

Shiatsu e Medicina Tradizionale Cinese

**Terra: centro, nutrimento e trasformazione,
ma anche stabilità ed equilibrio
nella transizione delle quattro stagioni
e nella produzione del Qi (Ying Qi)
del Cielo Posteriore.
Un caso di sclerosi multipla
e ipertiroidismo.**

Tesi di Pierluigi Peressin

Scuola di Shiatsu "La Rosa di Gerico"

Oderzo, giugno 2015

Premessa

Lo Shiatsu è una tecnica pressoria eseguita principalmente con i pollici sul corpo di una persona seguendo i principi dei canali energetici così come sono stati codificati dalla Medicina Tradizionale Cinese che fonda la sua esperienza empirica in 2.500 anni circa.

Mi sono avvicinato allo Shiatsu per caso e sottolineo per caso.

Già conoscevo e praticavo assiduamente il Tai Chi Chuan stile Yang. Non avevo mai avuto l'occasione di provare un trattamento, non sentivo di desiderarlo e non ero neppure incuriosito o affascinato verso tutte quelle arti provenienti dall'oriente.

Sebbene un po' alla volta mi accorgessi che praticando il Tai Chi Chuan (con diversi insegnanti) alcune cose e sensazioni trovavano posto dentro di me, come se ci fossero sempre state, alcuni concetti (immagini) non necessitavano di spiegazioni particolari (anche perché non riesco a memorizzare in modo standard i concetti, sono dislessico), tutto entrava come se avesse un canale privilegiato.

Il primo anno per me è stato "l'anno del contatto", frequentavo la pratica e la teoria dello Shiatsu come se fossi "sospeso", mentre proseguivo la pratica del Tai Chi ed aggiungevo esperienze di Yoga e meditazioni varie, tutto incentrato esclusivamente su me stesso.

Questo spazio personale era maturato anche grazie alla riflessione su me stesso e sul mondo che mi circonda, che nel 2005 mi aveva portato a cambiare radicalmente lavoro e territorio di vita e poi successivamente ancora.

Con l'inizio del secondo anno di Shiatsu è arrivata la "consapevolezza di comprendere" quello che stavo facendo.

Tutto ciò si è evoluto con l'offrire il mio aiuto ad una persona a cui era capitato ciò che madre natura nel suo trasformarsi continuo registra come "anomalia" e cioè che una madre sopravviva al figlio.

*Questo è il momento in cui,
qualunque sia il suo ruolo,
un uomo deve fare quello che è giusto,
e non quello che gli conviene.*

(Tiziano Terzani)

Elemento Terra

Terra, la madre, il luogo in cui si manifesta fisicamente il nostro essere, dove viviamo e ci nutriamo, dove avviene il contatto con il prossimo, dove ci riproduciamo, dove ci trasformiamo, dove stiamo in piedi, dove ci radichiamo, dove sebbene scopriamo la sofferenza cerchiamo di "starci" perché il richiamo verso il cielo è sempre così forte che tentiamo di volare, ma non riusciamo a volare se il radicamento delle nostre radici non è profondo, "l'albero non sta in piedi" e soprattutto non riesce a protendere i rami verso il cielo, e a librarsi verso l'infinito.

L'uomo (secondo la MTC) è considerato un prodotto dell'interazione del cielo e della terra, grazie all'interazione di yin e yang, e contiene in sé anche i cinque elementi.

La sequenza dei cinque elementi varia a seconda del punto di vista, perché si considera che essi si trasmutino l'uno nell'altro e che ogni elemento ne produca un altro.

Così avremo ad esempio la sequenza creativa:

- *il Metallo crea l'Acqua;*
- *l'Acqua crea il Legno;*
- *il Legno crea il Fuoco;*
- *il Fuoco crea la Terra;*
- *la Terra crea il Metallo;*

e quella di dominazione:

- *il Legno messo a contatto con il Metallo è tagliato;*
- *il Fuoco messo a contatto con l'Acqua viene spento;*
- *la Terra messa a contatto con il Legno è penetrata;*
- *il Metallo messo a contatto con il Fuoco è disciolto;*
- *l'Acqua messa a contatto con la Terra è fermata.*

Quindi avremo questa ulteriore sequenza di dominazione:

- *il Metallo soggioga il Legno;*
- *l'Acqua soggioga il Fuoco;*
- *il Legno soggioga la Terra;*
- *il Fuoco soggioga il Metallo;*
- *la Terra soggioga l'Acqua.*

I cinque elementi sono anche distribuiti nel corso delle stagioni e ciascun elemento è collegato ad una stagione particolare:

- *il Legno appartiene alla primavera;*
- *il Fuoco appartiene all'estate;*
- *il Metallo appartiene all'autunno ;*
- *l'Acqua appartiene all'inverno.*

Da considerare che mentre l'elemento che appartiene alla stagione in corso volge al culmine, l'elemento della stagione precedente sta svanendo; mentre l'elemento che appartiene alla stagione in corso declina, l'elemento della stagione successiva sta crescendo.

Secondo questo schema ciascun elemento è attivo per 216 giorni; è più forte durante i 72 giorni della sua stagione specifica e più debole durante i 144 giorni della sua evoluzione e declino.

Si ritiene che ogni stagione nasca da un punto cardinale; quindi l'elemento di ciascuna stagione è anche l'elemento del punto cardinale da cui origina la stagione stessa.

Poiché vi sono solo quattro stagioni e quattro direzioni, ma cinque elementi, è stata creata una stagione addizionale, la "quinta stagione", ed un riferimento in più, il centro, da usare per completare e concordare la numerazione attiva.

Terra-Tu

L'ideogramma della Terra è composto da una linea superiore che rappresenta la superficie del suolo e da una inferiore che indica il sottosuolo; la linea verticale rappresenta il movimento in ascesa, dalle radici alle piante.

Terra è il suolo sotto i nostri piedi, il nostro rapporto con il mondo in cui viviamo e l'intero universo.

E' stata chiamata Madre Terra , e da questa derivano il nutrimento, il sostegno e la vita.

Il cibo di cui ci nutriamo cresce dalla Terra.

Il posto in cui stanno i nostri piedi in questo istante è la Terra.

La solidità di quel che siamo è determinata da come ci poniamo sulla Terra in questa vita.

Fertilità, fecondità e pienezza sono associate alla Terra.

La stabilità, il fondamento e l'essenzialità sono associate alla Terra.

La Terra è rotonda, perciò tutto quello che è rotondo, i contorni,

i cerchi e i cicli indicano la Terra.

Essa ruota sul proprio asse seguendo sempre un percorso circolare.

I cicli vitali sono sotto la sua giurisdizione.

La Terra è particolare tra gli elementi , perché ne è la fonte, il centro da cui sorgono e si evolvono.

Ognuno degli elementi è in rapporto costante con essa, nascendo e morendo nel suo regno; ad esempio nel Legno, l'albero è centrato e cresce dentro e fuori della Terra.

Sono state scritte molte opere che descrivono la Terra come grembo e come tomba, il principio e la fine, il ciclo infinito della vita, della morte e della rinascita.

La fenice risorge dalle ceneri, ogni anno, rinata dalla Terra.

Le radici della nostra stessa essenza sono nella Terra ed è da questa che assumiamo il nutrimento .

Essere ben radicati è un'esperienza esistenziale, cioè in equilibrio perpetuo con le forze dell'universo, forze che sono fisiche, psicologiche e spirituali.

Equanimità (chi è di animo sempre ed egualmente sereno e giusto) ed equilibrio discendono dalla nostra connessione con la Terra.

Essere in connessione, sentirsi parte integrante della vita, dentro e attorno a noi, ha a che fare con la Terra.

Avere un centro da cui operiamo, una specie di ordine ed armonia che emaniamo da dentro, piuttosto che un'energia caotica e disperata, è una descrizione della Terra che è in noi.

Essere in armonia con se stessi, integrati, liberi da ossessioni e disinvolti ovunque ci troviamo è una descrizione della Terra.

Siamo bilanciati e centrati al nostro interno, integrati e in connessione con l'esterno.

Da questa descrizione è possibile immaginare la persona la cui Terra è in disarmonia.

Tutte le caratteristiche sopra menzionate possono cominciare ad assumere aspetti negativi come cicli che perdono il loro modello.

Questo potrà succedere non soltanto nei ritmi più tipici della vita, come il flusso mestruale, ma in tutti i tipi di ritmi come il respiro, processi di pensiero, armonia del corpo.

Malattie e disturbi riconosciuti in medicina occidentale come ulcere, anoressia, indigestione, obesità, vomito, edema addominale, iperacidità e dolori spastici all'epigastro devono in qualche modo ricondurci all'elemento Terra.

Infatti tutto quello che ha a che fare con la digestione, l'assimilazione e con il processo completo della nutrizione deve essere connesso con questo elemento.

Altri problemi etichettati come amenorrea, menorragia e dismenorrea che hanno a che fare con il ciclo mestruale, parlano dell'interruzione di un flusso naturale, un ritmo estraneo all'armonia naturale che riconduce allo squilibrio della Terra.

Le sofferenze di una persona dovute a squilibrio della Terra possono avere sintomi di perdita dell'equanimità e della stabilità.

Nervosismo, volubilità, instabilità, perdita di equilibrio, sentirsi mancare la terra sotto i piedi, staccati, soli, senza casa, sono segni di disagio nell'elemento Terra.

Non sentirsi sicuri di sé e dipendere dalla presenza di altri come misura della propria esistenza può essere un grido di aiuto della Terra.

L'etichetta di egocentrica data ad una persona che dice sempre "io" per tutto è in realtà la ricerca di attenzione al suo elemento Terra e di aiuto per trovare il suo suolo, il suo centro.

Molti problemi di peso derivano da una anormale distribuzione di energia nell'elemento Terra.

Una persona che abbia problemi di sterilità può dire "la mia Terra non è abbastanza fertile", e spesso sopraggiungono problemi per concepimento e nascita se l'elemento Terra non è stato preparato e nutrito correttamente.

I semi piantati in un terreno arido che non venga innaffiato e curato non si radicheranno né cresceranno, o se lo faranno avranno difficoltà a produrre frutti, ed è probabile che i frutti che produrranno siano esili e poco nutrienti.

L'ambiente in cui crescono i semi umani deve essere ricco, equilibrato e ben curato se la vita che inizia a manifestarsi deve prosperare e sopportare il suo percorso in modo sano ed equilibrato.

In questo discorso rientra uno dei significati della MTC, quello della medicina preventiva.

Se abbiamo cura di noi stessi produciamo salute, i bambini a cui diamo la vita saranno sani e forti e impareranno a produrre armonia allo stesso modo.

Il concetto di medicina preventiva è realmente quello di produrre salute e benessere.

All'elemento Terra in MTC vengono associati all'interno del microcosmo (uomo) organi e visceri specifici, secondo alcuni criteri di appartenenza: la Milza e lo Stomaco.

Va da sé che tutti gli organi e i visceri sono legati, interagiscono e si influenzano tra loro, secondo i cicli accennati in precedenza.

La Milza (Pi)

“La Milza governa la trasformazione e il trasporto”.

La Milza è l'anello cruciale del processo che trasforma il cibo in Qi e in Sangue.

Per i cinesi la Milza è l'organo principale della digestione.

La Milza estrae le essenze nutritive pure del cibo e dei liquidi ingeriti e le trasforma in ciò che diventerà Qi e Sangue.

Poiché la Milza è la fonte di una sufficiente provvista di Qi e di Sangue nel corpo, essa viene detta “il fondamento dell'esistenza postnatale”.

Uno dei compiti del Qi della Milza è quello di inviare il Qi dei cereali, che deriva dal cibo e "le essenze pure" che diventeranno Sangue in alto verso i Polmoni, dove alla fine avverrà la sintesi di Qi e di Sangue.

La Milza dirige il movimento "ascendente".

Essa è coinvolta anche nel movimento e nella trasformazione dell'Acqua all'interno del corpo.

Si dice anche che governa l'innalzamento di ciò che è puro.

Se le funzioni di trasformazione e trasporto della Milza sono armoniose, Qi e Sangue sono abbondanti e le fasi digestive efficaci.

Se la Milza è in condizione disarmonica, tutto il corpo o una parte di esso può sviluppare una carenza di Qi o di Sangue.

Se la disarmonia della Milza si riflette sulla digestione, possono manifestarsi sintomi come gonfiori e dolori intestinali, diarrea o anoressia.

“La Milza governa il Sangue”.

La Milza non solo contribuisce alla formazione del Sangue, essa governa anche il Sangue nel senso che ne mantiene il flusso all'interno dei canali appropriati.

In generale è il Qi che muove il Sangue, e in particolare è il Qi della Milza che mantiene il sangue al suo posto.

Se il Qi della Milza è debole, la sua funzione di governo perde armonia, e il Sangue può fuggire dai percorsi che gli sono propri e muoversi sconsideratamente.

Ciò dà luogo a sintomi quali vomito di sangue, presenza di sangue nelle feci o emorragie sotto cutanee, menorragia e emorragie uterine.

Molte emorragie croniche dovrebbero essere trattate tramite la Milza.

La Milza regna sui muscoli, sulla carne e sulle membra.

La Milza non si limita a dare origine al Qi e al Sangue, bensì trasporta anche queste sostanze ai muscoli e alla carne.

Il movimento dei muscoli e di conseguenza delle membra dipende dal Qi della Milza.

Il tono muscolare o l'aspetto degli arti spesso indicano la forza o la debolezza relativa alla Milza.

La Milza si apre nella bocca.

Lo splendore della Milza si manifesta nelle labbra.

Bocca e labbra sono strettamente legate alla Milza.

Se la Milza è in armonia, la bocca distingue agevolmente i cinque sapori (piccante, acido, dolce, amaro e salato) e le labbra sono rosee e umide.

Se la Milza è debole, la bocca è insensibile ai sapori e le labbra sono pallide e secche.

Lo Stomaco (Wei)

Lo Stomaco assolve al compito di ricevere e "far maturare" i cibi e i liquidi ingeriti.

Viene perciò detto "il mare del cibo e dei fluidi".

Il cibo inizia la propria decomposizione nello Stomaco.

La parte "pura" viene inviata alla Milza che la trasforma nella materia prima per la formazione di Qi e Sangue.

La parte torbida viene inviata all'Intestino Tenue per essere ulteriormente digerita (separa il puro dall'impuro).

Le attività dello Stomaco e della Milza sono fra loro strettamente collegate.

Mentre la Milza governa l'ascensione, lo Stomaco governa la discesa, cioè fa scendere il Qi verso il basso.

Perciò la direzione dell'attività dei loro Qi è complementare.

Se le funzioni di ricezione e discesa dello Stomaco sono impediti, possono verificarsi sintomi quali nausea, mal di stomaco, gonfiore, eruttazioni e vomito.

Lo Shen, "colui" che conduce la nostra vita, soggiorna nel Cuore ma ha distribuito una parte, un aspetto di sé in ogni organo, con delle funzioni, capacità, virtù, peculiarità, emozioni e sentimenti specifici.

E così come nel Fegato alberga lo Hun, nel Polmone il Po e nel Rene lo Zhi, nella Milza alberga lo Yi (proposito o pensiero).

Lo Yi fa sì che il pensiero si strutturi e si coordini (la capacità della Terra di ospitare e reggere le radici dell'albero affinché i rami possano elevarsi al cielo).

Fa sì che prendano forma e che si materializzino quindi le capacità di memorizzare, studiare, organizzare e mettere in pratica

UN CASO DI SCLEROSI MULTIPLA E IPERTIROIDISMO

Prima premessa:

Ho voluto fare questa premessa, per ricondurmi al concetto di “approccio” che secondo me è opportuno sempre avere con le persone che richiedono l'aiuto di un terapeuta che si avvale delle tecniche olistiche in generale ed in questo caso di un operatore Shiatsu, che fonda le sue tecniche sulle teorie della Medicina Tradizionale Cinese e sugli insegnamenti del m° Masunaga.

Il lavoro da svolgere si sviluppa secondo precisi presupposti: prima di tutto l'operatore Shiatsu deve costantemente eseguire un lavoro su sé stesso, in modo da avere un approccio calmo e sereno, privo di turbamenti che lo attanagliano dentro una gabbia di congetture, pregiudizi e presunzioni.

Lo stato di “mushin” (senza pensiero) è indispensabile prima del contatto iniziale con uke e le tecniche apprese durante gli studi si manifesteranno al momento di eseguire il trattamento, così facendo uke sarà lo strumento musicale e tori il musicista che con passione e armonia cercherà di conoscere (e far conoscere) l'essenza più profonda, e “suonando” cercherà di creare armonia ed equilibrio.

Seconda premessa:

La visione cinese del corpo umano è come quella di uno strumento musicale, da accordare come un'arpa che si impara a suonare.

L'accordatura sono i quattro pilastri che creano la tecnica, le note musicali e la melodia che permette di far vivere le note emesse dallo strumento.

I quattro pilastri sono:

- Postura
- Perpendicolarità
- Pressione
- Respiro

La pratica dei quattro pilastri serve prima di tutto alla nostra vita, indipendentemente che si pratichi Shiatsu o meno.

Sotto la voce quattro pilastri troviamo naturalmente tutto il corpo.

Mantenere una postura corretta significa permettere a tutto il corpo di funzionare senza tensioni, di muoversi e articolarsi liberamente

(pensiamo a come spesso siamo malamente seduti o come male usiamo il corpo persino per camminare).

Quando il nostro corpo si sarà abituato ad essere centrato, rispetterà il suo baricentro e la schiena, il bacino e braccia saranno in movimento attorno all'asse centrale del corpo.

Si manifesterà così una perpendicolarità nelle pressioni che si esprimerà con una centratura energetica e quindi mentale.

Essere nella giusta pressione significa esprimere se stessi per quello che si è sia fisicamente che mentalmente.

Nello Zen Shiatsu significa eseguire la pressione solo con il "corpo-hara", senza aggiungere niente altro.

Alla respirazione si collega tutta una serie di funzioni vitali per l'uomo, il respiro come regolatore tra interno ed esterno, e poi funzioni fisiche, energetiche e psicologiche.

La sclerosi multipla secondo la Medicina Occidentale

La sclerosi multipla è una malattia cronica che priva il paziente del controllo di molteplici processi fisiologici spesso fino al punto dell'inabilità fisica.

Mentre la miriade di segni e di sintomi tipici possono essere riconosciuti una volta che la malattia è abbastanza progredita, la sua origine e i primi segni di esordio sono poco chiari e insidiosi.

Dal punto di vista occidentale le persone con sclerosi multipla sono soggette ad un processo di demielinizzazione delle guaine dei nervi del sistema nervoso centrale, con un progressivo deficit nella trasmissione degli impulsi nervosi.

I sintomi di accompagnamento includono mancanza di controllo degli arti, disturbi intestinali, incontinenza vescicale e disturbi visivi.

Altri sintomi includono problemi di memoria, concentrazione e stanchezza estrema.

La malattia può progredire al punto di portare all'immobilizzazione, anche se a volte la persona può avere spontanei periodi di remissione. Purtroppo ad oggi non esiste ancora una cura del tutto efficace.

Il cambiamento dello stile alimentare da attuare soprattutto attraverso l'eliminazione dello zucchero, degli allergeni alimentari, la riduzione del consumo di carne, carboidrati e grassi saturi, danno risultati di varia entità, così come la riduzione dello stress, l'esercizio fisico leggero e un atteggiamento mentale positivo.

La sclerosi multipla secondo la Medicina Tradizionale Cinese

Fino a tempi abbastanza recenti (circa 30 anni fa), la sclerosi multipla era sconosciuta in Cina.

Essa ha fatto la sua prima comparsa nelle città più popolose, dove si riteneva che la malattia fosse dovuta all'inquinamento e allo stress della cultura moderna (e qui secondo me ci siamo).

Alcuni studiosi di MTC hanno ipotizzato che la sclerosi multipla nel suo complesso potesse essere ricondotta a un problema di carenza di yin, che trae origine inizialmente dall'invasione dell'elemento Fuoco nell'elemento Metallo.

La patologia progredisce secondo l'inversione del ciclo Sheng (generazione o produzione), portando come conseguenza a rapporti disarmonici tra organi (Qi "schizofrenico").

Il caso di sclerosi multipla

Ileana ha 49 anni e le è stata diagnosticata una sclerosi multipla nel 2007 accompagnata da un ipertiroidismo; prende abitualmente alcuni farmaci e segue una dieta priva di carni e cibi sofisticati. Lamenta disturbi visivi e una certa difficoltà nella concentrazione e coordinazione dei movimenti corporei (il Tai Chi ha migliorato questo ultimo aspetto in particolare).

Spesso si sente stanca ma soprattutto gli manca la forza nelle gambe. Tutte queste manifestazioni hanno dei periodi in cui sono "lievi" altri in cui si accentuano.

Si presenta come una persona magra, longilinea e ben proporzionata; un colorito piuttosto chiaro con piccole borse scure sotto gli occhi; la testa tende ad essere ruotata verso la direzione in cui ha lo stimolo interlocutorio (cerca il fuoco del campo visivo).

1° trattamento:

Uke supino; dal primo contatto su hara avverto un vibrazione anomala, il respiro è alto, corto e aritmico, il polso "vibrante" con battito cardiaco "frenetico".

Proseguo con diagnosi di hara di Masunaga dove avverto costante questa vibrazione su tutto l'addome, che rende molto difficoltosa la percezione di possibili kyo.

Continuo l'ascolto dell'addome con la mano sinistra sul Ming Men e la mano destra su hara per alcuni minuti.

Cerco di percepire “qualcosa” attraverso i punti Mu (un accesso agli organi).

In conclusione decido di effettuare gli stiramenti dei meridiani tendino muscolari che mi consentirà di effettuare un'ulteriore diagnosi anche attraverso il trattamento del meridiano principale corrispondente e nel contempo porteranno un po' di armonia energetica agendo in contemporanea sul meridiano di Polmone anche attraverso il suo punto Mu (P1) e il meridiano di Stomaco per la discesa del Qi. Concludo con un'ulteriore diagnosi di hara (senza percezioni particolari).

Uke riferisce di essersi rilassata e di sentirsi meglio.

Una volta congedata uke resto con una sensazione di vuoto (kyo) che mi porta ad effettuare un breve raccoglimento su me stesso cercando lo stato di mushin (l'ascolto interiore profondo).

Al termine metto assieme i dati; tutti gli organi sembravano inizialmente in jitsu, il Qi irregolare, frenetico e discontinuo, il respiro alto e corto, disarmonia del Tai Yin, il Polmone (Tai Yin dell'alto) non riusciva a portare verso il basso il Qi dell'aria (Tian Qi), quindi coinvolta anche la Milza (Tai Yin del basso), ma in particolare era carente l'aspetto discendente, quindi lo Stomaco (Yang Ming del basso).

Il Fegato (Jue Yin del basso), che ha fra i suoi compiti quello di assicurare il libero fluire del Qi e controllare assieme alla Vescicola Biliare i tendini, visto quanto sopra si trovava in disarmonia, e quindi veniva coinvolto anche il Ministro del Cuore (stesso livello energetico Jue Yin) con sintomi di “agitazione cardiaca” e la carnagione pallida. I Reni (Shao Yin del basso) li percepivo chiaramente in kyo, in modo particolare sul loro punto Mu (VB25), come mancanza di spinta del Qi verso l'alto, la Yuan Qi risultava debole, ma i Reni erano soprattutto coinvolti nel loro aspetto psichico, la paura (terrore), e quindi interessava l'asse Rene (Jing) - Cuore (Shen).

La conclusione temporanea di tutto questo è che la struttura energetica è gravemente compromessa in gran parte nelle sue funzioni, in particolare il kyo di Rene non fa salire la Yuan Qi verso l'alto, non permette la crescita, ha indebolito in sistema immunitario, il Cuore è jitsu, i sentimenti non lo attraversano in modo fluido (la ciotola non è vuota), domina la paura (terrore), la gioia non c'è.

Partendo da questi dati la sensazione che percepisco è: “devo chiedere aiuto”, e l'aiuto in questo caso potrebbero darmelo solo le strutture energetiche più profonde, quelle che si sono formate per prime, che veicolano l'energia originaria, nella fattispecie gli otto Canali Straordinari.

2° trattamento (7 giorni dopo):

Uke riferisce di avere dormito bene la notte successiva al trattamento, mentre gli altri giorni li ha trascorsi nella "normalità".

Inizio con la diagnosi di hara e percepisco più o meno sensazioni analoghe alle precedenti quindi procedo con l'apertura de canali straordinari singolarmente:

- 1) Chong Mai, la spinta propulsiva verso l'alto; parola chiave: trasformazione, cambiamento; punto di apertura: M4.
- 2) Dai Mai, contiene la spinta di Chong Mai; parola chiave: coesione, comunicazione; punto di apertura: VB41.
- 3) Ren Mai, riunisce meridiani yin (serbatoio); parola chiave: prendersi cura di sé; punto di apertura: P7.
- 4) Du Mai, riunisce meridiani yang (serbatoio); parola chiave: evoluzione, autoaffermazione; punto di apertura: IT3.
- 5) Yin Wei Mai, collega i meridiani yin a Ren Mai; parola chiave: collegamento; punto di apertura: MC6.
- 6) Yang Wei Mai, collega tutti i meridiani yang a Du Mai; parola chiave: collegamento; punto di apertura: TR5.
- 7) Yin Qiao Mai, trasporta, distribuisce e coordina l'energia yin; parola chiave: accettazione di sé; punto di apertura: R6.
- 8) Yang Qiao Mai, trasporta, distribuisce e coordina l'energia yang; parola chiave: accettazione del mondo; punto di apertura: V62.

Finito il trattamento uke si alza un po' stordita ma dice che è stata bene.

3° trattamento (7 giorni dopo):

Uke riferisce di un lieve mal di testa il giorno dopo il precedente trattamento, e di essersi sentita stanca ma abbastanza serena per tutta la settimana.

Diagnosi di hara: il respiro è ancora alto, percepisco una "vibrazione anomala" su tutto l'addome, ancora difficile la percezione sui singoli organi, a parte questa "migrazione continua di sensazione", che mi fa pensare ad un vento interno molto forte e anomalo (movimento Legno).

Continuo a restare sull'addome premendo con i pollici sui punti Mu e con una palpazione circolare oraria per tentare di rilassare e calmare in particolare: F14 (Mu di Fegato, tonifica il Qi, dirige il

fuoco verso il basso), F13 (Mu di Milza, stimola il libero fluire del Qi in particolare nei Polmoni e nei Reni), VC4 (Mu di Intestino Tenue, riunione di Fegato, Milza e Reni, giova al Qi innato, favorisce la discesa dello yang).

Tratto il canale di Ministro del Cuore, di Triplice Riscaldatore e di Stomaco.

4° trattamento (15 giorni dopo):

Per vari motivi personali uke manca all'appuntamento settimanale e comunque riferisce di essere stata abbastanza bene nonostante alcune questioni burocratiche da risolvere che alla fine le hanno portato una stanchezza (spossatezza).

Diagnosi hara: sento ancora vento interno, kyo di Milza e di Rene. Decido di aprire gli otto Canali Straordinari accoppiandoli con il seguente criterio:

Dai Mai (VB41) e Yang Wei Mai (TR5);

Du Mai (IT3) e Yang Qiao Mai (V62);

Ren Mai (P7) e Yin Qiao Mai (R6);

Chong Mai (M4) e Yin Wei Mai (MC6);

Alla fine tratto il livello energetico Tai Yin, con il canale di Polmone al fine di abbassare e armonizzare il Qi, e invece di trattare la Milza tratto lo Stomaco (Yang Ming) per il suo stretto legame con la Milza (tonifico la Milza mediante lo Stomaco), ma soprattutto per il suo effetto discendente.

Uke si addormenta e si sveglia leggermente intontita.

5° trattamento (7 giorni dopo):

Uke riferisce di avere passato una brutta settimana, tosse e raffreddore, stanchezza, non è andata a fare la sua corsetta abituale, senso di svogliatezza, ma nonostante tutto interiormente serena.

Diagnosi di hara: percepisco calma, il respiro un po' più regolare, il Cuore "agitato", kyo e jitsu non ben definibili a parte l'asse

Cuore/Rene, che definisco in disequilibrio, considerando che sentivo ancora troppa paura e poca gioia.

Tratto in tutto il suo percorso, dopo aver utilizzato nuovamente i punti di apertura Chong Mai e Yin Wei Mai (la carenza di yin come è emerso precedentemente è forte tanto da spingermi in modo determinato a stimolare la Yuan Qi).

In particolare mi soffermo con ripetute pressioni con pollici su ST30 (tonifica lo yin, favorisce la discesa dello yang).

Eseguo pressioni sul tratto del meridiano di Rene che va dall'11 al 18 per proseguire con pressioni palmari sulla zona mediana del petto.

Lavoro sul viso i punti di ST1, VB1 e V1 .

Uke riferisce di essersi rilassata, ma questa volta non si è addormentata.

6° trattamento (7 giorni dopo):

Uke è stata male, ha avuto influenza con tosse, febbre, mal di testa e raffreddore; non ha preso nessun farmaco specifico per queste patologie (ricordo che uke prende già altri farmaci per la sclerosi multipla), è stata assente dal lavoro per tutta la settimana (lavora in fabbrica, con tutto quello che ne consegue per la sua malattia), ma ha vissuto tutto questo con notevole serenità.

Diagnosi di hara: percepisco una attenuazione del vento interno.

L'addome è calmo, sono ancora comunque presenti le disarmonie precedentemente riscontrate.

Insisto nel trattamento di Chong Mai e Yin Wei Mai, aprendo prima Dai Mai (VB41) e Yang Wei Mai (TR5).

L'intenzione è di lavorare su solidità, equilibrio, coesione, contenere la spinta di Chong Mai, raccogliere le energie dei Reni, collegare le energie del Cielo Posteriore, stimolare l'accettazione di sé e del mondo, collegare i meridiani yang.

Uke si addormenta.

7° trattamento (7 giorni dopo):

Uke adesso sta meglio, ha ripreso anche la sua abituale corsa settimanale, (faceva abitualmente corsa podistica con accompagnatore), si sente più calma e il mal di testa è appena impercettibile; resta ancora la difficoltà visiva ma con meno picchi

di percezione della distanza, il cuore ha ancora un ritmo accelerato.

Diagnosi: il colorito è più roseo, l'espressione del viso denota una lieve tensione, il respiro è ancora alto, il battito cardiaco accelerato.

Percepisco hara "lievemente vibrante", in particolare sulla zona che va da VC3 (Mu di Vescica) a VC12 (Mu di Stomaco).

Alla palpazione delle zone dell'addome (diagnosi di hara secondo Masunaga) la sensazione/percezione è il grande vuoto dello yin e dello yang, eclatante, invasivo, fuori controllo in tutti gli organi.

Proseguo con il trattamento sui fianchi con pressioni palmari e digitali su tutto il percorso di Dai Mai e Yang Wei Mai trattando successivamente il livello energetico Shao Yang ed in particolare il Triplice Riscaldatore (indugiando con ripetute pressioni col pollice) dall' 1 al 7 e dal 17 al 23.

8° trattamento (7 giorni dopo):

Uke si sente decisamente meglio, nessun mal di testa, nessun gonfiore al viso, la vista è migliorata (vede meglio), alcuni vari disturbi provocati dalla sclerosi si sono decisamente attenuati.

Diagnosi: respiro più calmo ma ancora "alto", pulsazione del cuore accelerata, kyo di Rene e jitsu di Ministro del Cuore, ma la sensazione era ancora di forte vento e mi portava verso il Fegato ed il suo corrispettivo livello energetico Jue Yin, senza dimenticarmi del Triplice Riscaldatore per le sue molteplici funzioni, ed il suo corrispettivo energetico Shao Yang della Vescicola Biliare.

Inizio con un paziente lavoro (palmare e digitale) su tutto il percorso del canale di Rene, che mi consente nei punti sull'addome che vanno da R11 a R18 il contatto anche con Chong Mai.

Proseguo trattando il Ministro del Cuore con stiramento e pressioni (palmari, ginocchia e digitali) in particolare su MC7, dopodiché passo al Fegato in particolare con F3 (punto terra).

Proseguo su Triplice Riscaldatore in particolare TR4 per concludere con Vescicola Biliare in particolare VB35 (punto Xi di Yang Wei Mai, sblocco, espelle il vento).

Uke si addormenta.

9° trattamento (7 giorni dopo):

Uke continua a stare bene (vedi considerazioni precedenti).

Durante questo trattamento non effettuo la diagnosi di hara ma resto in contatto per un tempo indefinito su hara, dopodiché tratto l'asse Shao Yin (Rene - Cuore), il Triplice Riscaldatore e le estensioni dei meridiani di Masunaga sul torace.

Dopo aver concluso uke mi ringrazia e dice: "mi hai riportato in qua" (espressione tipica veneta per dire che vive nuovamente decentemente).

Conclusioni:

Questo squilibrio energetico si è rilevato molto complesso e articolato, e soprattutto insidioso .

Come sopra menzionato si evidenzia un kyo di tutti gli organi nel loro aspetto yin (cronicizzato) e un jitsu nel loro aspetto yang .

La disarmonia, lo sottolineo, è di tutti gli organi, indotta dal disequilibrio dall'elemento Legno che ha condotto questa disarmonia in profondità, tanto da avere compromesso l'asse Rene-Cuore, lo Shao Yin più profondo, il sostegno della vita "corporea e spirituale".

Questo ha consentito alla paura (Reni) di dominare, quindi non ha permesso al Cuore di gioire, schiacciando ed accecando l'anima con il vento interno incontrollato del Fegato, ostacolando la presa delle necessarie decisioni (Vescicola Biliare) per modificare lo stile di vita in merito al quotidiano vivere interiore ed in relazione con l'esterno.

Come detto sopra il sostanziale "responsabile" di tutti questi disequilibri è il Legno che principalmente con il vento ha portato le disarmonie ovunque, quindi il Fegato non controlla più i tendini e i muscoli, non armonizza e non distribuisce correttamente Qi e Sangue.

Il disturbo della vista evidenzia la difficoltà dell'organo di senso collegato al Fegato.

La stimolazione, l'armonizzazione e l'aiuto chiesto al Qi originario si sono rivelati in questo caso indispensabili, e hanno fatto sì che si andassero a coinvolgere ed armonizzare tutti gli organi, aiutando a calmare il vento interno, facendo emergere i kyo più importanti, in particolare negli organi Fegato, Cuore, Rene e Milza, ma constatiamo che anche il Polmone era in crisi (maestro del Qi).

In ultima analisi, stabilizzare, armonizzare, radicarsi, accettarsi, portare tutto al centro in equilibrio (disarmonia di tutti gli organi).

Il disequilibrio del Legno ha portato in disarmonia tutto il sistema perché la Terra (nel centro e nell'interstagione), non riusciva soprattutto a sovrintendere alle trasformazioni e stabilizzare il sistema.

Da quanto sopra visto è opinione personale che trattamenti periodici e costanti potrebbero portare (come in effetti hanno portato) un netto miglioramento della situazione generale con attenuazione dei sintomi e di conseguenza potrebbero rallentare il processo degenerativo della malattia.

Bibliografia :

- Fondamenti di Medicina Tradizionale Cinese (F. Bottalo - R. Brotzu)
- Medicina Cinese - fondamenti e metodo (Ted j. Kaptchuk)
- Zen Shiatsu - la terapia Shiatsu secondo i principi dello Zen (Masunaga - Ohashi)
- Testo classico di medicina interna dell'Imperatore Giallo Huang Ti Nei Ching Su Wen (a cura di Ilza Veith)
- Manuale di Qi Shu – teoria e trattamento dei canali straordinari (F. Bottalo)
- Tao Te Ching - Il libro della via e della virtù (a cura di J.J.L. Duyvendak)
- Bushido - La via del guerriero, trasmissione della saggezza dei samurai (a cura di Marina Panatero e Tea Pecunia - traduzione di Yoko Dozaki)
- La mente senza catene – scritti di un maestro Zen a un maestro di spada (Takuan Soho)