essere considerati come un linguaggio che descrive il nostro modo specifico di vedere, di comprendere e di rapportarci con il mondo. Simbolicamente se associamo i Canali a mappe stradali, quando guardiamo al corpo di una persona possiamo trovare quali sono le strade percorse più frequentemente (tanto da divenire autostrade) e quali sono invece quelle evitate o trascurate.

L'osservazione dei Canali (emanazione degli Organi e Visceri) ci indica quali siano le priorità della vita. Le priorità determinano quali Canali tendono ad essere in eccesso. Le cose che non vediamo o che non riteniamo importanti ci indicano quali canali sono facilmente in deficit. In termini energetici si può dire quali sono i Canali in una condizione di eccesso o di deficit.

Ogni malattia è un venir meno del fisiologico movimento dell' energia, Qi <sup>③</sup>.

La salute non è un “luogo”, la salute è un processo, un processo verso una condizione di maggior consapevolezza. Se non riusciamo a percepire il senso, la direzione della nostra vita, questo rappresenta già uno stato di non salute che con il tempo si potrà tradurre in vera e propria malattia.

- Nota: <sup>②</sup>, <sup>③</sup>, v. pag. 5/20

Possiamo focalizzarci sulla guarigione come un muoverci verso un “qualcosa” che si identifica con la nostra vera natura, la nostra vera origine: Qi primordiale (descritto come qualcosa di chiaro, sottile e incontaminato, di estremamente puro).

Nella tradizione della Medicina Cinese scopriamo un panorama in cui la natura dell'Individuo è in stretta relazione con l'ambiente che lo circonda ed ha valore fondamentale l'Armonia.

Gli organi di senso, la mente ed il Cuore ci permettono di avere un contatto con il mondo esterno, con gli schemi percettivi interni e con la sfera delle emozioni e sentimenti. Si delinea il concetto di salute fisica / mentale / energetica in base al rapporto armonico dell'Uomo con gli Elementi della Natura ④.

L'individuo viene visto nel suo panorama energetico personale, unico, distinto da tutti gli altri.

Note:

① *Per molte persone l'espressione “radice della nostra forza e del nostro equilibrio” apparirà come una considerazione lontana dalla nostra realtà, ma se solo per un attimo proviamo ad immaginare gli Indiani d'America delle Grandi Pianure nella Danza del Sole tutto è più delineato. All'interno di un grande cerchio piantano un albero che simboleggia il Grande Spirito – La Madre Terra ( quanto vive su di essa, esseri umani compresi) e celebrano L'Uomo che deve avere Radici ben piantate nella Madre Terra se vuole davvero tendere i suoi “rami” verso l' “Alto” (di cui è parte) ed è abbassandosi che riuscirà veramente ad innalzarsi. Similare la tradizione Orientale Cinese/Giapponese di onorare e ringraziare il Cielo - Yang/Padre Creatore e la Terra-Yin/Madre che dona Nutrimento.*

② *Nell'epoca ZHOU (1100-221 a.C.) degli Stati Combattenti (475-221) si hanno i primi testi di Medicina Cinese scritti che siano stati ritrovati.*

③ *Qi: significato letterale «soffi».*

*Qi: energia, in senso generale esprime la forza caratterizzata dal movimento, dal cambiamento, dalla continua trasformazione; viene definito come forza vitale, la forza del cambiamento che si esprime nella circolarità come “un'onda che temina là dove era iniziata” (il continuo fluire della vita può essere osservato come il risultato del moto di crescita, sviluppo, compimento). Qi è la vita stessa che è di per sé movimento e trasformazione.*

④ *Significativa la simbologia Cinese in cui:*

*Il Cuore è “l'Imperatore” che parte alla conquista del mondo – sede della vitalità spirituale, governa il sangue ed i vasi sanguigni, si apre alla lingua, controlla la sudorazione,*

*il Ministro del Cuore “l'Ambasciatore” che trasmette la volontà del Cuore e lo protegge – armonizza la sessualità (tra Cuore: sessualità psico-affettiva e Reni: sessualità fisica),*

*il Fegato “ il Generale” che crea i piani e le strategie operative – regola il flusso del sangue (immagazzina e distribuisce il sangue armonizzando l’elasticità di tendini e muscoli), si apre agli occhi,*

*la Vescicola Biliare “il Comandante” che deve avere la giusta capacità di scelta – regola la bile (immagazzina e distribuisce la bile con influenza sul processo digestivo, insieme al Fegato controlla l’elasticità di tendini e muscoli),*

*la Milza “l’Organizzatore” che struttura un pensiero logico e presiede all’organizzazione in modo coerente – insieme a Stomaco “Radice del Cielo Posteriore”, controlla il sangue (contribuisce alla formazione del sangue ed a contenerlo nei vasi sanguigni, provvede alla termoregolazione di tutto il corpo), responsabile della tonicità dei tessuti, si apre alla bocca/labbra,*

*i Reni “Colui che agisce”, che presiede alla capacità di tradurre in azione piani e progetti – “Radice del Cielo Anteriore” (Jing), sede della vitalità fisica, governano le Acque (insieme alla Vescica Urinaria controllano e regolano i liquidi del corpo), ad essi sono collegate ossa/denti e midollo spinale: midollo osseo e cervello, si aprono all’utero/ano e orecchie,*

*il Polmone “lanciatore di Energia”, immagazzina i dati per distribuirli a seconda dei bisogni del momento, governa l’Energia e la respirazione, svolge azione protettiva dai fattori patogeni esterni, si apre al naso ed ha azione sulla voce.*

*Per comprendere l’importanza del legame tra la fisiologia degli Organi e relativo aspetto psichico è necessario introdurre il concetto di Shen.*

*SHEN: termine intraducibile, associato al significato di Spiriti, Mente, Principio Divino o Infinito. Shen a livello energetico è un aspetto di vibrazione pura e sottile. Gli Shen in termini di patrimonio universale (Grande Shen) accomunano tutti gli esseri viventi, si radicano nel singolo individuo, nel Cuore (Piccolo Shen), ne guidano l’orientamento nel corso della vita rivolto a seguire la propria natura ed a portare a compimento il proprio destino.*

*Facendo riferimento all’aspetto emozionale del Cuore-Shen Ming:*

*“lo Shen è il direttore d’orchestra, Hun, Yi, Zhi, Po,  
sono i vari strumenti che suonano la sintonia della vita “*

*SHEN MING – aspetto Shen del Cuore- Equanimità*

*HUN – aspetto Shen del Fegato- Ideazione, Capacità di espressione,*

*YI – aspetto Shen della Milza- Razionalità, Capacità di strutturazione, Intento,*

*ZHI – aspetto Shen del Rene- Volontà, Capacità di Agire,*

*PO – aspetto Shen del Polmone- Memoria delle informazioni, Amministrazione, Espressione di forza di vita inconscia.*

*“Shen è la consapevolezza che splende negli occhi quando siamo davvero svegli”*

**SHIATSU: applicazioni e correlazioni**

La Medicina Cinese applicata all’Arte dello Shiatsu riesce ad essere un valido aiuto ed in alcuni casi risolutiva, sotto tanti aspetti: disequilibri a livello psicofisico, somatizzazioni, disagi emozionali, disarmonie e patologie in generale che caratterizzano i nostri tempi.

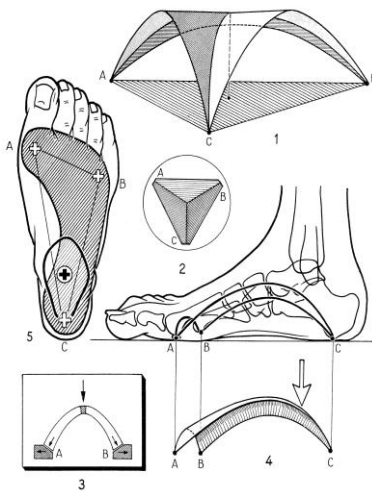
Il manifestarsi di malattie nell’ottica della Medicina Cinese è in stretta connessione alla visione di “blocco” energetico, per la Rigenerazione Posturale (secondo il metodo Françoise Berlette®) è una degenerazione che si è innescata a livello osseo, articolare, respiratorio perché ha trovato parti deboli dei muscoli, tendini e legamenti, zone del corpo non elastiche e poco ossigenate. Importante mettere in luce come tutto è collegato (aspetto psichico, fisico, emozionale, spirituale, energetico) e come è fondamentale:

- \_ il movimento per permettere che avvengano le naturali trasformazioni,
- \_ avere dei piedi ben radicati che generino movimenti corretti.

Da notare l’analogia tra la Medicina Cinese con la sua applicazione nello Shiatsu e la Rigenerazione Posturale/Articolare/Respiratoria (fig. 1 e fig. 2 ).

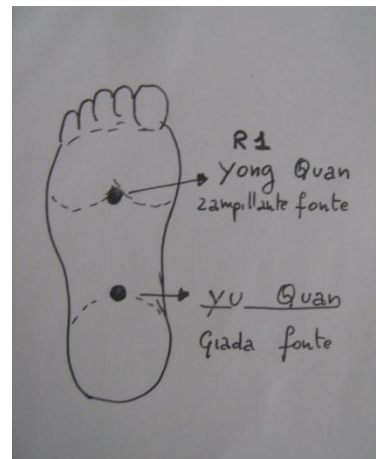
Nel piede si evidenzia la corrispondenza tra:

➤ **RIGENERAZIONE POSTURALE**



**Fig. 1 – I 3 ARCHI del PIEDE**  
I tre Pilastri posturali che generano i tre Archi del piede:  
struttura architettonica portante del peso del nostro corpo

➤ **STRUTTURA ENERGETICA**



**Fig. 2 – Canale Principale: RENE**  
Punto R 1 primario – Fonte Zampillante  
Punto R 1 secondario – Sorgente di Giada

- *Nota:* ⑤ v. pag. 8/20

Secondo la Rigenerazione Posturale/Articolare/Respiratoria:

*l'architettura del piede è una struttura ad archi con tre punti denominati Pilastrini del piede, solo tramite l'appoggio saldo del piede nei tre punti possono esistere gli archi (in questo caso gli stessi punti divengono Pilastrini di tutto il corpo). Se i tre punti hanno un contatto forte con la terra determinano il regolare uso di tutto il corpo in agilità, forza, estensione, flessione, rotazione, tutte le articolazioni sono mobili, il bacino permette che avvenga naturalmente la respirazione diaframmatica<sup>⑤</sup> e del perineo, la colonna vertebrale ha il giusto spazio intervertebrale necessario al movimento ed alla staticità, il cranio<sup>⑦</sup> riesce ad avere una posizione ossea corretta rispetto al resto del corpo, il sistema sensoriale riesce ad attivare i giusti schemi mentali percettivi e mantenere l'equilibrio senza sforzo.*

Secondo la Medicina Cinese:

Punto R 1 primario – Fonte Zampillante

*Si trova tra la 2<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> articolazione metatarso-falangea e corrisponde alla posizione centrale dell'arco trasversale (fig.1) costituito tramite l'appoggio dei due pilastrini dell'avanpiede a-b.*

Punto R 1 secondario – Sorgente di Giada

*Si trova alla base del tallone e corrisponde alla stessa posizione in cui si colloca il pilastrino del corpo che fa riferimento all'arco interno e esterno per mezzo del pilastrino c, indicato dalla crocetta di colore nero (fig.1).*

*Fonte Zampillante e Sorgente di Giada hanno un'azione importante nel richiamare il Qi verso il basso e armonizzare l'asse della vita Cuore - Reni – rispettivamente elemento Fuoco – Acqua.*

Note:

*⑤ Françoise Berlette, figlia ed erede spirituale di André Van Lysebeth, vive a Roma dove dirige con qualificata competenza i corsi professionali dell'EFOA University (European Federation Oriental Arts). F. Berlette si è formata all'insegnamento dell'Hatha Yoga negli anni settanta presso la scuola del padre in Belgio. Dalla sua lunga esperienza di lavoro nel settore dello Yoga ha avuto l'occasione di confrontarsi con tutte le problematiche posturali e nel corso degli anni ha ideato una nuova metodologia di Rigenerazione Articolare, Respiratoria e Posturale che insegna ormai da più di 15 anni. La particolarità di questa metodologia è di lavorare sulle radici degli squilibri grazie a delle tecniche basate sulla ristrutturazione degli schemi mentali che il nostro corpo utilizza per realizzare i suoi movimenti o atteggiamenti posturali. L'applicazione di tale Rigenerazione consente di prevenire, migliorare o risolvere condizioni di squilibri e dolori articolari. L'approccio olistico trasmesso dallo Yoga, ha permesso anche di capire la globalità della struttura articolare del corpo e del suo rapporto con il dinamismo vitale e psicologico.*

- Note: ⑥, ⑦, v. pag. 9/20



**Note:**

⑥ *Il Diaframma (fig. 3) nella Medicina Tradizionale Cinese è detto «la porta fra il Cielo e la Terra», dove in questo caso il Cielo indica la parte superiore del corpo e le energie cosmiche / la Terra indica la parte inferiore del corpo e le energie terrestri. Grazie alla mobilità del diaframma (fig. 4), ad ogni respiro, colleghiamo «il Cielo con la Terra», lo Yin con lo Yang, l'alto con il basso, la sfera mentale con le radici.*

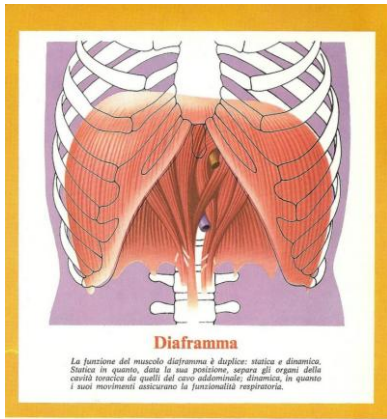


Fig. 3 – Il DIAFRAMMA

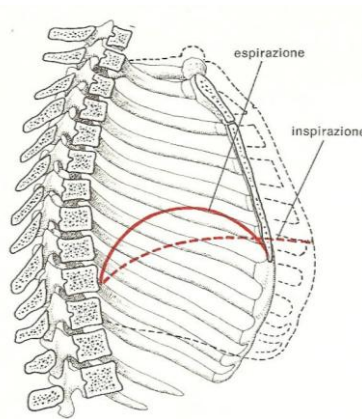
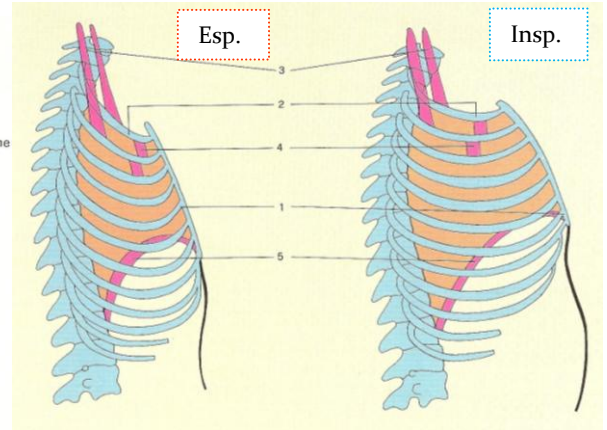


Fig. 4 – La MOBILITA' del DIAFRAMMA in inspirazione/espiazione



⑦ *Anche le ossa craniche hanno una micro mobilità generata dall'onda del respiro (fig. 5).*

*Il corpo può rimanere alcune settimane senza cibo, alcuni giorni senza bere, alcuni minuti senza respirare e addirittura nemmeno un attimo senza il prana.*

*A livello fisiologico la respirazione ha una funzione biologica del tutto originale perché è sotto il comando di due diversi sistemi nervosi: il sistema nervoso autonomo o vegetativo e il sistema nervoso centrale o volontario.*

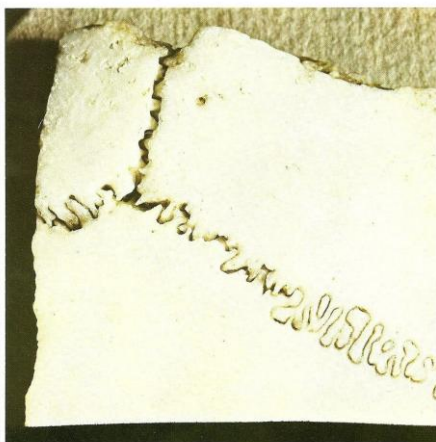


Fig. 5 – Le SUTURE del CRANIO ed il respiro fonte di vita

*L'uomo passa gran parte della sua vita respirando in modo involontario, il primo passo da compiere sarà portare a livello della consapevolezza la nostra respirazione autonoma per imparare a modellarla riattivando le fibre nervose del sistema centrale responsabili dell'azione motoria dei muscoli respiratori. La respirazione addominale prevale negli animali, nei neonati e nelle persone adulte se sono in uno stato di tranquillità. Esiste una connessione stretta tra respirazione e attività emotiva: se siamo in preda all'angoscia la respirazione diventa ritmica, corta se invece siamo calmi la respirazione sarà regolare e lenta. Rendendo armonioso il nostro respiro creeremo una risposta simile a livello emotivo. Una respirazione diaframmatica libera ed armoniosa porterà al buon funzionamento di tutto l'organismo.*

**DIAGNOSI e TRATTAMENTO:**

Per evidenziare aspetti concreti di quanto espresso fin'ora, ho scelto un caso per ogni anno di lavoro, di seguito una sintesi delle schede di ognuno:

**Anno:** 2004/05

**Dati Personali e storia clinica:**

✚ Il Sig. L. P., età 60 anni, statura 1,70 cm., peso 80 Kg., nazionalità francese, corporatura robusta, da circa sette anni era affetto da Parkinsons all'arto superiore destro.

**Terapia farmacologica:** non menzionata.

**Frequenza trattamenti:** N.1 appuntamento settimanale, ci accordammo per fare almeno 10 trattamenti.

**Diagnosi energetica globale:** L'Acqua (Rene-Vescica, R-V) non controlla il Fuoco (Cuore-Intestino Tenue, C-IT / Ministro del Cuore-Triplice Riscaldatore, MC-TR) che divampa il alto con segni di vento interno (Fegato-Vescicola Biliare, F-VB).

**Scelta di Trattamento:** Per i primi trattamenti (n. 2-3) decisi di concentrarmi sui pidi per aiutare a far scendere l'energia, sui Canali di Principali di Fegato (F) / Rene (R).

L'intenzione era di trattare l'organo interessato alla patologia e l'aspetto emozionale (fegato-rene-cuore), rafforzando anche il livello energetico Jue Yin (F-MC). Dal 3° trattamento in poi, di sostegno al lavoro fatto su F e MC aggiunti anche il Canale di Polmone (P) per liberare il petto, Vescicola Biliare (VB) per equilibrare l'elemento Legno (F-VB), Triplice Focolare (TR) per equilibrare l'elemento Fuoco Secondario (MC-TR). Secondo il Ciclo di Generazione della Teoria dei 5 Elementi rafforzai:

\_ la madre del Legno: l'Acqua (R-V) in particolare lavorando il Canale di Rene in tonificazione,  
\_ il figlio del Legno: il Fuoco trattando Cuore e Intestino Tenue (C-IT) in dispersione, (MC e TR già inseriti nella traccia precedente). Successivamente abbinai il trattamento della Terra (figlio del Fuoco, Milza e Stomaco/M-S) per armonizzarla, favorire trasformazione e radicamento.

**Altri segni e osservazioni:** Nell'arco dei trattamenti era emerso come il Fegato aveva divampato in alto con tutta la sua forza, infatti il Sig. L. raccontò che la malattia iniziò per una brutta arrabbiatura sul lavoro da cui non si riprese più. Inoltre disse che da quel momento si era sempre più chiuso un sé stesso.

**Considerazioni Finali:** Le prime due volte che il Sig. L. si presentò ai trattamenti era veramente di poche parole, al termine salutava con l'espressione serena nel viso. Fin dal 1° trattamento, il Sig. L. si abbandonava e assopiva, nell'arco di tempo del trattamento l'arto destro iniziava a ridurre le vibrazioni fino a fermarsi, poi riprendeva con un ritmo minore fino a fermarsi di nuovo, e così via. Quando ci salutavamo le prime volte le sollecitazioni del braccio ricominciavano dopo breve tempo.

Dal 3° trattamento al 5°-6° i tempi (in cui l'arto interessato alla patologia si fermava) si erano dilatati sia durante che dopo il trattamento, al termine ringraziava fortemente e sempre con vivacità, aveva una bella luce negli occhi ed era molto tranquillo.

Al 10° il sig. L. si muoveva con più disinvolture, non aveva necessità di tenersi continuamente fermo il braccio con l'altra mano, camminava con maggiore stabilità e armonia.

\_ In ogni trattamento, è stata singolare la sensibilità del Sig. L. nel percepire la mia mano, sia quando stavo per posarla sul suo corpo nella fase iniziale di presa di contatto, sia nella fase conclusiva che rendevo sempre molto lenta e delicata.

Successivamente abbiamo ripetuto dei trattamenti di mantenimento.

**Anno:** 2005

**Dati Personali e storia clinica:**

✚ Il Sig. F. C., età 52 anni, altezza 1,90, peso 90 Kg., da circa quattro mesi aveva una parestesia alle dita del piede sinistro. Il fastidio era iniziato come un formicolio saltuario all'alluce, poi si era esteso al 2° dito, al 3°, al 4°, fino al mignolo. Il fastidio era divenuto una completa insensibilità delle dita e della zona limitrofa all'alluce. Il consiglio medico era di operare togliendo una parte del nervo estensore/flessore dell'alluce.

**Terapia Farmacologica:** Analgesici e antinfiammatori in compressa, iniezioni Voltaren/Muscoril.

**Frequenza trattamenti:** N.2 appuntamenti settimanali per le prime due settimane, successivamente N.1 appuntamento settimanale. Ci accordammo per verificare un eventuale cambiamento della situazione nell'arco di tre settimane.

**Diagnosi energetica globale:** Deficit di sangue che coinvolge Cuore (C), Fegato (F), Milza (M), disarmonia dello Shao Yin (Rene-Cuore), eccesso di Qi del Fegato, disequilibrio della Cistifellea (VB).

**Altri segni e osservazioni:** Dall'anamnesi risultò che da anni aveva: rigidità alle ginocchia, alla schiena, episodi di insonnia, crampi notturni. La costituzione molto robusta e slanciata sembrava debole ai piedi, anche se erano ben proporzionati. Evidente uno scorretto appoggio dell'avampiede con conseguente mancato uso delle dita (fig. 6 - pag.12). Caratterialmente si denotava la tendenza a parlare molto.

**Scelta di Trattamento:** Nei primi trattamenti assecondai la comodità di posizione supina del Sig. F. ed iniziai dai pidi in particolare dal sinistro cercando di stimolare tutte le articolazioni delle dita (falange/falangina/falangetta, metatarso) dedicando del tempo all'attaccatura delle unghie con l'intenzione di attivare la connessione tra i punti di arrivo e partenza dei Canali Principali (Milza-M, Fegato-F, Stomaco-S, Vescicola Biliare-VB, Vescica Urinaria-V). – *Lavoro dei Punti Jing Pozzo*, per stimolare sulle estremità l'azione a percepire ed assumere la consapevolezza del movimento.

Feci attenzione a stimolare avampiede, caviglia e ginocchio tramite i Canali Yin: R,F,M; per lavorare sul deficit di sangue e *rinforzare lo Yin* (R1, 2, 3, 6, 7, 10 – F3, 6, 8 – M1, 2, 3, 6, 9, 10). – Radicamento, Azione sulla Postura.

Al 3°-4° trattamento iniziò a recuperare una apprezzabile sensibilità al 4° e 5° dito e riferiva un minore formicolio intorno alla zona articolare dell'alluce. F. decise di continuare le sedute. Iniziammo a svolgere i trattamenti anche in posizione prona e sul fianco, in tal modo fù possibile lavorare con tecnica digitopressoria sui *Punti Shu del dorso* – legame con i Canali Tendino Muscolari associati al movimento.

In abbinamento tecniche di: stretching e percussione per la muscolatura della schiena, microtrazione, mobilizzazione Bacino/Gambe/Piedi; trattamento dei Punti Mu del torace in particolare di C,R,F,M.

**Considerazioni Finali:**

Il Sig. F. all'8° trattamento aveva riacquisito la completa sensibilità del piede sinistro, le zone contratte della schiena si erano rilasciate e elasticizzate, la mobilità degli arti inferiori era migliorata, la deambulazione rivelava una modalità più fluida, l'insonnia si verificava sporadicamente.

Il lavoro del Sig. F. comportava due/tre turni di notte alla settimana ed il Fegato si era predisposto ad avere disarmonie. Il riequilibrio generale dello Yin rispetto allo Yang aveva agito non solo a livello di sangue/Qi, alto/basso, addome/dorso ma aveva anche permesso di ripristinare il ritmo sonno-veglia. Significativi i punti:

- \_ R7, particolarmente sensibile al trattamento, ha avuto un'azione importante nel tonificare i Reni e riequilibrare l'asse Cuore-Reni, ridurre i dolori lombari,
- \_ F3, inizialmente insensibile al trattamento si è aperto poco a poco nell'arco dei trattamenti, ha agito sulla regolazione del Fegato e Vescicola Biliare,
- \_ M6, molto dolorante da ambedue i lati, stimolato delicatamente aiutava a riprendere la percezione dei piedi, ha permesso di nutrire il sangue, diminuire l'agitazione mentale, favorire l'attività del Fegato.

Notevole la recettività del Sig. F. al lavoro: dei punti *Jing Pozzo* (stimolazione delle estremità per muoverci nel mondo) unito a quello per rinforzare lo *Yin* (postura, centralità) ed alla sinergia con il trattamento dei *Punti Shu del dorso* (movimento, azione).

Il Sig. F. regolarmente da tre anni ha continuato cicli di trattamenti, in particolare per tenere sotto controllo la schiena (con cadenza variabile di N.1 appuntamento ogni 20/30 gg.), senza accusare disturbi importanti.

Fig. 6 - 7 -8- 9 - RAPPORTO tra la posizione dei PIEDI e la STRUTTURA POSTURALE

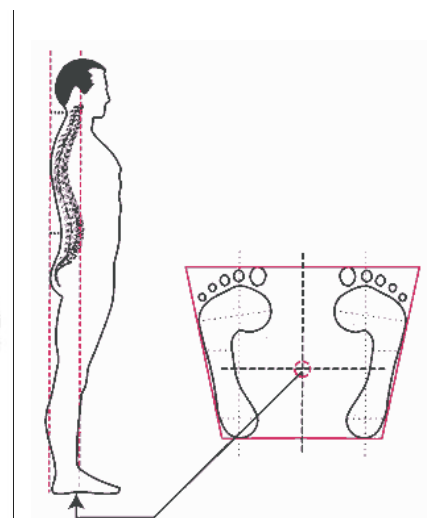
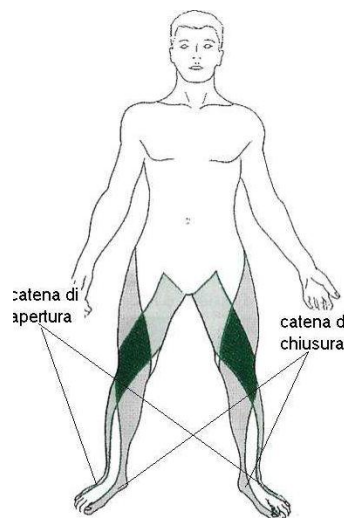


Fig. 6 - Arti Inferiori: SBILANCIAMENTO POSTURALE

Fig. 7 - Arti Inferiori: SBILANCIAMENTO POSTURALE

Fig. 8 - Arti Inferiori: EQUILIBRIO Catene di Apertura/Chiusura

Fig. 9 - Corretta posizione dei Piedi e di tutto il Corpo: EQUILIBRIO POSTURALE

**Anno:** 2005/06

**Dati Personali e storia clinica:**

✚ Il Sig. C. R., età 46 anni, altezza 1,77, peso 74 Kg., si presentò per fare dei trattamenti perché si sentiva stressato mentalmente. Sul lavoro aveva un ruolo di responsabilità e potere decisionale, attingeva molto ad ogni sua risorsa. Nel racconto spontaneo affermò di avere un aumento della suscettibilità con maggiori episodi di rabbia, a volte la zona intercostale destra dolorante (Fegato).

**Terapia farmacologica:** Analgesici per mal di testa e tensione allo stomaco, al bisogno.

**Frequenza trattamenti:** N.1 appuntamento a cadenza settimanale.

**Diagnosi energetica globale:** Disarmonia Yin-Yang per eccesso di Yang. Predisposizione ad attingere troppo alle risorse: primordiale - Jing prenatale-Reni e del cibo - postnatale-Stomaco/Milza, deficit di Rene (R), eccesso di Fegato (F).

**Altri segni e osservazioni:** Evidente nella vita quotidiana, per lavoro, la necessità dell'approccio mentale e calcolatore, l'aspetto di richiesta alla volontà, bisogno di azione e di capacità di scelta che gravava a carico dei: Reni-R, Vescicola Biliare-VB, Milza-M, Cuore-C, Ministro del Cuore-MC e che provocava collera, agitazione, instabilità, impazienza (Fegato-F).

Riguardo ai 6 Livelli Energetici sembrava essere una costituzione in cui prevaleva l'aspetto Shao Yang (atteggiamento fisico marziale/sportivo/instancabile, dinamico, senso di giustizia) con in corso una disarmonia data da eccesso di Yang. Si intuiva l'eccesso di Yang per l'iperattività mentale rispetto a quella fisica, dopo i primi trattamenti le rigidità articolari emerse al tatto confermarono l'ipotesi.

Il Sig. C. nel camminare manteneva i piedi ben separati tra loro e paralleli, delineando un portamento all'apparenza equilibrato. In realtà, a livello posturale: la deambulazione era compensatoria tra la gamba destra e sinistra, il piede destro appoggiava più sul lato esterno e le ginocchia avevano predisposizione a rivolgersi all'esterno (fig.7 - pag.12).

**Scelta di Trattamento:** Per i primi trattamenti (2-4) decisi di trattare la schiena con i punti Shu e Shen del dorso per fare trattamento e diagnosi allo stesso tempo.

Dedicai ampio spazio al trattamento dei *pedi* per favorire la discesa del Qi.

La parte dorsale nella zona del diaframma / Fegato / V. Biliare appariva contratta e la zona renale stanca.

L'intenzione era di liberare il torace, aiutare l'armonizzazione della sfera psico-emotiva rinforzando i Reni, equilibrare il Fegato, abbassare lo Yang portando radicamento. Probabilmente l'Acqua (Reni/Vescica) non riusciva a nutrire bene il Legno (Fegato/Vescicola Biliare).

Decisi di trattare il Sig. C. tramite i Punti Shu Antichi data la loro localizzazione sulle articolazioni (Mano-gomito / Piede-ginocchio) a supporto del livello Shao Yang (Vescicola Biliare-Triplice Focolare): inizialmente feci particolare attenzione ai punti Shu Antichi dei Canali Yin per armonizzare lo Yin con lo Yang ed agire sul sangue per armonizzarlo con il Qi, volevo aiutare la diffusione dell'energia del Canale Principale di Polmone (P), Ministro del Cuore (MC), Cuore (C), ed armonizzare i Canali Yin del basso con quelli dell'alto tramite Fegato (F), Milza (M), Rene (R).

Per armonizzare l'aspetto psico-emotivo stimolai i punti Shen del Dorso sul ramo esterno di Vescica.

Al 4° trattamento lo Shao Yang era migliorato: il Fuoco della passione, passione che permette il movimento era mitigato dal Vento e questo intervento conduceva al saper dirigere le azioni con più armonia, senza permettere che il Fuoco divampasse (arrabbiature diminuite).

Il miglioramento emergeva a livello fisico per la maggiore elasticità delle giunture interessate al decorso dei Canali VB/TR ma anche nella sfera psico-emotiva legata alla capacità di scelta.

Al 5° trattamento, al tatto era evidente un blocco del ginocchio sinistro. Il Sig. C. mi spiegò di aver già programmato un'operazione al menisco sinistro da effettuare entro due mesi. I legamenti crociati interni/esterni e anteriori erano sofferenti ma non sembravano compromessi, la funzionalità di estensione/flessione ridotta ad un 50%. La zona interna del ginocchio al tatto era calda in superficie e l'infiammazione sembrava profonda.

Concentrai i successivi 5 trattamenti al recupero della mobilità del ginocchio sinistro tramite il riequilibrio posturale dei piedi e l'attivazione dei Canali Yin e Yang delle gambe.

Al bisogno trattai accuratamente la zona cervicale, unendo l'intenzione di alleviare il dolore localizzato settima vertebra cervicale/muscolatura trapezi al lavoro iniziato per salvaguardare il ginocchio sinistro (V11 – punto riunione Ossa e Articolazioni/Canali Yang, V12 – “Porta del Vento” /Collegamento VG).

Il quadro generale era in miglioramento e necessitava armonizzare la coppia Zang-Fu Milza-Stomaco per aiutare le trasformazioni e diminuire la resistenza al cambiamento che mi sembrava di percepire.

### **Considerazioni Finali:**

Dopo 4 trattamenti le zone articolari trattate erano molto migliorate, favorendo un respiro più ampio e naturale. Di conseguenza il carico mentale era sollevato, probabilmente anche per il maggior apporto di sangue ossigenato ai tessuti.

Gli spazi intercostali avevano una migliore elasticità, la zona interessata al Fegato era decongestionata.

Al 10° trattamento il ginocchio sinistro aveva riacquisito una completa mobilità non solo nel camminare ma anche nel correre e saltare. Lo Yang si era armonizzato con lo Yin, il Legno (Fegato, Vescicola Biliare) con il figlio Fuoco (in particolare Cuore, Ministro del Cuore, Triplice Focolare), con il nipote Terra (Milza, Stomaco), ma soprattutto con la madre Acqua (Reni/Vescica).

La posizione sia del piede destro che sinistro era corretta:

- \_pianta del piede in linea con caviglia/ginocchio/anca,
- \_giusto equilibrio delle catene muscolari (fig.8-9 - pag.12).

Significativa l'azione dei punti:

- \_S36, M9, VB34, per l'azione locale e profonda sulle ginocchia: dolore, gonfiore, tendini e muscoli.
- \_ MC6, V44 (“Palazzo dello Shen”) per l'armonizzazione del Cuore a livello emotivo.

A distanza di tre anni i benefici acquisiti dal Sig. C. attualmente sono stati mantenuti.

**Anno:** 2007

**Dati Personali e storia clinica:**

- ✚ La Sig.ra S. S., età 60 anni, altezza 1,66, peso 60 Kg., da circa quattro mesi lamentava: forti dolori all' anca destra che si irradiavano fino al ginocchio e frequente lombalgia. La stanchezza generale aumentava ogni giorno. Alla spalla destra aveva una periartrite che periodicamente si accentuava, caviglia e polso/gomito del lato sinistro a volte dolenti perché traumatizzati in un incidente accaduto l'anno prima (2006), il coccige con la posizione tendente ad orizzontalizzarsi verso destra per una brutta caduta avvenuta da piccola.

**Terapia farmacologica:** Regularizzatore minzione.

**Frequenza trattamenti:** N.1 appuntamento a cadenza settimanale per i primi 5/6 trattamenti, successivamente ogni 10/15 giorni.

**Diagnosi energetica globale:** Deficit di: Rene-R (Rene Yang), Vescica Urinaria-V, Qi di Polmone.

**Altri segni e osservazioni:** La Sig.ra S. per lavoro aveva necessità di entrare sempre in empatia con le persone (psicanalista) e nella vita privata spesso doveva occuparsi della nipote di tenera età. La predisposizione era di avere sempre un approccio molto razionale alle situazioni (anche se ben equilibrato da una spiccata sensibilità). Questo mi indicava di indagare la Terra (Milza/Stomaco) per valutare se controllava troppo l'Acqua (Reni/Vescica).

Infatti, il legame Terra-Acqua con il “sociale” è molto significativo: la Milza (Terra) è associata al sociale – il Rene (Acqua) è associato al Sé. Di conseguenza, per una persona come la Sig. S. che ha un'intensa e impegnativa attività di contatto personale con gli altri poteva essersi creata la condizione in cui il sociale (Milza) tende a controllare troppo il Sé (Rene).

I dolori intensi e profondi dell'anca e del ginocchio destro erano probabilmente una conseguenza compensatoria del disequilibrio con il lato sinistro e tutta la struttura posturale era compromessa da una tendenza al valgismo di entrambi i piedi (fig.10/a - pag.17). Il colorito della pelle piuttosto chiaro e la figura longilinea mi faceva pensare ad una tipologia Metallo (Polmone-P, Intestino Crasso-IC) ma l'ipotesi di una fragilità ossea, la tendenza alla stanchezza cronica, la predisposizione ad incurvare il dorso ed il primo grande trauma avvenuto al coccige da piccola, mi portava ad osservare la tipologia più aderente all'Acqua (Reni-R, Vescica Urinaria-V).

**Scelta di Trattamento:** Considerando che le zone traumatizzate erano molte e con picchi di dolore ricorrente, decisi di iniziare i trattamenti alla Sig.ra S. lavorando sui Canali Straordinari (Qi Mai) e sul riequilibrio dell'appoggio dei piedi. Sospettavo un deficit di Qi di Polmone. L'intenzione era di aiutare l'armonizzazione generale iniziando dalla struttura energetica più profonda. Avevo stabilito di dare precedenza al trattamento del Canale Principale di Polmone e del Canale Straordinario Dai Mai. Il Polmone: per favorire l'abbassamento del Qi ai Reni, il Dai Mai: per aiutare lo sblocco del Vaso Cintura, in modo da favorire il flusso energetico di tutti gli altri Canali e di conseguenza iniziare a decongestionare la lombalgia. Nei primi 3-4 trattamenti abbinai al lavoro sul Dai Mai il trattamento dello Yang Wei sia per utilizzare la sinergia dei due Canali, sia per agire localmente su articolazioni (caviglie / ginocchia / anche / spalle) e zona cervicale attraverso il suo decorso (Yang Wei). Inoltre, a sostegno ho trattato lo Yang Qiao perché tra i Canali Straordinari in generale è quello associato alla postura e alle articolazioni.

Il punto di Apertura del Dai Mai (VB41) era sempre tanto dolente sia a sinistra che a destra e mantenevo la pressione molto leggera, al 5° trattamento iniziò ad essere più recettivo ed i dolori del lato destro (ginocchio/anca/spalla) erano molto diminuiti, le articolazioni erano più mobili e più equilibrate con il lato sinistro, il respiro si manifestava più in profondità - infatti il movimento dato dal respiro alla gabbia toracica riusciva ad arrivare alla zona del Triplice Riscaldatore Inferiore (TRi), nonostante che nella zona del plesso solare ci fossero degli spasmi -.

Nei trattamenti svolti, a supporto di quanto indicato, avevo inserito: le “Porte della Terra” per aiutare il fluire energetico verso il basso e lo scioglimento dell’articolazione coxo-femorale, tecniche di mobilizzazione dei piedi e caviglie, ascolto dell’onda cranio sacrale, tecnica di Rigenerazione Posturale/Articolare/Respiratoria: leggera trazione, microscillazione, flessione/estensione delle gambe per elasticizzare la muscolatura dello psoas-iliaco.

La Sig.ra S. al 5° incontro disse che le era stato diagnosticato un indebolimento della Vescica, soffriva di minzione molto frequente da cinque anni ed era costretta a rispettare la somministrazione giornaliera di un farmaco per regolare la funzionalità urinaria.

Era necessario tonificare la coppia Zang-Fu: Vescica e Reni. Trattai i punti Yuan e di tonificazione della Vescica Urinaria (V64, V67) e di Rene (R3, R7) con supporto di alcuni punti degli altri Straordinari: Yin e Yang Qiao, Ren Mai, Du Mai. Per attivare il Qi di Polmone stimolai il corrispettivo Punto Shu del dorso (V13).

A seconda della richiesta della Sig.ra S. trattai con tecnica di leggero frizionamento viso/collo per far rilasciare tensioni della mascella inferiore e tensioni perioculari.

### **Considerazioni Finali:**

Il miglioramento della capacità respiratoria, avvenuto a metà del ciclo dei trattamenti, è da riferire:

\_alla immediata risposta di sblocco del Dai Mai contattando contemporaneamente VB29 e IT10 (punti comuni a Yang Wei e Yang Qiao),

\_al punto di Apertura dello Yang Wei (TR5) efficace per la sua azione specifica e per la localizzazione - TR5 essendo in prossimità del polso, specie nell’esercitare una lieve pressione a sinistra, ha aiutato molto tutto l’arto superiore a liberarsi da blocchi e rigidità del trauma avuto.

Un punto significativo di:

\_ Du Mai è stato il Ming Men (VG4 “Porta del Destino” o “Cancello della Vita”), per attivare lo Yang di Reni, per l’astenia, per i dolori lombari e per l’incontinenza urinaria,

\_ Ren Mai è stato VC15 (“Coda di Gazza”) per favorire il collegamento fra Du Mai e Ren Mai.

L’insieme delle stimolazioni ha dato sollievo a tutto il corpo, ricreando le condizioni necessarie a respirare in modo più completo (respirazione clavicolare / toracica / diaframmatica / addominale / posteriore). Il Triplice Riscaldatore risultava equilibrato nel suo livello Superiore/Medio/Inferiore.

Nell’arco del ciclo di trattamenti, mi proposi di fare attenzione alle eventuali risposte sul Canale Principale di Rene e Vescica ma in particolare di ascoltare i punti di Apertura e Sblocco di Yin Qiao (ap. R6 “Mare dell’Illuminazione”, sb. R8 “Fiducia”) e Yang Qiao (ap. e inizio V62 “Shen”, sb. V59 “Yang del piede”). Per contattare i punti R6, R7 occorre un tempo adeguato affinché si aprissero al trattamento. In particolare:

\_ R6 è stato molto efficace per iniziare a ricreare l’arco plantare interno sinistro che era completamente ceduto (fig.10/a-c, pag. 17).



Al 10° trattamento la Sig.ra S. si sentiva più energica e serena. Il sollevare pesi, con le dovute cautele, non era più un problema, l'umore durante la giornata era notevolmente migliorato, non aveva più bisogno di antidolorifici e neanche della terapia farmacologica per la vescica.

La tecnica di Rigenerazione: ha permesso gradualmente di decontrarre e sciogliere la muscolatura gambe/bacino/zona lombare, ha stimolato il sistema percettivo a ricostruire il naturale schema mentale di utilizzo equilibrato degli arti inferiori e superiori, ha aiutato a ricreare elasticità e tono.

Nell'arco di un anno e mezzo, la Sig.ra S. ha mantenuto i benefici acquisiti.

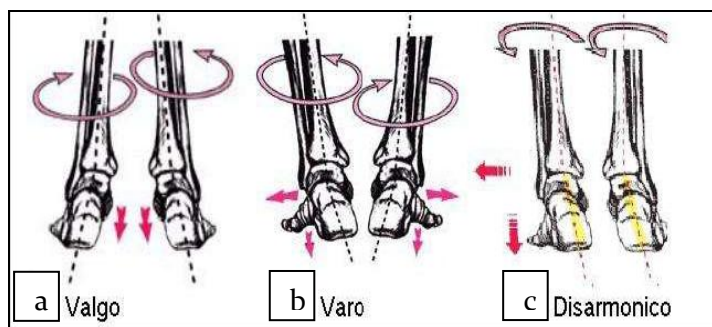


Fig. 10 - Valutazione del PIEDE:  
SBILANCIAMENTO POSTURALE

Dai piedi il Sistema Nervoso Centrale riceve una gran quantità di informazioni che elaborate in tempo reale e combinate con le informazioni provenienti dalle altre entrate sono usate nella scelta delle strategie posturali. Il piede ha un triplice ruolo: recettore in quanto raccoglie i dati che poi trasmette al sistema nervoso, attuttore

perché tramite variazioni di forza modifica il suo stato e quello di tutto il corpo, adattatore perché modifica forma e posizione per compensare squilibri propri o di recettori posti più in alto: occhio e denti.

**Anno:** 2008

**Dati Personali e storia clinica:**

- ✚ La Sig.ra L. M., età 49 anni, altezza 1,66, peso 74 Kg., da circa tre anni lamentava un aggravamento dello squilibrio mestruale (mestruo doloroso e abbondante), predisposizione a formare cisti funzionali ovariche ogni 12/18 mesi, fibromi uterini, dispnea, emicrania (frontale e tempie), stipsi, tendenza ad aumentare di peso nonostante la ridotta e regolata alimentazione, episodi di insonnia. A metà mese di marzo 2008 aveva una ciste ovarica di 4 cm. di diametro ed alcuni fibromi all'utero. Sospesi farmaci anticoncezionali perché non tollerati.

**Terapia farmacologica:** Da tre anni: terapia ormonale anticoncezionale, antiemorragici, regolatori funzionalità intestinale/lassativi.

**Frequenza trattamenti:** N. 1 / 2 appuntamenti a cadenza settimanale per i primi due mesi (da marzo a maggio), successivamente N.1 / 2 appuntamenti al mese.

**Diagnosi energetica globale:** Deficit di Milza, eccesso di umidità, Stasi di Qi di Fegato, Deficit di Cuore, conseguente disarmonia di Stomaco, Intestino Tenue, Polmone debole nell'abbassare il Qi ai Reni e all'Intestino Crasso.

**Altri segni e osservazioni:** La Sig. L. era costretta per lavoro a stare 8/9 ore seduta e rispettare turni notturni. Fin dal menarca aveva avuto squilibri mestruali (ciclo lungo, flusso abbondante, metrorragia, mestruo doloroso) e tendenza alle massificazioni (emorroidi, cisti ovariche, fibromi, coaguli nel mestruo).

Tendenza ad un leggero sbilanciamento posturale dovuto alla posizione a volte disarmonica dei piedi (fig.10/c) conseguente a trauma legamenti crociati anteriori del ginocchio destro e sinistro. Predisposizione costituzionale ad accumulo su addome/fianchi. Al tatto la zona: ormonale e del sistema eliminatorio in forte pieno sia anteriore che posteriormente. Ceduta la zona di Rene nell'interno coscia.

Era necessario iniziare ad eliminare umidità, aiutare il sistema endocrino, attivare lo Yang.

**Scelta di Trattamento:** Marzo/08 - Data la tendenza a massificare ed accumulare al Vaso Cintura era necessario trattare il Dai Mai per favorire lo sblocco dei ristagni alla cintura, aiutare il rilascio delle tensioni addominali, predisporre la zona a non accumulare ulteriormente, agire sulla stipsi.

Il Punto di Apertura Dai Mai (VB41) era sempre molto dolente da ambedue i lati - lavorandolo verso l'esterno (con l'intenzione di espellere fuori ristagni) la reazione aumentava ma poco a poco si apriva - unito ai punti di VB sul fianco (VB26, 27, 28). La zona sotto l'ombelico e sul Canale di Stomaco (da ST25 a ST28) era molto tesa e presentava delle massificazioni granulari in particolare sul lato destro. Con estrema delicatezza feci dei trattamenti locali mirati a disperdere i granuli con digitopressione in senso circolare verso l'esterno.

Per aiutare il sistema endocrino e ormonale focalizzai l'asse: ipofisi / tiroide / pancreas / surrene. Iniziai dal trattamento delle ghiandole surrenali / ovaie / metabolismo tramite ST30 con tecnica manuale senza ottenere risultati. Cambiando tecnica sullo stesso punto, utilizzando la Moxa (conetti) l'addome si sgonfiava visibilmente per 2/3 giorni, segno che l'umidità iniziava ad essere espulsa. Successivamente trattai VC12 (p. MU di Stomaco e riunione dei 6 visceri), per stimolare l'attività pancreatica e attivare il metabolismo, S9 per la tiroide, V1 per l'ipofisi e sistema ormonale.

Per equilibrare il Sangue e l'attività della Milza dedicai attenzione al trattamento del Canale Principale di Milza e Stomaco, Ministro del Cuore e Cuore:

- \_ Canale di M: molto dolente e vuoto nelle gambe, specie alle giunture (arco plantare interno / caviglie / ginocchia / inguine), trattato in particolare M4 e M8,
- \_ Canale di S: pieno lungo il decorso delle gambe (specialmente al quadricipite destro) e della zona addominale,
- \_ Canali di MC e C: variabili. Punti di rilievo: MC3 sempre molto dolente, MC7 di grande sblocco toracico ed emotivo.

Canali e punti indicati sono stati trattati con tecnica pressoria. Inoltre, il Canale di Stomaco: zona muscolatura quadricipite, gamba destra e sinistra, è stato trattato anche tramite tecnica posturale di elasticizzazione. Tecnica in cui: si attiva la mobilità articolare delle dita dei piedi (falange / falangina / falangetta) e del metatarso, si facilita l'allungamento del tendine di achille, partendo dall'apertura dello spazio tra ogni dita del piede si ricrea una migliore mobilità delle caviglie.

Per tonificare l'utero e gli organi genitali feci dei trattamenti di supporto tramite la stimolazione pressoria dei forami sacrali; per attivare lo Yang: VG14; dei punti Luo di R e V (R4, V58) per agire sulla disarmonia del sangue e favorire il trasporto del Qi, di alcuni punti dello Yang Qiao per agire sulle acque e sistema ormonale (in particolare V62-p.apertura, IC15-p. efficace su intestino-stitichezza / utero-mestruo, ST9, V1).

La traccia di trattamento espressa fin'ora si è applicata per due mesi, fino a maggio 2008.

Considerazioni a Maggio '08 - Miglioramenti evidenti: diminuito il deficit di Milza -tessuti con minore ristagno di liquidi e conseguente perdita di peso (circa 2 Kg.), addome con minore gonfiore e tensione, mestruo meno doloroso (ancora ciclo lungo e coaguli nel sangue), principio di attivazione della peristalsi intestinale, diminuiti gli episodi di insonnia, dispnea, emicrania. Permane gonfiore al torace con particolare tensione del plesso solare.

La muscolatura delle gambe, in generale, presenta maggiore tono ed elasticità.

Giugno '08 - Ripetuti trattamenti: del Dai Mai (come descritto), dei Canali Principali di Milza - Stomaco in particolare sulle gambe e di Stomaco in zona addominale (da S25 a S28, come descritto), di IC15 oltre all'azione rivolta all'intestino e utero, anche per sbloccare il petto. A supporto: trattamento di Vescicola Biliare nella zona intercostale fino al gluteo (da VB22 a VB30) per smuovere la fascia laterale della gabbia toracica ed unire insieme la stimolazione di punti efficaci per le affezioni ginecologiche, di VC12 trattato con moxibustione (conetti) per liberare i ristagni al torace.

Applicata a supporto dei trattamenti: tecnica delicata di Rigenerazione Posturale / Articolare / Respiratoria \_ sostenendo le cavilgie: microscillazione delle gambe per elasticizzare la muscolatura delle gambe e dell'addome con effetti riflessi sulla catena posturale posteriore (dalla mascella inferiore alle dita dei piedi).

Considerazioni a Giugno '08 - Polmone e Reni più forti, diminuita ulteriormente la tensione addominale con minime massificazioni granulari, minore oppressione toracica, miglioramento della peristalsi intestinale, ristabilito il ritmo sonno-veglia, raramente emicrania, minore spossatezza.

La muscolatura delle gambe e dell'addome risulta più equilibrata e funzionale.

Luglio-Agosto '08 – Indisponibilità della Sig. ra L. a stabilire programma appuntamenti.

Settembre '08 - Trattamento di moxibustione (conetti) a M1 e digitopressione a M8 per mestruo con fenomeno emorragico. Successivamente è stato necessario fare dei trattamenti di attivazione dello Yang per rinnovare la funzionalità digestiva / intestinale ed aiutare il metabolismo:

- \_ V10: per attivare e agevolare la discesa dello Yang dall'alto a tutto il corpo (p. Finestra del Cielo),
- \_ S9, VC12, S30: per stimolare l'attività ghiandolare rispettivamente di: tiroide, pancreas, surrene,
- \_ P1: per far scendere il Qi verso l'Intestino Crasso (p. Mu di Polmone), in abbinamento a P2 e P4,
- \_ S21: per agire sulla digestione ed evacuazione, decongestionare la zona del plesso solare,
- \_ S25: per stimolare l'attività degli intestini (p. Mu di Intestino Crasso), favorire la “comunicazione Cielo/Terra”,
- \_ S29, M8: per l'azione sinergica dei due punti sull'utero e sull'armonizzare il ciclo mestruale (S29 efficace per i problemi agli organi genitali / M8 efficace per regolarizzare il sangue).

**Considerazioni Finali:**

Scomparsa delle cisti ovariche, riduzione dei fibromi uterini, attivata la peristalsi intestinale (sospesi lassativi), maggiore energia in tutto il corpo, ciclo mestruale da regolarizzare (assenza di dolori, minore durata, tendente ad anticipare), zona addominale e lombare fredde da armonizzare.

Ripristinato l'equilibrio posturale degli archi plantari di ambedue i piedi, ricreato un uso migliore delle cavilgie, attivato l'uso della fascia laterale interna ed esterna delle gambe, migliorata la forza nelle ginocchia, migliorata la stabilità nel camminare, acquisizione della posizione seduta correttamente.

Apprezzabile il miglioramento generale della sfera psico-emotiva.

Attualmente è in corso un programma di trattamenti.

## CONCLUSIONI:

Nei casi scelti, presi in esame, ogni volta è stata forte l'osservazione posturale correlata alla struttura energetica dell'individuo. Il fondere i due aspetti in diagnosi e trattamento permette di realizzare i massimi risultati e consente di mantenere i benefici nel tempo.

Un altro fattore che risulta sempre evidente è l'importanza di far attraversare il corpo dall'onda del respiro, avere radici forti per elevarsi al cielo e per muoversi in armonia.

Mediante il trattamento Shiatsu in cui trova applicazione la Medicina Cinese, è possibile dare valore ad ogni persona rispettando il suo rapporto con sé stessa, con gli altri e con il mondo in cui vive. Un aspetto fondamentale dello Shiatsu è che consente di aiutare il riequilibrio energetico dell'individuo nella sua unicità. Queste qualità mi hanno affascinata e motivata fin'ora a scoprire sempre più un qualcosa di me, degli altri e delle dinamiche naturali. A tutt'oggi mi alimentano la voglia di migliorare come persona e mi inducono a non smettere mai di pensare che c'è sempre qualcosa da imparare, non solo sui libri ma anche dalla vita e dalle esperienze degli altri. Ogni volta che inizio un trattamento mi pongo l'obiettivo di risvegliare il potenziale energetico e di auto-guarigione della persona che in quel momento si affida alle mie cure.

Ciascun trattamento è sempre diverso e unico. L'aspetto che maggiormente risalta è l'autenticità di ogni istante di condivisione tra operatore e ricevente. Il comunicare attraverso il tatto, nel silenzio del trattamento, è una sorta di scambio che avviene spontaneamente ogni volta. Da parte dell'operatore l'apertura del cuore, l'ascolto del proprio respiro e della persona che si affida alle sue mani, la volontà di entrare in un'unica armonia ed il predisporre a percepire le zone del corpo che rispondono alle stimolazioni date, genera una condivisione irripetibile con il ricevente. Colui che ha scelto di affidarsi a ricevere un trattamento, con una disposizione di animo aperto al fluire, tramite le mani dell'operatore riesce a contattare parti di sé.

Spesso il trattamento assume delle caratteristiche meditative, come se si creasse un'atmosfera di dialogo interiore tra due persone. Ogni volta è un fluire di emozioni e sensazioni che si sprigionano liberamente in un susseguirsi che coinvolge entrambe le persone. Sono ancora sorpresa come ogni volta anche in un breve trattamento si crea un contatto simile ad un viaggio insieme.

Il buon esito di un singolo trattamento o di un ciclo di trattamenti a mio avviso nasce, sia dall'apertura del cuore e dall'instaurare un rapporto di fiducia e interazione, sia dall'esperienza diretta e dal continuo studio, approfondimento e aggiornamento in materia. E' necessario il documentarsi ed applicare le nozioni apprese con la massima sensibilità. Il coltivare e sviluppare doti percettive in unione alle conoscenze è essenziale per raggiungere i migliori risultati.

*Colgo l'occasione per ringraziare i miei insegnanti:  
Hiroshi Nozaki e Rei Inouè,  
Piera Donati, Franco Bottalo, Gioachino Allasia.  
Un ringraziamento particolare lo rivolgo ai  
i miei genitori.*

*Silvia Marini*