



COSTELLAZIONI

ASSEMBLEA SOCI C.O.S. E AGGIORNAMENTO OPERATORI

RIMINI – VIA PLAVA, 4
C/O "La Porta dello Shen"

Programma:

sabato dalle 10:00 alle 13.00 e dalle 14.00
alle 17:00

domenica dalle 10:00 alle 14:00

seminario condotto da Franco
Bottalo "Il Cammino dell'Anima"

sabato dalle 17:00 alle 19:00
assemblea associati c.o.s.

ordine del giorno:

1. relazione del presidente sulle
attività istituzionali
2. approvazione bilancio
consuntivo e preventivo
3. varie ed eventuali

Dalle 19:00 alle 20:30 seguirà l'assemblea
delle scuole associate ASSI



Secondo il calendario lunare cinese, il 14 febbraio 2010 inizierà l'anno della Tigre che terminerà il 2 febbraio 2011. La Tigre è il terzo dei dodici segni del calendario cinese e rappresenta essenzialmente il coraggio. Gli antichi cinesi riverivano l'intrepida tigre come segno capace di proteggere la loro casa dai tre più grandi pericoli che potessero incomberci: il fuoco, i ladri e soprattutto i fantasmi. Buon anno della Tigre a tutti.



Cari Soci ed Associati, **Franco Castellaccio** pensavamo di farvi gli auguri di Natale tramite il giornale, ma purtroppo non ce l'abbiamo fatta. Come ben capirete, causa gli impegni di ognuno di noi e non essendo dei giornalisti professionisti, la redazione di una seppur piccola rivista non è semplice. Ma eccoci qui. Abbiamo pensato di dedicare questo numero in massima parte al Convegno che si è svolto a Rimini dal 24 al 27 settembre scorso in modo che chi non ha potuto essere presente venga reso partecipe delle attività messe in atto dalle nostre Associazioni COS e ASSI

E' doveroso, oltre che sentito, ringraziare tutti coloro che si sono adoperati per la riuscita della manifestazione. Un grazie particolare va a Mirella che pur non essendo nel direttivo né di Assi né del Cos, ha sacrificato parte delle sue ferie per collaborare ed è stata il trait-d'union tra l'organizzazione e la struttura alberghiera che ci ha ospitato, facendo sì che il tutto andasse nel miglior modo possibile. Così come un sentito grazie va a Wilma "paparazzo" ufficiale ed alla sempre sorridente Manuela presente in ogni situazione. Grazie anche a Maurizio Parini che gentilmente ha messo a disposizione e commentato i filmati riguardanti Mario Vatrini e Masunaga. Ovviamente ringrazio anche tutti i membri dei Consigli Direttivi del Cos e di Assi che con il loro lavoro sono stati gli artefici di un qualcosa di veramente speciale. Da ultimo, ma non per ultimo un grazie "non ordinario e sottile" da parte di tutti a Mario Vatrini, a cui era dedicato il Convegno e, che con la sua "silenziosa" presenza ci è stato vicino.

Chi c'era ha notato che la manifestazione, oltre momenti di lavoro, di scambio, di pratica, di relazione, è stata anche un momento di festa culminato con la "particolare" serata danzante del sabato sera.

Ampi stralci del tutto (stiamo cercando di fare un dvd e ringraziamo Emiliano per le riprese) li potrete leggere nelle pagine di questa rivista.

"Quale Shiatsu per il terzo millennio", questo era il titolo della tavola rotonda che si è svolta la domenica mattina, in un clima di grande apertura e collaborazione e che ha visto la gradita presenza e partecipazione di Douglas Gattini, presidente della IAS (Interassociazioni Arti per la Salute); Giuseppe Montanini presidente della FIS (Federazione Italiana Shiatsu); Francesca Bonsignori vicepresidente della FNSS (Federazione Nazionale Scuole Shiatsu); Maurizio Bastini vicepresidente APOS (Associazione Professionale Operatori Shiatsu); Franco Pasi presidente ASSI (Associazione Scuole Shiatsu Italiane) nonché "deus ex macchina" del Convegno ed il sottoscritto presidente del COS (Collegio Operatori Shiatsu).

Ciò che mi preme sottolineare e che a mio avviso potrebbe aver segnato una svolta epocale nel mondo dello Shiatsu, tra le altre argomentazioni, è l'esigenza emersa (molto sentita da tutti) di "unificazione" del mondo dello Shiatsu. Posso senz'altro affermare che nel convegno di Rimini è stata per così dire posta la prima pietra di quella casa comune che rappresenti lo shiatsu e che ci prefiggiamo di costruire.

Come ASSI e come COS abbiamo scritto un documento al riguardo, che abbiamo poi presentato anche in altri convegni e che di seguito riportiamo:

Guidare "è" essere guidati **Una proposta dal Convegno nazionale di ASSI**

Nei giorni 24/25/26 e 27 settembre, a Rimini, si è svolto il 1° Convegno Nazionale di ASSI – Associazione delle Scuole di Shiatsu Italiane, in occasione del decennale della fondazione. Il

convegno, in collaborazione con il C.O.S. – Collegio Operatori Shiatsu, era dedicato a Mario Vatrini, grande maestro per tutti oltre che amico personale per molti di noi. Il suo ricordo ancora ci accompagna e la sua figura nel nostro mondo è sempre motivo di spunti di riflessione nel nostro percorso professionale e umano.

Siamo molto contenti di questo nostro convegno, la partecipazione è stata ampia e la soddisfazione non è stata da meno. E' stato un bel momento di crescita professionale per la ricchezza dei contributi espressa dai relatori nei loro interventi e, nello stesso tempo, una bella festa per tutti, per aver avuto la possibilità di ritrovarci e di stare insieme, di intessere nuovi rapporti d'amicizia e di rinnovarne di più antichi che solo occasioni come questa ci danno la possibilità di ribercorrere.



Ed è stato anche un bel momento di riflessione sullo spirito dello Shiatsu, fornita proprio dall'occasione del condividere il ricordo di Mario e dell'impronta che ha lasciato anche con tutti coloro che non hanno avuto la grande fortuna di incrociarlo lungo il proprio cammino.

Di una cosa in particolare, però, ci sentiamo di andar fieri. Nella giornata di domenica, a conclusione del Convegno e in occasione della tavola rotonda che ha visto presenti, oltre ad ASSI e COS, le rappresentanze di molte altre sigle (I.A.S. – F.I.S. – FNSS – APOS), ha preso corpo, del tutto spontaneamente, l'esigenza di una proposta di unità del nostro mondo che ha lasciato tutti noi particolarmente entusiasti.

Non si è trattato di un'esigenza in qualche modo "annunciata", il tutto è venuto fuori con molta leggerezza e con molta spontaneità. Però possiamo dire che di certo si tratta di un'esigenza fortemente sentita. E forse anche da tanto, vista la particolare accoglienza all'interno del Convegno e visto tutto il movimento che si è avviato subito dopo il Convegno stesso, fatto di "carteggi" e di ampie dichiarazioni di disponibilità a percorsi finalmente unitari.

Da parte nostra, come ASSI e come COS, non intendiamo di certo porre già fin d'ora delle pregiudiziali a questo fenomeno che ha preso l'avvio, certo però ci sentiamo di proporre almeno qualche spunto di riflessione al dibattito che sta cominciando a prendere corso.

In primo luogo rileviamo con molto interesse che la proposta di cui abbiamo detto oltre ad essere spontanea nasce "dalla base", come si usava dire un tempo. Questo fatto, a nostro avviso, garantisce oltre ogni misura la sincerità della proposta, nel senso che dietro non c'è proprio alcun disegno strumentale da parte di chicchessia ma solo un'esigenza diffusa a presentarsi nelle situazioni che ci competono come un'unica grande famiglia di persone che amano lo shiatsu e che lo studiano lo trasmettono e lo praticano con entusiasmo e passione, dando il meglio delle loro possibilità.

E' fin troppo evidente che nei confronti delle famigerate e ormai mitiche "istituzioni" un atteggiamento fortemente unitario, quanto meno su alcuni principi basilari, non farebbe che aumentare la nostra credibilità e la nostra forza. Ci viene anche da pensare che questo discorso possa valere ed essere importante anche nei confronti dell'utenza (a più livelli: quelli che dello shiatsu ne fruiscono e gli studenti delle scuole di formazione) garantendola almeno minimamente da un punto di vista qualitativo.

Oltre a rilevare che ci troviamo di fronte ad una proposta assolutamente non strumentale ci sembra poi importante anche ribadire che nella misura in cui continua ad essere presente questa spinta che parte dal basso, e quindi ad esserci la partecipazione attiva delle nostre realtà di base (studenti e operatori nelle loro rispettive specificità), questo fatto può garantire almeno un minimo di controllo all'operare delle persone più responsabilmente impegnate e a superare qualche scoglio in questo nuovo percorso.

Di questo siamo fortemente convinti e proprio partendo da questo principio intendiamo muoverci, mettendoci completamente in gioco con tutta la nostra credibilità e la nostra storia.

Sappiamo però anche bene che se il mondo dello shiatsu oggi si presenta con tutte le divisioni rappresentate dalle sue innumerevoli sigle associative, questo non è dovuto né al caso né a strani voleri del cielo. Sono state proprio le nostre storie personali e collettive che ci hanno portato a dar vita ad una scuola di formazione o ad una associazione di operatori piuttosto che ad un'altra.

Anche se poi il fatto di appartenervi, soprattutto per le nuove generazioni, spesso può essere frutto di scelte estremamente casuali.

Detto questo però sappiamo che alcune questioni e alcune differenze esistono e rappresentano un fatto non secondario. Talvolta hanno il valore di questioni e di scelte fondamentali e non possono essere superate da un semplice sforzo di volontà. Se non si tratta di pure e semplici ambizioni personali rappresentano la propria identità e sappiamo che in ogni forma identitaria sono presenti nello stesso tempo limite e ricchezza. E' qualcosa che possiamo rilevare anche in ogni singolo individuo, ciascuno di noi esprime, attraverso la propria identità personale, il limite individuale e la ricchezza della propria diversità.

Quello che conta, partendo da questa consapevolezza, è noi come questa condizione viene



ad essere gestita, se con stupidità o con intelligenza. A nostro avviso un modo intelligente di gestirla sta nell'imparare a superare con onestà il proprio limite e nel condividere con animo generoso la ricchezza propria e altrui in modo costruttivo. Questo è il punto dal quale ci sembra indispensabile partire.

Allora pensiamo forse poco fattibile partire da subito con scioglimenti e rifondazioni. Ci sembra che si correrebbe il rischio di aggregarci oggi per disaggregarci già dopodomani. Dobbiamo partire da quello che siamo, tenendoci ben cara la nostra storia e la nostra identità culturale e associativa. Però con la disponibilità a confrontarla e a verificarla, in una parola a metterla completamente in gioco.

In questo percorso riteniamo che formule di tipo federativo possano essere le più adatte in questo momento particolare. Da qui possiamo iniziare, creando un'unità di intenti su alcuni temi importanti e con questa unità presentarci fin da subito dove le situazioni lo richiedono.

Pensiamo però che questo processo non si debba svolgere nel chiuso delle segreterie e dei direttivi ma che vada svolto il più possibile alla luce del sole per garantire a tutti trasparenza e possibilità di partecipazione. Non possiamo mai dimenticare che le segreterie e i direttivi, che sono poi di fatto le strutture più concretamente operative, non sono centri di potere ma gestiscono semplicemente un mandato. Che è quello di lavorare al meglio per le persone che rappresentano.

Per ritornare al titolo del nostro Convegno, guidare coincide anche con l'essere guidati, né più né meno. Del resto anche l'amico Mario Vatrini, nel suo prezioso libro "Strategie di Shiatsu" ci aveva già da tempo messi sull'avviso: il significato letterale di "Sensei" è semplicemente quello di essere nato prima. E' sicuramente un fatto importante ma anche di questo fatto imparare a riconoscerne il limite significa capirne tutta la ricchezza.

A.S.S.I.
Franco Pasi



C.O.S.
Franco Castellaccio



Una prima riunione è stata fatta e a breve ne seguirà un'altra. Contiamo comunque in occasione delle Assemblee di ASSI e del COS che si terranno a Rimini il 20 marzo (in cui ci auguriamo di vedervi numerosi), di informarvi sugli sviluppi di questo nuovo grande progetto.





Intervista a Yvonne Muraglia

di Luana Gardellin

Nel corso del convegno abbiamo avuto il piacere di ospitare e incontrare Yvonne Muraglia e di scambiare con lei "2 chiacchiere" ...intanto la presentiamo:

Laureatasi con una tesi in filosofia orientale nel 1973 e diplomatasi a Tokio al centro lokai del maestro Shizuto Masunaga nel 1982, si dedica negli anni alla pratica del buddismo Theravada, alla macrobiotica frequentando i corsi di Micho Kushi a Boston; dopo aver insegnato a Città del Messico e a San Francisco, nel 1986 è a Parigi per frequentare i corsi di agopuntura del prof. J. Marc Kespi e nel 1988 è a Singapore per apprendere il Qi- Gong e approfondire lo studio dell'agopuntura; successivamente si diploma presso lo Hong Kong Institute of Acupuncture e il Chinese Acupuncture and Cauterization Centre di Singapore. Dal 1992 dirige la Scuola di Shiatsu e Arti Energetiche Te Hara a Rovereto (TN) mantenendo in essa il legame originario con la tradizione giapponese

D- Dopo un percorso del genere la prima domanda forse è un po' ovvia ma ci piacerebbe saper come ti sei avvicinata allo shiatsu

R- Per caso....avevo lavorato, in Italia, con una donna che curava i malati di cancro con la macrobiotica, ed è stata un'ottima palestra, mi ha aperto la mente a tecniche orientali, a terminologie che a quei tempi non erano conosciute..Subito dopo questo periodo sono andata in America, vivevo a Berkeley, ho comperato un libro di shiatsu e ho cominciato a premermi e funzionava; il primo corso che ho trovato in giro l'ho fatto, era uno della Macrobiotica di Boston, quando sono tornata in Italia, era il 1976, mi sono presentata a casa di Minani (un amico di Yugi) a Milano e gli ho chiesto un trattamento, è stato bravissimo. I giapponesi sono precisi nelle tecniche e creativi, prendono idee dagli altri ma le sviluppano e le modificano da farne delle nuove creazioni. Hanno preso i meridiani dalla MTC, la pressione dell' Anma e ne hanno fatto un metodo: lo shiatsu.

D- Come coniughi l'uso dei punti con lo stile lokai?

R- Mi arrabbio, a volte, quando penso che nello shiatsu italiano è stato sottolineato l'uso dei punti...Ma è digitopressione non è shiatsu!

Certo lo shiatsu è "pressione con le dita" ma il Maestro Masunaga spiega che nell'evoluzione è stato introdotto il gomito, il ginocchio oltre all'uso del palmo e del pollice che erano gli strumenti tradizionali dello shiatsu, si tratta di un lavoro sul corpo inteso nel suo intero, anche se ha male in una sua parte è comunque tutto il corpo che soffre. In occidente si tende a curare la parte che fa male quando è, invece, l'intero che ne risente.

D- I punti in MTC non si riferiscono solo a parti anatomiche, sono dei campi vibrazionali più ampi e in questo senso vengono usati all'interno di un trattamento, pensi sia possibile questo gioco d'insieme?

R- Sì, certo, per fare questo tipo di lavoro bisogna conoscere bene la medicina tradizionale cinese, i punti shu antichi, e fare dei collegamenti di tipo medico che sono diversi dai principi dello shiatsu.... nello shiatsu usiamo l'istinto, educato ma naturale.

D- Come metti insieme l'istinto delle mani e la conoscenza dei punti dell'MTC nei tuoi trattamenti?

R- Se G.I.4 mi dice "premimi" non lo ignoro ma vado a vedere tutto il meridiano anche sulla gamba. Il punto G.I.4 mi avvisa che c'è una situazione che non va ma il trattamento va sempre rivolto al Kyo e al Jitsu.

Shiatsu non è un lavoro sui punti altrimenti è digitopressione, come ho già detto.

Quando si fa shiatsu l'energia viene richiamata in toto e poi i punti approfondiscono e allargano questa energia vitale che abbiamo chiamato tramite la pressione su tutto il corpo.

D- La MTC si basa sui 4 Metodi diagnostici, come li coniughi con la diagnosi di hara secondo Masunaga?

R- Masunaga conosceva benissimo la MTC, i 4 metodi diagnostici fanno parte anche della Kampo la medicina tradizionale giapponese.

Anche per noi occidentali i metodi di diagnosi sono comodi perchè non siamo abituati al contatto della pelle e possiamo raccogliere informazioni che colleghiamo alla nostra modalità razionale, più formale. Come una persona si presenta, la sua postura, il suo tono di voce, il colore della sua faccia....sono tutte evidenze diagnostiche che mi servono senza però trarre delle conclusioni. Anche il momento dell'interrogatorio è importante soprattutto perchè il paziente lo vuole, pensa che sia più professionale, si sente più a suo agio perchè qualcuno ascolta i suoi problemi. Per noi occidentali è importante esprimere il nostro disagio verbalmente, la modalità giapponese è più chiusa: ricevere un trattamento di shiatsu è semplicemente Kyo e Jitsu per un'ora, hanno una cultura che è basata sul vuoto, sul sentire.

Comunque il colloquio ti aiuta a prevenire eventuali errori e le persone si aprono di più se si sentono ascoltate, quindi si prendono questi elementi diagnostici e si coniugano con il tocco - lo shiatsu shi.



D- Il popolo dello shiatsu vive una profonda crisi perchè strutturandosi per il riconoscimento ha perso "lo spirito" dello shiatsu, tu che sei ancora una rappresentante pura di questo spirito dove pensi che stiamo andando?

R- Il mondo dello shiatsu è un mondo maschile, non è a caso se siamo nella gabbia delle istituzioni.

Ad un convegno della FIS ho presentato la teoria della natura come madre asserendo che il TAO è una LEI, è la madre che crea il tutto, la vita è un FEMMINILE(è un saggio che si può scaricare dal mio sito www.shiatsutehara.it).

Ho diviso la conferenza in una parte filosofica dove parlavo della Madre come Tao/Vuoto e una parte di psicologia sessuale dove dimostravo che tutte le arti del "tocco" appartenevano al mondo femminile (la donna è più libera dalla sessualità dell'uomo perchè è più interessata ai figli che al partner, è con l'uomo che comincia la dinastia dei nomi, la proprietà filiale) la pressione costante dello shiatsu è un esempio di qualità femminile. Per quando su-detto ho ricevuto forti critiche, sono stata accusata di essere "scontata" e anche "femminista" perchè dicevo che la Madre era l'origine delle cose. Mi sono un po' "incazzata" così ho prodotto e pubblicato il mio saggio perchè bisogna sempre dimostrare che si è bravi con pubblicazioni, convegni, conferenze, discorsi..... per noi donne è più difficile saper esprimerci, siamo legate all'emozione, al mestruo e questo ci fa dire le cose in modo più contorto e più emotivo dei maschi. In questa nostra società occidentale, purtroppo, bisogna sapersi esprimere e questo richiede educazione, comprensione, applicazione. Tornando al popolo dello shiatsu, quello che gli manca è un senso di moralità profonda. Lo shiatsu è un'arte veramente speciale, se muore quest'arte muore una parte dello spirito umano che passa attraverso il "contatto" che è "terapeutico e "speciale", è questo prendersi cura rispettosamente dell'altro in un modo distante ma vicino, forte ma dolce; lo shiatsu è una pratica "Etica" che porta all'evoluzione, che ci fa crescere, ci fa capire i nostri limiti e quelli degli altri. Bisognerebbe praticare di più insieme, fare dei convegni su questi temi dell'etica (che non è buonismo).

D- Pensi che sia stato nel rapporto con le istituzioni che siamo scesi a compromessi fino a perdere l'identità e il risultato è che siamo una "tribù nelle riserve"?

R- Il problema grosso non sono le istituzioni, è come siamo tra di noi. Gli indiani hanno perso con i bianchi perchè litigavano tra di loro.

Io sto bene con chi fa shiatsu perchè sono persone che cercano di vivere la vita in modo più ampio, cercano di capire il significato più profondo della vita, confidano nel potere delle loro mani e pensano di poter "prevenire e curare" perchè, fondamentalmente, noi popolo dello shiatsu, siamo detentori di un potere magico, bisogna capire come andare d'accordo tra di noi e questo si basa senz'altro su una correttezza etica, che è amicizia, che è parlare diretto. Forse su questo non abbiamo riflettuto abbastanza. Se ognuno cura il proprio "orticello" non è più la prateria, diventa la proprietà. Prateria è dove ognuno, in base alla propria potenza/capacità, coltiva il territorio.

D- E' forse arrivato il momento di evitare di farsi le guerre (alcune per motivi personali hanno poi trascinato interi gruppi), mettere da parte le velleità, le supremazie di potere che spesso ci hanno fatto perdere di vista l'obiettivo e se lasciamo fuori le nostre cose personali forse si può ancora discutere. Che ne pensi?

R- Io ho sempre proposto prima di una riunione di farci un trattamento shiatsu ma spesso c'era il timore di scoprire che l'altro non premeva bene o che era più bravo, c'era sempre il "giudizio" in agguato.

Rimini
26 settembre
Grande Soirée



D- Nelle riunioni e nei convegni è sempre molto presente l'aspetto yang, quello della discussione mentre l'altro aspetto quello yin dell'ascolto e dell'accoglienza viene un pò trascurato; poche donne hanno lasciato degli scritti, lo scibile è dell'uomo, maschile e femminile sono forme diverse di espressione e forse sono due aspetti da bilanciare: uomini più capaci di ascoltare, sostenere e nutrire e donne più mentali, che agiscono e si mostrano di più nei convegni?

R- Un mito assiro-babilonese ricorda il passaggio dal matriarcato al patriarcato con il potere che passa alla "parola", razionalità invece di istintività e sentire. Quello che mi dispiace è che gli uomini non si ricordino che in loro c'è un femminile da rispettare e onorare, a cui dar spazio e, nello stesso tempo, le donne devono "darsi una mossa" verso il maschile, diventare, per così dire, più "intelligenti", più colte e razionali, devono fare uno sforzo intellettuale per passare attraverso "il VERBO" che sia femminile e che produca un "atto". Non dimentichiamo che il "parlare è il CUORE", il problema è fare in modo che le parole abbiano un cuore che possa raggiungere i molti e le donne dovrebbero sforzarsi di occupare di più questi spazi di visibilità attraverso scritti, documenti, convegni che permettano loro di essere finalmente ascoltate,... infine dovrebbero soprattutto cercare di ricollegare il due mondi, maschile e femminile, perchè hanno il potere per farlo.

D- Qualche consiglio da passarci che venga dalla tua decennale esperienza di shiatsuka?

R- L'esperienza del cuore che si fa avvicinando lo shiatsu può risultare migliore se è anche accompagnata da una disciplina yogica. Lo shiatsuka, per fare shiatsu, deve allenare il suo corpo, ogni giorno deve fare qualcosa per se stesso, così sente il suo corpo e di rimando riflette questa sensazione di vita quando fa i suoi trattamenti.

Consiglio almeno un'ora al giorno dedicata allo stretching dei meridiani, o alla meditazione o alla respirazione. Sono tecniche che possono anche essere consigliate ai pazienti.

In ogni caso è molto importante l'allenamento personale soprattutto quando si ha a che fare con persone malate, perchè, con queste pratiche, ci si collega con l'universo che è una fonte inesauribile di energia alla quale attingere ... non si è da soli, l'universo è con noi; questo rende il trattamento shiatsu efficace.

Lo studente di shiatsu dovrebbe portare all'esame anche una tecnica yogica (qi gong-stretching..) dimostrando di essere in grado di praticarla. Mi piacerebbe che questo entrasse nel programma dell'operatore shiatsu e soprattutto nella propria "cura" quotidiana.

LO YANG MING

di Massimo Beggio

Così come capita per tanti argomenti della Medicina Tradizionale Cinese, anche le cose che potremmo dire sullo Yang Ming sono molte. Faccio questa premessa per dire che oggi intendiamo presentare lo Yang Ming parlandone secondo un certo tipo di approccio, ma che potrebbero essercene anche altri.

L'approccio che vi propongo oggi non esclude di certo gli altri possibili e neppure va considerato più o meno "giusto" rispetto ad altri possibili. Rappresenta una visione particolare tra le tante che possono esserci. Questa visione, a sua volta, ci permette alcune considerazioni e alcune possibilità di intervento.

Possiamo pensare allo Yang Ming considerandolo nella sua complessa realtà che lo vede, da una parte come un lungo meridiano energetico dove troviamo (nella logica alto/basso) il canale del Grosso Intestino (Shou Yang Ming o Yang Ming della mano) ed il canale di Stomaco (Zu Yang Ming o Yang Ming del piede).

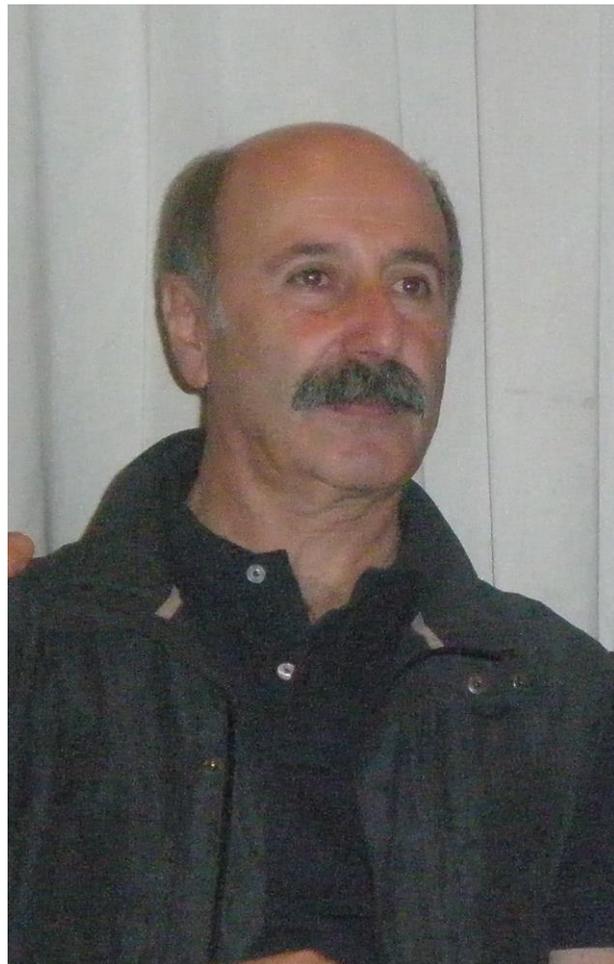
Da un altro punto di vista Yang Ming è un livello energetico (o risonanza) che esprime una particolare energia presente nell'universo: la secchezza.

Su questa "complessa realtà", come l'ho appena definita, preferirei non spendere altre parole per non perdere di vista le finalità del lavoro che andremo a fare.

Aggiungiamo anche che, nella classificazione dei sei livelli energetici (Tae, Shao e Jue, nella duplice suddivisione Yin e Yang), lo Jue Yang (o Yang Ming) è il momento di chiusura delle energie Yang e momento di apertura verso lo Yin.

Yang Ming significa letteralmente Yang luminoso. Il processo di chiusura delle energie Yang si apre alla profondità dello Yin. Questo movimento di apertura verso la profondità è stato descritto come "...il momento in cui ciò che è luminoso penetra nell'oscuro e vi esercita la sua influenza, permettendo che i Soffi si raccolgano in profondità al fine di purificarsi, trasformarsi e fruttificare".

E' un concetto importante. In questa prospettiva lo Yang Ming ci viene proposto come un'energia che si "esprime" portando luce nell'oscurità profonda con uno scopo ben preciso: "fruttificare". In altre parole questa luminosità (illuminazione o comprensione che dir si voglia) ha lo scopo di portare frutto nella nostra stessa esistenza.



In altre parole potremmo anche dire che in questa prospettiva allo Yang Ming viene riconosciuto il compito di prendere dalla vita che ci circonda, di portare nella profondità del nostro essere e in questa profondità di elaborare, trasformare, comprendere e poi rendere ancora alla vita attraverso il frutto ottenuto da tutto questo processo di cose.

Questo Yang è "luminoso" proprio perché portando dentro di noi le esperienze che ci nutrono ed avviandone l'elaborazione provvede anche ad avviare quel processo che ci porta alla comprensione o all'illuminazione che dir si voglia.

Fermiamoci su questo punto e riflettiamo per un attimo su quel che significa di prendere dalla vita che ci circonda. Giorno dopo giorno riceviamo dalla vita ogni genere di nutrimento:

si tratta di sostanze alimentari ma anche di immagini, suoni, odori, sensazioni, emozioni e quant'altro. Tutte queste cose ci nutrono in senso lato.

Ogni giorno che passa prendiamo dalla vita tutto questo nutrimento e lo portiamo dentro di noi. Dentro di noi lo elaboriamo, lo trasformiamo e ne tiriamo fuori tutto ciò che è prezioso ed essenziale per la nostra esistenza. Pensiamo in tutto questo complesso di attività alla funzione dello stomaco.

Una volta assimilato ciò che ci è essenziale dobbiamo però eliminare quel che non ci serve, cioè dobbiamo eliminare gli scarti di tutto il processo che abbiamo detto. E qui non possiamo che pensare alla funzione di evacuazione del grosso intestino.

Ci appare a questo punto anche molto più chiara la relazione tra lo Yang Ming come risonanza energetica e quella particolare energia di cui abbiamo detto prima: la secchezza. Infatti secchezza significa anche essenzialità, così come si definisce “secca” una risposta incisiva ed essenziale, senza tanti fronzoli.

Detto questo possiamo ben comprendere le ragioni della relazione tra lo Yang Ming (stavolta come canale energetico) con il Grosso Intestino (Shou Yang Ming) e lo Stomaco (Zu Yang Ming). I due meridiani sono strettamente in relazione con i due visceri che abbiamo visti presenti e attivi in tutte queste funzioni di elaborazione, trasformazione ed evacuazione.

Anche i percorsi di questo lungo canale sembrano corrispondere alle logiche di cui dicevamo: portare dentro, elaborare, trasformare, raccogliere l'essenza ed eliminare le scorie. (E tutto questo complesso di funzioni sembra evidenziarsi particolarmente nel decorso del canale di stomaco).

Aggiungo una nota di carattere generale sui due canali. Tutti gli autori che ne parlano danno delle indicazioni di massima (ampiamente condivise da tutti) sull'uso dei due meridiani in terapia. Il canale di Grosso Intestino è indicato per dissipare vento e calore (es. febbri), per favorire la sudorazione, per abbassare il Qi di Polmone (es. tosse) e per un uso locale lungo il suo decorso. Mentre il canale di Stomaco è indicato per abbassare il Qi, per purificare il calore, per questioni legate alla digestione e sempre per un uso locale lungo il suo decorso. Io ora non mi soffermo su queste indicazioni generali, dirò solo che non si discostano assolutamente dal nostro discorso e dalle nostre valutazioni. Cioè sono perfettamente coerenti e compatibili con quanto andiamo dicendo. Alla fine lo potrete rilevare agevolmente anche per conto vostro.

Ora procederemo prendendo in esame alcuni punti sui due canali in alcune aree particolari: l'area della testa e del viso, l'area del collo e l'area di torace e addome. Mentre per quel che riguarda il decorso dei due meridiani sugli arti (I.C. sul braccio e Stomaco sulla gamba) per il nostro discorso ne suggeriamo un trattamento generale lungo i rispettivi decorsi. Sulla testa e, ancora di più, sul viso troviamo molti punti dei due meridiani. Il Grosso intestino termina nella zona del naso con due punti (19 e 20) mentre lo stomaco percorre tutto il viso nelle zone degli organi di senso con i suoi primi punti (da 1 a 8). Sono tutti punti che hanno una funzione importante sugli organi di senso (St. 1-2-3-4-7 per occhi, naso, bocca, orecchio e St. 8 per le funzioni mentali. G.I. 19-20 per bocca e naso). Sono punti che lavorano sulle facoltà sensoriali (anche il mentale è visto in quest'ottica) e ne favoriscono le funzioni di “ricettività” in senso lato (accoglienza e “chiarezza” della sensazione).

Quindi, nell'economia del nostro discorso, aiutano le funzioni di raccolta di tutti quei nutrimenti che abbiamo detti necessari per l'individuo: sostanze alimentari, sapori, immagini, suoni, odori, sensazioni, emozioni ecc. Non ne favoriscono però solo la raccolta (l'accoglienza), provvedono anche a far sì che la qualità dell'accoglienza sia garantita al meglio (chiarezza della sensazione).

Abbiamo poi sul collo alcuni punti (St. 9 e I.C. 17-18) che favoriscono le comunicazione energetiche tra l'area della testa e la zona toracica/addominale. Data la caratteristica comune ai due meridiani di favorire in generale la discesa del Qi, l'apertura delle comunicazioni energetiche tra la testa ed il torace possiamo proprio raffigurarcela come il "portare dentro" (per elaborare e trasformare) tutto il nutrimento che abbiamo raccolto (St. 9, ad esempio, ha un nome molto significativo: "Accoglienza umana").

Nella zona di torace e addome i punti sono tutti del canale di Stomaco. Molto curioso il decorso di questo canale: parte dalla testa (una zona yang), poi scorre su torace e addome (una zona Yin) per poi ritornare in zona Yang sulle gambe.

Questo decorso rappresenta molto bene quello che abbiamo detto in partenza: prendiamo dall'esterno (Yang) per portare all'interno (Yin) per poi ridare di nuovo all'esterno (Yang). Come a significare, per l'appunto, che prendiamo dal mondo che ci circonda, portiamo dentro di noi, trasformiamo ed elaboriamo, e poi riportiamo al mondo il frutto delle nostre elaborazioni e trasformazioni attraverso quello che siamo noi stessi (e le gambe ci permettono proprio anche di andare nel mondo).

Nell'area più propriamente toracica i punti del canale di Stomaco favoriscono le funzioni di discesa del Qi di Polmone ma favoriscono anche lo scorrere degli alimenti più sottili (emozioni ecc.). Infatti abbiamo punti che "liberano" il petto (St. 18 è utilizzato per sensazioni di pienezza e di oppressione dell'area toracica) Anche in questo caso possiamo immaginare questa funzione proprio come una funzione di elaborazione e di digestione di questi aspetti più sottili.

Mentre nell'area addominale questa stessa funzione (elaborazione e digestione) è rivolta ad alimenti molto più concreti (cibo ecc.). Siamo infatti nell'area dello stomaco (St. 21 ad esempio, a fianco di V.C. 12 che è punto Mu di Stomaco, è utilizzato per sindromi da pieno e per regolarizzare le funzioni del viscere).

Più sotto, in zona addominale bassa, la funzione di discesa si rivolge più propriamente agli intestini (St. 25 è punto Mu di I.C. e ne regolarizza le funzioni). Quindi in quest'area possiamo raffigurarci quella funzione che abbiamo detto di eliminazione degli scarti allo scopo di conservare l'essenza di tutte quelle cose delle quali ci siamo nutriti.

Un altro punto importante che possiamo segnalare nell'area del basso addome è St. 30 (Qichong, ovvero "Qi che penetra" o anche "Irrompere del Qi"). Anche questo è un grande punto per l'apertura delle comunicazioni, in questo caso tra tutta la zona del tronco e gli arti inferiori (è tra i punti detti "Porte della terra").

Ma su St. 30 ci potremmo stare un tempo infinito perché ha diverse azioni. Favorisce la discesa dello Yang e quindi la comunicazione energetica portando vigore alle gambe. In questa funzione inoltre libera l'addome da condizioni di pienezza.

Poi però è anche un punto legato al Cielo Anteriore (legame con uno straordinario, il Chong Mai) ed è quindi legato alle energie costituzionali dell'individuo. Ma è anche molto attivo sui processi di elaborazione e di trasformazione (punto "Mare degli alimenti") ed è quindi legato al Cielo Posteriore.



COSStellazioni

In questo duplice legame tra energie costituzionali ed energie dei processi quotidiani troviamo (a mio avviso) tutta la ragione del suo nome. Infatti il “Qi che irrompe” siamo proprio noi stessi che ci presentiamo nel mondo con il frutto di quelle elaborazioni e trasformazioni che abbiamo compiute grazie a quello di cui ci siamo nutriti (Cielo Posteriore) e quello che siamo costituzionalmente nelle nostre caratteristiche e predisposizioni (Cielo Anteriore). Ecco che il ciclo si chiude e i conti possiamo dire che tornano.

Ed ecco la relazione con gli arti inferiori: le gambe che ci permettono di riportare nel mondo il frutto di tutti questi passaggi. E qui siamo ancora noi, siamo noi stessi plasmati e trasformati in questo lungo processo che avviene sotto la guida della luce dello Yang luminoso.

Alla fine non facciamo altro che ridare al mondo (magari con il nostro contributo come interesse) quello che abbiamo ricevuto in dono nel Cielo Anteriore e quello che riceviamo in dono dal Cielo Posteriore.

In tutta questa storia è anche contenuto un senso “religioso” (nell’accezione più ampia del termine) della vita: il senso della gratuità dell’esistere. Gratuitamente (chi più chi meno ma comunque tutti gratuitamente) riceviamo dalla vita e gratuitamente dobbiamo tutti rendere alla vita. Cercando anche di non far sì che i nostri “talenti” non rimangano sepolti in una buca che abbiamo scavato sotto terra. Occorre sempre cercare di ridare al meglio, è la legge stessa dell’evoluzione.



☺ Visitate la photo-gallery del sito COS www.shiatsucos.com per vedere altre immagini del convegno

☺ Iscrivetevi alla lista “FUTON-SURFING” per ospitare ed essere ospitati