

Premessa Generale al saggio della Conferenza Nazionale di Shiatsu di Yvonne Muraglia, Sportilia 2006

Ringrazio la Federazione Italiana Shiatsu, l'Istituto Culturale, in particolar modo Attilio Somenzi e Silvia Parolin, e tutti i Soci presenti a Sportilia, fra i quali Paola Misino, che hanno ascoltato seguito e commentato la conferenza da me tenuta nell'aprile 2006.

In particolar modo ringrazio il professor Alfredo Cadonna per i suoi suggerimenti ed il suo aiuto.

Ringrazio anche Enrica Torbol, mia amica e assistente che, in quella circostanza ha saputo offrirmi un valido sostegno.

Ringrazio tutti i miei Studenti, Assistenti e Riceventi che, con la loro presenza, hanno reso possibile la fondazione e la continuità della scuola Te Hara, a tutt'oggi ambiente di studio e di lavoro dello Shiatsu, che non è finanziata da nessuna struttura pubblica o privata e che sopravvive grazie ai suoi partecipanti.

Ringrazio anche i miei Nemici, che, con le loro critiche giuste o sbagliate che siano, mi hanno costretta ad elaborare in modo più sistematico e, spero più convincente, una delle mie personali teorie, che con questo scritto, cercherò di chiarire.

Il recente riemergere dello Shiatsu significa che è giunta l'ora di un revival delle sue antiche origini e di un ripensamento che lo ponga allo stesso livello delle "altre medicine", siano esse allopatiche o omeopatiche.

Lo studio che propongo in questo saggio, rielaborazione della mia conferenza del 2006, è un mero suggerimento, non definitivo, ma il cui scopo è rimaneggiare concetti e teorie ancora inconse "nel corpo sociale dello Shiatsu" cioè gli Operatori. Modelli più solidi e validi emergeranno poi dalla ricerca nel suo complesso.

Il mio obiettivo è semplicemente quello di catalizzare nuove riflessioni.

La mia esperienza di Operatrice mi dice che è il "Cuore" che comanda il destino individuale e sociale. E la medicina tradizionale cinese pone, al centro dell'Uomo, il Cuore come organo sovrano, che comanda tutte le esperienze di vita in uscita ed entrata.

Oserei dire che il Cuore che sta bene è come un aquila, che gioca negli ampi orizzonti lassù nel cielo blu.

Ed è per questo che mi accingo oggi, ad esporre delle idee che abbiamo il senso dell'immensità della Vita e della Storia.

Se ci riuscirò non lo so, sta a voi decidere.

Shiatsu e Taoismo

Introduzione: la filosofia della Natura come “Madre”

E' mia intenzione delineare qui l'aspetto fondamentale dello shiatsu, che, a mio parere, è anche l'aspetto fondamentale della concezione taoista.

Quello che ci interessa maggiormente nello Shiatsu è curare e far riaffiorare la vita nella sua interezza, e nel Taoismo vedremo che la conoscenza era quella di esperire la vita nella sua globalità. Quindi entrambi hanno a cuore i metodi per favorire l'unità della Vita.

Per far questo i taosti si appellarono alla Natura, che chiamarono Madre con gli attributi di Senza Nome, Progenitrice prolificata, Vaso vuoto, e gli aggettivi come arrendevole come l'acqua e ricettiva come la terra e tanti altri.

E' difficile per noi, uomini d'Occidente, comprendere la inclusione di aspetti apparentemente opposti e inconciliabili nelle definizioni.

Eppure questo fece il Taoismo, ci lasciò una traccia, una orma, una poetica rappresentazione del mondo in cui viviamo, un mondo fatto di opposti e contraddizioni, che vengono unite da questo elan vitale (QI) che è garantito e promesso ad ogni creatura vivente sia essa maschio o femmina, albero o roccia, animale o uomo che dona loro l'armonia dell'esistenza della vita.

Da quello che ho elaborato nella mia esperienza e anche da precedenti studi *1, il Taoismo è una (forse l'unica di cui io sia a conoscenza) delle poche risposte “femminili” al vivere.

Il Taoismo è la visione sofisticata di un mondo protostorico, quando ancora “ gli uomini non conoscevano i padri e non esisteva la proprietà privata”.

Questo mondo è senz'altro il famoso passato matriarcale, comune a tutte le comunità del pianeta, in un momento in cui gli uomini erano pochi e vivevano in “paradiso” spostandosi come nomadi sulla Terra.

Non si conoscevano ancora le arti metallurgiche e neppure l'agricoltura era nata*2

Gli uomini raccoglievano con le loro mani la frutta e i cereali della terra e modellavano i loro recipienti di creta, si curavano con le erbe e con le mani (Teate)

*1 Yvonne Muraglia, Tesi di laurea 1973 Università degli Studi di Padova “Quando il cielo e la terra furono prodotti, gli uomini conoscevano solo la madre“ (Sciang Yang). Quando poi, originata dall'azione, sorse la proprietà privata e nacque l'Istituto dell'eredità si volle “la pietà filiale” e “la paterna gentilezza”. Qui si parla del trapasso dalla famiglia matriarcale a quella patriarcale.

Cfr. Lao-Tse Il libro della Norma e della sua Azione trad. it. di R. Pilone, Milano 1962, Cap. 18

*2 M. Eliade, Trattato di storia delle religioni, trad. it. di V. Vacca, Torino 1954 pag. 248-252

La difficoltà di esporre questa storia si trova prevalentemente nel riuscire a comunicare un segreto così antico ma tuttavia attuale come lo è la vita perchè ci servono un diverso tipo di recettori.

Ci serve percepire, proprio come quando facciamo Shiatsu, questo eco di un passato così lontano.

Cosa ci serve poi, direte voi, questa filosofia, quando sto con il mio paziente che ha la sciatica?

A livello esterno, può darsi che quello che dirò non serva a nulla per curare la sciatica, a livello profondo comprendere come l'uomo si è evoluto nel corso dei secoli, ci dà un'indicazione precisa di dove vogliamo andare.

La mia percezione è che lo Shiatsu sia un'arte molto antica, pre-scientifica, passata di generazione in generazione, trasmessaci dagli antichi medici e dataci generosamente per poter guarire noi stessi e gli altri. (da Cuore a Cuore) basata su una concezione della vita che ormai ci è sconosciuta a livello cosciente ma che “sopravvive” nella memoria delle nostre cellule. E penso anche che, lo Shiatsu sia un'applicazione operativa dei principi del taoismo.

Per quel che riguarda la “femminilità” del Taoismo, è possibile che questa sia un'interpretazione personale. Però ho dalla mia diversi autori che la condividono, come J. Needham e che non può essere sicuramente tacciato di femminismo.*1

Inoltre l'aspetto femminile del Taoismo è presente anche nel simbolismo rituale, l'abito nero, le caverne delle montagne, i riti di fecondità, la vacuità (l'utero), il mistero, ecc.

In questo breve saggio presenterò l'aspetto femminile dello Shiatsu parlandone in tre parti e presentandone:

Un' argomentazione filosofica, in cui parlerò del Tao come Madre – Natura, come Via e come Vuoto. Ho tralasciato molti altri aspetti femminili del Tao.

Un'interpretazione psicologica, in cui parlerò di come il cambio di organizzazione sociale, dal matriarcato al patriarcato, abbia portato a un diverso tipo di relazione sessuale tra maschio e femmina e quindi come questo abbia potuto influenzare i rapporti sociali sia relazionali che produttivi (magia versus tecnologia)

E infine una parte pratica più inerente allo Shiatsu in modo diretto riguardante il secondo aspetto della pressione Shiatsu, cioè la Pressione Costante che, a mio avviso, è una qualità femminile.

*1 J.Needham, Scienza e Civiltà in Cina – Giulio Einaudi ed. Volume 2 - pag.71-72

Shiatsu e Taoismo: il concetto di Madre

Premessa

donne

origine

fonte

sostegno inesauribile

benevolenza

amore

culla di vita

colei che ha a cuore la vita

accoglienza

grande

uomini

porta coeli

natura

acqua, sposa della luce

principio evolutivo

fecondità

nutrimento

base

Questo è il risultato impreciso ma interessante di una piccola inchiesta che feci a 10 uomini e 10 donne di varie età fra i 20 e 60 anni. La domanda che feci loro fu "Descrivi con una parola o un motto la parola Madre."

Le donne mi risposero immediatamente quasi tutte, tranne una che aveva problemi nella sua gravidanza e aveva avuto una esperienza precedente molto dolorosa.

Gli uomini, le cui risposte osservate sopra, risposero solo in sette, quattro di loro sono dei maestri di yoga o shiatsu, un paio degli studiosi dell'Oriente e un altro mio figlio, che mi disse, come faccio a non saperlo mamma! Mi fai a capa tanta!

Gli altri tre, uno di loro è un mio caro amico e mi telefonò per sapere cosa volessi, uno mi ignorò e un altro mi rispose che non se la sentiva perchè in quel momento aveva dei grossi problemi con la sua madre terrena.

5.

1. La Madre

La parola Madre evoca sentimenti contraddittori negli individui del nostro secolo, a volte può voler dire un potere che ti controlla, a volte che ti ingloba, che ti esaurisce o comunque significati di questo tipo.

Al positivo Madre può voler dire tutto il contrario e cioè Cura , Tenerezza, Sostegno senza dipendenza, Amore Infinito.

Questi concetti fanno parte del ns vissuto quotidiano e sicuramente non facciamo molto caso a quello che le ns madri hanno fatto o fanno per noi. Di certo però, dopo averci messo al mondo(e non è poco) hanno continuato imperterrite (nella maggioranza dei casi) a nutrirci, curarci e assisterci fino alla nostra totale indipendenza fisica e morale.

Probabilmente la parola Madre deriva da Materia (mater in latino)per la sua incessante prolificità.

Quindi Madre è colei che materializza il “soffio”, *1 è Colei che gestisce la creazione di Materiale e rende possibile la Vita attraverso un passaggio che rende una Potenza un Atto.

La parola Madre non si applica solo alle femmine umane ma alle genitrici di tutte le forme viventi.

Il Tao Te Ching, il libro canonico degli antichi taoisti, parla della Madre nel suo primo capitolo.

Ne parla definendola Tao nel suo stato di Indeterminatezza e di Incommensurabilità, ma la definisce Madre Oscura nel suo stato di realizzazione mondana.

La Madre Oscura, la Genitrice Cosmica è, quindi, per questa antica filosofia l'Origine di tutte le cose, la Porta (coeli) attraverso la quale i 10000 esseri (cioè la totalità della creazione) si determinano e alla quale ritornano (legge del ritorno) una volta compiuto il loro destino in vita.

Il Tao poi provvede alla creazione, attraverso stadi,cioè dall'Uno al Due, al Tre e ai 10000 esseri successivamente. *2

A me viene da pensare che , quando dicono così, i taosti parlano della Natura.

Essi non la chiamano Natura, la chiamano Tao nel suo stato innominabile indefinito e la Madre Misteriosa dei 10000 esseri nel suo stato di determinatezza.

*1 Soffio è il termine con cui la Scuola francese di Agopuntura indica il Ki (o Qi)

*2 Cfr Laozi -Tao Te Ching - ed. Fiabesca - Terni 1993 cap. XLII

6.

Questo attributo femminile non è all' interno delle vicende terrestri, per cui la Madre, nel suo aspetto universale non è un Essere Yin (da contrapporre ad uno Yang) bensì una misteriosa Potenza genitrice, Solitaria, Autonoma e Una .*1

Probabilmente i taoisti enfatizzarono il suo aspetto femminile per parlare della sua fecondità e dell' infinito sostegno della Natura che non viene mai a mancare nella vita in genere e anche in ogni esistenza individuale.

Ma chiaramente ad essi non dovette sfuggire la similitudine fra la Natura e la Donna che pure aveva il potere di generare la Vita.

Possiamo dire che la filosofia taoista e le arti e scienze da lei derivate si basino su questo paradosso, e cioè la conoscenza intuitiva-mistica dell' esistenza del Tao increato una fisiologia umana e scientifica *2 basata sulle forze da lei prodotte.

Per cui da qui l'affermazione del principio di yin/yang, armonia degli opposti e ritmi binari (luce ombra, giorno notte, maschio femmina, alto basso, sistole diastole, inspiro espiro etc... del principio ternario (cielo terra uomo etc....) dei quattro elementi costitutivi della materia (acqua fuoco terra e aria, oppure carbonio, azoto, idrogeno e ossigeno, etc..) e delle 4 stagioni, delle 5 fasi che ritmano il macro e micro cosmo (legno, fuoco, terra, metallo e acqua) delle sei influenze climatiche etc. etc.

Tutto viene attivato e diretto dal Tao, che, come un silente direttore d'orchestra dirige le vicissitudini della Vita del cosmo intero e l'uomo è parte dell'universo ed è guidato da leggi naturali come tutto il resto.

*1 Cfr Max Kaltenmark - Lao Tseu et le taoisme - ed. du Seuil - France 1965, pag. 53-54

*2 Quando parlo di scienza delle arti antiche, parlo di processo di sperimentazione conosciuto anche dalla scienza occidentale e chiamato "trial and error", cioè provare e riprovare finché si evince l'errore. L' approccio empirico è comune in tutte le scienze. Gli alchimisti taoisti furono dei grandi sperimentatori ed essi provarono con grande perseveranza la ricerca dell'elisir di immortalità del corpo, che individuarono nel Cinabro. L'Hara (giapponese per addome) si chiama anche Dantian, o Campo di Cinabro.

7.

La Natura è quindi, in questa concezione, il modello a cui riferirsi e ispirarsi per comprendere la Vita e la Virtù del saggio taoista è “ di nutrirsi attaccandosi alle tette di Sua Madre”^{*1}

Il Tao nel suo aspetto concreto è quindi la Natura, o Madre, la Madre dei 10000 esseri definita con vari aggettivi come Oscura, Misteriosa, Feconda, Genitrice etc....

Dell'aspetto Incommensurabile non se ne può parlare, dicono i taoisti.

Il Tao di cui si può parlare non è il vero Tao ma Tao Madre come Principio degli Esseri, la cui Virtù li porta avanti.(Te)

**“Il Tao produce tutto
la sua Virtù nutre tutto
sviluppa,alimenta,
completa,motiva
conserva, sostiene
guida senza possedere
agisce senza legare a se
conduce senza dominare
Tale è la sua misteriosa Virtù”^{*2}**

Nella Natura il Taoismo ha visto quindi l'artefice fecondo e misterioso della vita e possibilmente, senza dirlo, comprese il progetto di evoluzione della Natura stessa.

Una Natura che, oscura e misteriosa , è passata dall'incoscienza e inerzia della Materia inanimata al vibrante risveglio della sensibilità della vita vegetale.E poi da un piccolo inizio di un piccolo essere brancolante la crescita verso il vibrare dei sensi per preparare l'espressione dei desideri vitali, protesi alla gioia del vivere.

La Madre-Natura ciò che ottenne fu non solo la vita di un corpo (piante) ma di una mente vitale che, per la prima volta, sulla terra si sviluppava in forme sempre più organizzate fino a raggiungere l'uomo. Clui-ei che non solo viveva (vegetale) gioiva (animale) ma che possedeva un'intelligenza per poter osservarsi,contemplare.(Uomo) .

^{*1} Cfr Laozi - Tao Te Ching - op. cit ed. Fiabesca Cap. XX

^{*2} Cfr Lao-Tze - Tao Te Ching – Roma 1972 - ed. Mediterranee Cap. 51

8.

E l'elettrone, eterno sonnambulo, diviene finalmente una coscienza evoluta, svegliata, si muove ed è capace attraverso le emozioni di vibrare di vitalità.

E poi la mente , un altro sforzo evolutivo, capire di capirsi, capire di esserci, capacità di immaginare , di creare, di essere uniti ad un'attenta e cosciente percezione del corpo.

I Taoisti lo chiamano “Nutrirsi alle tette della Madre”, questo stato di unione totale col proprio corpo, con la propria mente, col cosmo, con le sue leggi.

Uno stato forse , si può definire di estasi dove non guardi più i fiori del ciliegio sull'albero, ma tu diventi il fiore di ciliegio, che ormai scorre nelle tue vene ed in ciò c'è una forza incomparabile.

Questo stato di esistenza non rigido ma fluido, di forma in forma, di foglia in frutto, da albero ad animale, da animale a Uomo. Uno stato di esistenza ormai incomprensibile per noi che, ormai viviamo lontani dal petto di nostra Madre.

I Taoisti osservarono come curare il legame con la Madre ci rendesse felici, uniti, soddisfatti, solidi e vitali.

Nello Shiatsu tutte queste cose coesistono, quando lo facciamo o riceviamo, ci sentiamo più solidi, più centrati, più insieme, più vitali.

Direi che quello che ho scritto per descrivere la Madre si può applicare, con un salto immaginativo anche a ciò che può fare lo Shiatsu alle creature del mondo.

9.

2. Il Tao come Via: una concezione arcaica originale

Abbiamo visto precedentemente che Tao, nel suo atto di manifestazione viene chiamato la Madre.

Un'altra grande parola che la definisce e la compenetra è Tao come Via.

Tao in giapponese è Do e vuol dire ugualmente Via e cioè Strada che uno deve seguire se vuol arrivare da qualche parte. *1

Lo Shiatsu è Shiatsu Do e cioè la Via del Tao nello Shiatsu. E' noto a tutti ma qui lo ribadisco che lo Shiatsu è un'arte terapeutica giapponese che affonda le sue radici nella filosofia taoista.

Via ha un significato sia pratico che esoterico.

Via pratica

La Via è il modo con cui si cammina su di essa e quindi, per traslazione, Come si fanno le cose e quindi anche una tecnica o un insieme di tecniche.

Le tecniche erano ritenute magiche*2 dagli antichi cinesi perchè, attraverso la tecnica, gli uomini avevano la capacità di modellare a loro piacimento il mondo e la natura.

Uno dei grandi eroi mitici dell'antica Cina fu Yu il grande, una sorta di demiurgo, che, appunto scoprì la tecnica per incanalare i fiumi ed evitare spaventose inondazioni.

Naturalmente si trattava di fare le cose andando nel senso della Natura, in direzione della Natura e non contro Natura, (e cioè di camminare dritti!)

Il progresso tecnologico e la medicina allopatrica, sua derivata, che usa prodotti chimici per stimolare dei cambi nel corpo umano, per quanto possano essere indispensabili in situazioni limite di vita o di morte, e nessuno vuol rinunciarci e tornare indietro, sono un esempio di lavoro contro Natura.

*1 Tao e Do sono praticamente lo stesso ideogramma. L'ideogramma di Do vuol dire marciare sulla strada in una parte mentre in un'altra parte rappresenta una testa appoggiata sulla nuca. Da qui l'idea di verticalità. Insieme queste due parti significano “cammino giusto, dritto”. Una terza parte dell'ideogramma giapponese ma non cinese vuol dire “condurre per mano” quindi anche guidare, insegnare. Cfr Shizuto Masunaga “Shiatsu et medicine orientale” ed. Le Courrier du Livre - Paris 1999 - pag. 422

*2 Per il significato di magia e tecnologia vedere appendice alla fine di questo capitolo.

10.

Anche certe tecniche fisiche che non tengono conto dei vari aspetti dell'essere vivente (emozionale, psichico etc..) non sono lavori che si muovono con le forze della natura.

Su questo non mi dilungherò anche perchè non è il tema, ma si potrebbero fare molti esempi di questo tipo e, a mio parere, l'uomo ha cominciato ad andare contro Natura quando ha capito che poteva manipolarla, sopravvalutando le sue capacità intellettive e dimenticandosi del suo bagaglio inconscio (materia inerte e non ancora sveglia) che, salta fuori quando meno se lo aspetta ed è lì ad attenderlo e vuole fare i conti.

Chiaramente questo è solo il tipo di disagio psichico che si può avere quando non si viene curati come corpo-mente, ma ci sono ricercatori americani di una certa importanza che hanno pubblicamente denunciato le ditte farmaceutiche per far più danni che guarigioni nei confronti dei loro pazienti sottoposti a trattamenti di farmaci chimici.

Come disse Bacone: “Alla Natura non si può comandare che ubbidendole!”

Per tornare a noi lo Shiatsu invece è proprio un metodo e una tecnica della Natura, del Tao, della Via, della Madre.

Senza l'ausilio di macchinari e con il solo uso delle mani, parte bellissima e privilegiata del corpo umano ma anche con l'uso di tutto il corpo educato alla pressione con Hara, lo Shiatsu è una tecnica preziosa e incredibile per curare.

Durante la mia vita ho soggiornato a lungo in Oriente, in India, in Giappone, in Thailandia, in Indonesia, a Singapore. Sono venuta a contatto con moltissime tecniche di cura ma nessuna mi è sembrata così essenziale ed efficace come lo Shiatsu.

La purezza della pressione e il movimento fatto con Hara rende questa tecnica (medicina manuale) bella anche esteticamente.

Chiaramente era normale che uscisse così poiché i Giapponesi fanno della bellezza ed essenzialità una delle loro peculiarità nazionali.

Ma la grande Anima dietro a tutto ciò, fu l'Anima cinese antica, così sciatta e popolare all'esterno ma così grande nell'immaginazione e nella capacità di percezione.

A mio avviso la cultura cinese antica utilizzò soprattutto il cervello intuitivo per conoscere ed amare il mondo ed è un vero peccato vedere come il neocapitalismo ispirato alla cultura americana, faccia di tutto per distruggere queste radici antiche e particolari.

La cultura cinese antica è stata, l'unico modo (esclusa India e culture simili) di esperire il mondo veramente alternativo alla cultura occidentale predominante.

11.

Quindi in un certo senso noi, Operatori Shiatsu, abbiamo anche una responsabilità storica e cioè portare avanti con affetto e conoscenza la nostra arte per poter lasciare a quelli che verranno dopo di noi almeno un eco della grandezza Umana, che non è fatta solo di computer e business.

Per questa ragione è anche importante riflettere sulle nostre origini e servircene anche nella pratica professionale.

Via Esoterica

A livello interno la Via è anche la capacità di risvegliare in ciascuno di noi la coscienza, è la capacità di incarnare la virtù (Te), è la capacità di auto-osservarsi, è ricordare se stessi ed è anche salire sulla scala dell'evoluzione dal gradino più basso a quello più alto.

Posso dire che la mia esperienza di vita ha fatto sì che lo Shiatsu Do sia e sia stato un modo per salire quella scala. Osservare ed auto-osservarsi. Contemplare ed essere contemplati.

Mi viene alla mente il segno 52 (Kenn, la quiete, la calma, il monte) dell'I Ching, il libro dei mutamenti, il primo vero libro della Cina antica, dove chiaramente ci si riferisce a pratiche di meditazione.

Lo Shiatsu è quindi la Via della Madre e questa si cammina stando nel centro (equilibrio di Yin-Yang e Kyo-Jitsu) e praticando la consapevolezza del fluire e dell'unità della vita. (Senso di unità anche fisica data dallo Shiatsu).

Appendice: Magia e Tecnologia

La parola magia viene spesso contrapposta alla parola tecnologia. In realtà sono due realtà esistenziali e mentali che, pur contrapponendosi nella storia umana, coesistono.

E tutto incominciò dalla magia della Nascita. La Grande Madre aveva il potere di generare, di far nascere e nessun altro aveva questo potere.

I siti archeologici antichi (India Goa Navalim o Badami ,Karnataka 5000 a.C. o forse più antico) ci danno ancora indicazioni precise di questo sentimento primordiale magico.

Perché la magia della nascita potesse attuarsi venivano scavate sulle rocce figure di donna nell'atto di far nascere complete di figlio e placenta (Navalim) o donne raccolte con le ginocchia allargate e i seni turgidi nell'atto di partorire (Badami).

12.

Le aree dove sono stati ritrovati questi reperti sono a tutt'oggi (2006 d.C.) siti incredibilmente magici dove l'elemento femminile abbonda. Il primo si trova vicino ad un fiume tropicale con degli enormi alberi affacciati sopra il suo specchio, di una bellezza quasi estrema che lascia il cuore del visitatore quasi stravolto tanta e tale è la forza primordiale di chi volle parlarci 5000 o più anni fa. Il secondo è più addomesticato essendo dentro un museo, ma la scultura di grandezza quasi reale, ha una certa potenza.

Visitando questi siti ci si accorge di una cosa: che la magia serve alla cosa più importante del mondo e cioè la Vita. Se non ci sono condizioni magiche non può ne sentire ne parlare il nostro organo più importante: il cuore.

La magia è uno stato di profonda pace ed estasi in cui tutto è possibile e viene superata la barriera della contrapposizione a due. Quindi la Madre "aveva bisogno", per favorire la Vita, della magia. Un avvenimento o stato magico pervade il cuore, trasporta chi ne usufruisce fa apparire il mondo semplice e perfetto. Il collegamento con l'altro poi avviene da se

Tecnologia è una parola che definisce l'utilizzazione della tecnica nell'esistenza umana, in se niente di sbagliato. Nella nostra civilizzazione indica l'uso di macchine che, suppostamente, dovrebbero alleviare l'esistenza umana dalla necessità e far progredire l'uomo. L'idea di Progresso e l'idea che la nostra sia una civiltà di progresso è qualcosa di difficile da togliere dalle nostre coscienze. Se chiediamo ad una persona media se pensa che gli Indiani siano un popolo progredito o avanzato vi risponderà: Ma sono poveri!

E' facilmente intuibile come la mancanza di progresso corrisponda nella nostra mentalità ad uno stato anche di povertà psichica e/o emozionale.

3. Vuoto e Tao

Nel taoismo è presente una terza parola fondamentale nella comprensione della Natura-Madre. Vuoto è il nome con cui si pronuncia questo mistero.

Il Vuoto è uno degli attributi della Madre stessa e indica un punto o area o niente che c'è all'origine di Tutto.

Il Tao Te Ching ne parla definendolo il mozzo della ruota, che congiunge i 30 raggi, la cavità dell'otre o le finestre che adornano una casa, spazi vuoti che servono a renderla abitabile.

Il Vuoto è anche la Realtà Ultima di questo universo manifestato, tanto è vero che, anche nelle pratiche buddiste, è uno dei 3 principi di realtà. Viene chiamato Anatta in lingua Pali (la lingua che si parlava al tempo di Buddha). Gli altri due sono Anicca e Dukkha.

13.

Chiaramente questo è un concetto psicologico, che si avvale però di una concezione comune a tutta la cultura orientale e cioè che tutti i fenomeni del mondo manifestato non hanno nessuna realtà.

La Realtà è Maya (Illusione) e ogni fenomeno è privo di una qualsiasi realtà. Appunto vuoto.

La conferma verrà poi da una parte della scienza occidentale che è sempre stata più perspicace e cioè la fisica quantistica.

I fisici hanno dimostrato, circa 2500 anni dopo Buddha, che l'intero Universo è formato da piccole particelle subatomiche, che continuano a cambiare e a divenire onde o particelle.

Compreso il corpo umano.

Quindi niente è stabile e fermo in questo universo, tutto muta e si trasforma (Pantarei di Eraclito)

Il Vuoto all'interno della concezione taoista viene osservato come origine e ritorno al quale si va. E anche in questo caso viene chiamato Tao.

Nella concezione buddista tutto lo sforzo di concezione è diretto verso l'esperire con le tecniche questo stato di Vacuità e eventualmente raggiungerlo consapevolmente ed integrarsi in Esso (stato di Nibbana)

Nel taoismo invece è stato sottolineato maggiormente l'aspetto vitale e di gioia, sempre con gli occhi ben aperti, che la condizione di esistenza umana può favorire. (es guardo un bel tramonto, mangio una buona pastasciutta o bacio il mio innamorato e sono presente)

Per cui il Vuoto è in realtà uno spazio tempo che non c'è e dove non c'è nulla ma che favorisce e partorisce la nascita della vita.

Tutti i luoghi oscuri e vuoti come le caverne per i taoisti sono luoghi di rinascita.

Xue, in cinese punto, è simboleggiato con l'immagine di una caverna dove l'energia può trasformarsi e rinascere.

L'utero è un punto misterioso dell'essere femminile, vuoto quando la donna non è incinta, che diviene pieno di vita con la gravidanza.

L'analogia fra utero cosmico e utero femminile è presto fatta. Il Cosmo, parimenti all'utero della donna, è il luogo di generazione e nascita dell'esistenza.

I taoisti parlano anche dell'Efficacia del Vuoto, per cui è grazie al suo potere che il mozzo converge i 30 raggi e la ruota può girare.

Così nella pratica morale (cioè di condotta di vita) io emulo il più possibile questa vacuità per essere felice e in aderenza col cosmo.

Il Vuoto diviene allora anche una Pratica di Vita.

14.

Wu Wei è la parola cinese con cui si designa la Non Azione.

Gli occidentali tendono a interpretare questo concetto come pigrizia o lassismo degli orientali.

Tutt' altro! Il Wu Wei è un vero impegno all'attenzione e all'esserci!

La mente è presente, il corpo è vivo e Non c'è nulla che non venga fatto!*1

In questa parte si fa riferimento a tecniche yogiche di autoconoscenza ma non c'è sforzo o lavoro.*2

Si potrebbe chiamarlo Arrendersi alle forze della vita con attenzione e anche dolcezza.

L'ideale taoista è chiaramente il saggio che cerca di emulare Cielo e Terra (prime due energie cosmiche generate dal Tao) purificando la mente e i visceri.

Nello shiatsu il Vuoto esiste nella pratica, nel “Silenzio con cui si fanno i trattamenti, esiste nei Meridiani, fisici ma invisibili, nell'Osservazione intuitiva, che guarda oltre il fenomeno fisico, nello Scopo che è quello di rimettere in piedi il Ricevente ricordandogli il suo esistere, equilibrando la sua vita e purificando i suoi visceri, nel Respiro che si usa per compiere le manovre, e anche nella Concezione originaria di Vuoto, fenomeno che sottosta a tutte le manifestazioni e che rende possibile le trasformazioni e quindi anche il raggiungimento di un nuovo stato di salute.

E' grazie al Vuoto che possiamo cambiare la vitalità di una persona rinforzandola, togliere il dolore ricordando alle sue cellule il loro stato originario di completezza, curare i malanni piccoli e grandi attivando il Qi, questo elan vitale della Madre e simbolo di perfetta armonia. E' grazie a questa bellissima tecnica orientale legata alla Madre che ricordiamo ancora di essere Umani, esistenze del Creato che hanno il dono incredibile di Vivere e Guardare la propria Vita.

IL Vuoto è anche quindi un concetto che ispira la Contemplazione, il Non movimento, l'Assoluta Immobilità come qualità peculiare di una mente che è capace di fare quello che vuole attraverso la concentrazione una Mente che, a detta del Dalai Lama, è originalmente positiva e pura. *1

*1 Cfr Marcel Granet, Il pensiero cinese – ed. Adelphi – Milano 1971 – pag. 312 “Il saper Fare è sempre corrisposto al saper Essere nell'antica idea di Efficacia dei taoisti”

*2 Cfr Marcel Granet, op.cit. pag.246

*3 Cfr Dalai Lama and Howard. C.Cutler – The art of Happiness at work - ed. Hodder & Mobius – London 2003 – pag.38-39-40

15.

Nel Vuoto noi vediamo tutto, come siamo, quello che facciamo, e anche come possiamo cambiare.

Il Vuoto è nostra Madre e il contatto con lei non può che aiutare positivamente il nostro Corpo e soprattutto la nostra Mente.

Shiatsu e taoismo: la psicologia del comportamento sessuale

Premessa

Parlare della sessualità in questa sede non è un " fare femminista", ma piuttosto un cercare di dimostrare che molte cose cambiarono nella storia dell'umanità dopo che la Madre venne sottomessa dal Figlio*1

Per cui non ho potuto ignorare anche il comportamento sessuale di questa vicenda, che cambiò dopo che gli uomini *2 smisero di seguire la Madre.

La donna incarnava socialmente la Grande Madre e mentre nella prima fase della storia umana fu un ideale di tolleranza e autonomia, nel secondo stadio (patriarcato) assistiamo al nascere di una creatura spaventata e oggetto di possibili violenze.

Lo Shiatsu è, secondo me una maniera per riappropriarsi di quel modo di fare antico e forse portare un pò di Calma nel cuore di tutta l'Umanità.

La psicologia sessuale

Dichiarare che lo Shiatsu è un'arte di provenienza taoista lo fa anche la Fis, nel secondo capoverso del suo statuto.

Forse non è ben chiaro perchè lo fa, o forse tanti, o forse troppi di noi non hanno scavato a sufficienza per vedere che cosa ci fosse di speciale in questa tecnica e si sono accontentati e abbandonati al vitalismo.

*1 Cfr. - Erich Fromm – Love, sexuality and matriarchy about gender – ed. Fromm International Usa 1999 – pag. 93-115

*2 Designerò con U maiuscola la parola Uomini quando si tratta di tutti gli esseri umani, quindi comprendendo le donne o i bambini. Designerò con la u minuscola quando parlerò di uomini in quanto maschi.

16.

Niente di male in tutto ciò ma come dissi prima, ricordare le proprie origini forse ci può dare un'idea del progetto grandioso a cui apparteniamo e quanto possiamo fare

per curare la nostra società attuale, che è una società fortemente intossicata e ammalata.

Nel taoismo due sono stati gli attori più significativi, i folli eremiti (Confucio li chiamava così), studiosi che rifiutarono cariche pubbliche importanti per prendersi cura di se stessi e della loro vita e gli sciamani che nella maggioranza erano delle donne (wu).

Gli intellettuali ci lasciarono dei capolavori poetici (per es. il Tao Te Ching ma non solo) che narravano ermeticamente e paradossalmente le vicende di un passato lontano anche per loro *1

Essi parlavano della madre, progenitrice cosmica come inizio e termine di tutte le realtà.

In una società corretta ma rigorosa e rigida e patriarcale come quella confuciana, questo potrebbe avere avuto il sapore di una bestemmia.

La madre nella società confuciana, non era più una figura eroica da ammirare e a cui appellarsi in caso di bisogno, ma piuttosto una stampella del marito, che avendo paura di essere avvelenato, (scherzo!) qualche volta l'interpellava. La donna non era più la genitrice che partoriva, curava, e proteggeva le sue creature, ma piuttosto la serva a cui sobbarcare tutti i lavori umili (pulire, cucinare, rassettare, rammendare e amministrare).

La madre e la storia del matriarcato, non è una storia scritta e quel poco che si sa è grazie a letture come il Tao Te Ching.

La madre nella società protostorica era la figura attorno alla quale ruotava tutta la società. Questa comunità era di tipo collettivistico, molto rilassata e non c'era niente da fare che non fosse fatto (Wuwei).

Tutti si radunavano attorno alla madre perchè era lei ad avere l'unica proprietà degna di significato, e cioè il potere di far generare.

Questo potere incuteva tanta ammirazione e rispetto che per milioni di anni gli uomini vissero senza conoscere i loro padri biologici, a contatto stretto con la Natura in uno stato di consapevolezza indifferenziata. (stato magico)

Giunse poi il giorno in cui i figli maschi di Tiamat*2 la sfidarono sulla procreazione, dando prova di essere capaci anche loro di generare.

*1 I taoisti parlarono di una mitica età dell'oro riferendosi a questo passato matriarcale collettivista e comunista
Cfr. J. Needham - op. cit – pag. 42-96

*2 Cfr. Erich Fromm – op. cit. Pag.93-115

17.

E come?

Attraverso la parola riuscirono a far apparire e sparire un mantello. In questo mito caldeo, che più o meno appare fra i cinque e i sei mila anni fa, cioè all'inizio della nostra storia e all'inizio dell'apparizione della scrittura, ci dà un lampo di verità su quello che può essere successo quando gli uomini scelsero di governare invece che lasciar comandare le loro madri.

L'inizio del linguaggio e della scrittura segna l'avvento di una società più evoluta e strutturata e la premessa della nascita della scienza e della tecnologia e del Progresso. Con essi arrivò il patriarcato, sorse la proprietà privata e l'organizzazione del lavoro parcellizzata e incominciò l'alienazione *1

Nel patriarcato cambiò anche la sessualità, che forse della vita è uno degli aspetti più importanti e significativi.

Come dicono gli inglesi noi spendiamo gli anni più belli alla ricerca di un partner ideale e se siamo intelligenti di un partner adatto a noi.

Nelle comunità protostoriche, la sessualità era un fatto normale, naturale, molto libero e non c'era nessun romanzo da raccontarsi e le donne venivano impregnate senza che gli uomini ne avessero conoscenza. Anzi si pensava fossero le piante o una particolare roccia a dare energia per creare un nuovo essere. Chiaramente la donna era l'unica che possedeva il potere di generare per cui era molto rispettata.

Con l'avvento della società patriarcale nacque un nuovo tipo di sessualità che aveva in se i germi dell'alienazione.

Gli uomini, che ora erano al comando della comunità dovevano provare di essere dei Leader. Comandavano le comunità e dovevano provare al mondo e alle donne di essere forti e secondo la visione psicanalitica di poter erigere il pene, che è sempre un atto dimostrativo.

Le donne al contrario, durante l'atto sessuale, non hanno mai avuto niente da dimostrare, potevano o possono benissimo pensare a qualcos'altro.

Non credo sia stata diversa la fisiologia maschile e femminile nel periodo matriarcale o patriarcale, quello che penso è che è cambiato l'atteggiamento del maschio nei confronti della femmina e cioè l'uomo non venera più in lei la Madre ma piuttosto vede in lei la femmina da utilizzare, sottomettere e disprezzare per la sua debolezza.

*1 Cfr. Shizuto Masunaga – Esercizi Zen per immagini – ed. Mediterranee - Roma 1996 – pag

18.

Queste storie sono avvallate dalla Bibbia, Eva proviene da una costola di Adamo, invece che essere Lei a generarlo, oppure da Freud, che dimostra, sulla base di analisi di pazienti nevrotiche come le donne abbiano invidia del pene oppure dai Romantici che dicevano, l'anatomia è il suo fato o altri.

Questa storia umana ci deve far riflettere che le cose non sono sempre state così e che certamente, a mio avviso il periodo matriarcale era più confortevole per la vita sia delle donne che degli uomini che dei bambini e che il Rispetto della Vita per ogni essere vivente che l'incarnava fosse molto alto. Non penso ci fossero problemi di stupro o violenze sessuali.

Lo Shiatsu è soprattutto questo: Rispetto per la Vita.

Certamente il periodo patriarcale porta ad un innalzamento della consapevolezza individuale apre l'uomo alla scienza e alla tecnica che poi diverrà tecnologia.

Solo con questo argomento si potrebbero scrivere vari libri.

Quindi se da un lato l'uomo diviene più libero dalle paure e dalle superstizioni perchè, attraverso l'uso della razionalità diviene più consapevole, sull'altro versante sarà più pazzo perchè il suo cervello biologico non è ancora in grado di staccarsi completamente dalla Madre. (Natura, Legge, Sua Amica e Nutrice).

Assistiamo, nella nostra epoca, che è un momento di grande confort di benessere materiale per la razza umana, frutto dello sviluppo tecnologico ad un aumento vertiginoso di disturbi psichici e relazionali.

Quello che io sostengo è che una società più al "femminile" (ma non perchè si vogliano più donne al potere, che in questo momento cercano di imitare il gallismo dei maschi) porterebbe più benessere tra gli individui.

Io credo che lo Shiatsu sia qualcosa che non appartiene alla tecnologia bensì a qualcosa di più antico, appartiene ad un cervello umano profondo, non la corteccia frontale sviluppatasi durante il patriarcato ma piuttosto il cervello medio antico, che si attiva attraverso l'atto empatico.

L'empatia è quella cosa che, senza parole, ci fa dire tu sei come me con due braccia, due gambe, gli occhi e un cuore e sento quello che provi e con queste sensibilità attraverso questa modalità posso alleviare il tuo dolore e la tua infelicità.

MATRIARCATO

INDIVIDUO, uso sistema limbico profondo, anteriore alla corteccia, unione indistinta con la Madre, la Natura e i ritmi cosmici. Consapevolezza indifferenziata. Estasi mistica, magia.

SOCIETA', lavoro collettivo e anarchico (ognuno fa quello che può e che vuole), beni in comunità, tecniche manuali e artistiche (creta, statuette, graffiti) uso delle erbe come medicine, tocco per curare (Teate)

STRUTTURA RELAZIONALE le madri dirigono, i figli sono di tutti, i rapporti sessuali sono liberi, a nessuno viene in mente di riconoscere il proprio figlio. La donna è l'immagine della Natura feconda, l'uomo è sterile. Presunta assenza di violenza sessuale.

PATRIARCATO

INDIVIDUO, sviluppo della corteccia prefrontale, sviluppo dell'ego consapevolezza differenziata

SOCIETA', organizzazione del lavoro, parcellizzazione del lavoro, nascita della scienza e della tecnologia, proprietà privata, uso del farmaco chimico. Inizio della nascita del Progresso

STRUTTURA RELAZIONALE i padri dirigono, struttura fondamentale è la famiglia che si basa su rapporti di controllo e regole, rapporti sessuali vincolati, i figli sono proprietà del padre, che alla sua morte cederà il patrimonio. Non è più così importante la fecondità naturale della donna. L'uomo non è più sterile grazie all'uso delle macchine e produce progresso. Inizio del dominio sulla donna e violenze sessuali. Inizio della dipendenza della donna dal maschio e inabilità di fare da sola.

Il comportamento femminile della Pressione :Pressione costante

Premessa

Questa idea della femminilità della pressione è completamente mia, nel giusto o nello sbagliato. Di Masunaga è invece il concetto di sensibilità arcaica e differenziata e i vari collegamenti che fa col cervello.

In origine volevo rimaneggiare questo brano di Masunaga per renderlo più adatto alla nostra mentalità occidentale.

Purtroppo mi è stato quasi impossibile poichè la grandezza di Masunaga risiede nell'essere capace, sotto forma di pensiero circolare, di mettere insieme tanti elementi che, apparentemente non hanno nulla a che fare fra di loro. Per cui ho deciso di lasciare quasi invariata la seconda parte di questo brano che è tratto dal libro di Masunaga, Shiatsu et Medicine orientale, nella edizione francese,

Un elemento della pressione Shiatsu di Shizuto Masunaga: Caratteristiche della Pressione Costante

Shizuto Masunaga annovera un trio di qualità pressorie noto certamente a tutti, la pressione si deve fare perpendicolarmente, la si deve mantenere, e anche con sostegno.*1

Nella Pressione Perpendicolare senza dubbio io vedo una qualità maschile, di qualcosa che va dritto al centro.

Tutti sappiamo quante ore abbiamo provato ad essere a 90% col corpo del Ricevente e ad esultare quando riusciva per più di dieci minuti per volta.

La Perpendicolarità nella Pressione shiatsu è un evento veramente difficile da realizzare, ma il suo pregio sta nell'essere potente, e quindi anche attuabile dalle Operatrici, che, fisicamente, hanno meno muscoli degli operatori.

La Pressione Perpendicolare è veramente l'unica cosa che riesce a sciogliere muscoli intasati o a richiamare alla vita, cioè in superficie, energie degli organi che altrimenti sonnecchierebbero all'interno del corpo.

*1 Sarebbe bello poter parafrasare anche la caratteristica del Sostegno, che Masunaga ha sostituito a quello della Concentrazione ammessa dal Ministero della Sanità giapponese. Lasciando a voi questo compito, dirò, che a mio parere, anche la caratteristica del sostegno nella pressione ha una qualità femminile.

Non mi dilungo sulla perpendicolarità perchè ora il mio è un altro compito.

Quello che rende gradevole e squisita la Pressione Perpendicolare è la continuità dell'atto pressorio fino a quando si è arrivati alla fine.

La Pressione Costante aiuta il corpo a rilassarsi sotto il potere della perpendicolarità, e quindi si sparge tutto intorno al punto o area premuti.-

Questo atto avviene in maniera straordinariamente forte eppure dolce e i due gesti ben si compenetrano l'un l'altro.

Ciò che rende "femminile" la costanza della pressione è la qualità avvolgente ,intorno allo tsubo,e la qualità di allargamento della sensazione nelle regioni circostanti e anche la qualità di attesa e accoglimento della pressione perpendicolare.

Quando si fa Shiatsu cioè, non si toccano in modo ritmico i tessuti muscolo-connettivali ma piuttosto "si sta" sul punto o area in modo da poter comunicare con l'interno e i territori circostanti (pelle,muscoli, tendini tec...)

Questa sensazione di abbraccio che si ha nella pressione costante ricorda proprio quello della madre quando coccola il suo bambino che piange dopo essere caduto ed essersi sbucciato un ginocchio.

Mentre nella perpendicolarità pressoria vediamo l'ingegno e la forza di penetrazione,nella pressionecostante siamo rincuorati,ci ricordiamo di essere protetti e benedetti dalla Madre(Tao-Natura),che è grande e benevola.

Inoltre S.Masunaga,genialmente a mio avviso, fa delle ricerche e mette insieme anche ricerche altrui *1, collegando la pressione costante al funzionamento del nostro cervello più antico.

Da buon Orientale la prende alla lontana parlando degli tsubo e di come si fa a trattarli.

Gli tsubo, dice,al contrario di quello che si vuol far credere ,non sono quelli dell' agopuntura (Shin Kyu giapponese per aghi e moxa) che si riconoscono con un cognitore elettrico o con la conoscenza anatomica della loro posizione.

Gli tsubo sono piuttosto luoghi di alterazione patologica dove è necessario intervenire per far guarire

*1 Cfr. Shizuto Masunaga – Shiatsu et Medicine Orientale – ed. Le Courier du Livre – Paris 1999 pag. 52

Secondo il punto di vista orientale se la circolazione del Ki-Ketsu (giapp sta per energia - sangue) nei meridiani è normale non si hanno malattie..Quindi gli tsubo non sono qualcosa di predefinito come troviamo sui libri,ma piuttosto delle aree che reagiscono al trattamento.

Quindi lo tsubo è un punto di trattamento valido per la cura.

Imparare a riconoscere con la percezione abilmente gli tsubo significa fare una buona diagnosi. Quindi fare shiatsu non è come fare agopuntura o moxa (o anche alcuni tipi di shiatsu dove i punti vengono scelti prima.,questa considerazione è mia) è fare diagnosi e trattamento nello stesso tempo.

Nell'agopuntura quando non ci sono anomalie è difficile percepire chiaramente lo scorrere del Ki.

Ma con lo shiatsu siamo in grado di percepire chiaramente la forza e la vitalità del Ki anche se la persona non ha sintomi.

Nel ShinKyu (aghi e moxa) agiamo su casi patologici dichiarati mentre con lo shiatsu possiamo sentire la distorsione nei meridiani anche in caso di media salute o semplice fatica

Per questo motivo lo shiatsu dovrebbe giocare un ruolo sempre più importante come metodo igienico per la prevenzione delle malattie .Anche i testi classici lo mettono fra le tecniche di Shinsen (giapponese per metodi di lunga vita)

A Masunaga sembra naturale quindi affermare che lo Shiatsu (cioè l'Anma classico) è stato un insegnamento indispensabile come uno dei quattro metodi base del Kanpo.(medicina tradizionale giapponese) conosciuto come Setsushin.

“*1 Il Shuketsu (dal giapponese “prendere il punto”) non sta solo nel trovare i punti ma anche a fare una selezione necessaria per il trattamento.

Questo significa che si deve produrre un'arte diagnostica che ci aiuti a trovare lo Tsubo.

*1 Traduzione libera mia dal francese di Shiatsu et Medecine orientale op.cit

La parola Tsubo corrisponde all'ideogramma cinese:

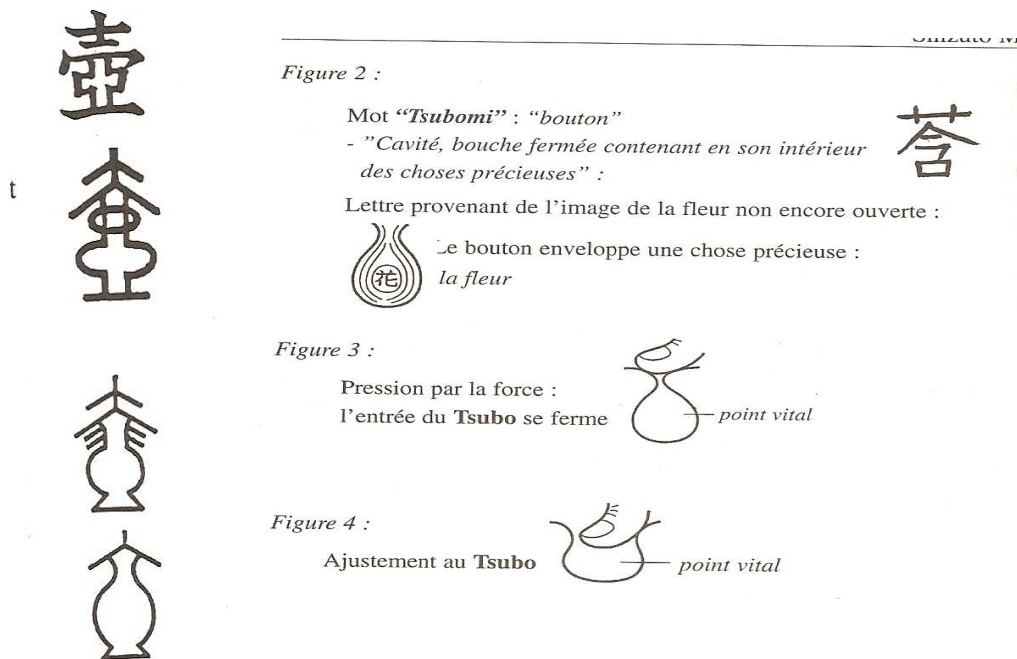


Fig.1

Tsubomo

Questo pittogramma raffigura un vaso la cui apertura, letteralmente la bocca, è chiusa. Il nome di questo vaso è Tsubomo. L'apertura del vaso è piccola come a contenere presumibilmente cose preziose e c'è stato messo sopra un coperchio.

La lettera Ketsu corrisponde alla traduzione di fossa o depressione e rappresenta anche un'apertura che si restringe, al di sopra della quale è posto un tetto.

D'altra parte se andiamo a vedere il significato di Tsubomi (giapponese che sta per bocciolo) vediamo che c'è un'erba e una lettera 苔 che vuol dire contenere.

Questo rappresenta una pianta nel periodo appena prima la fioritura. Noi diremo che si tratta della bocca chiusa della pianta prima di divenire fiore, appunto come un bocciolo e se noi ci appoggiamo con forza sopra la bocca del bocciolo, questa si chiuderà ancora più fermamente. Ci ricorda l'immagine di una vergine. Affinchè il bocciolo si apra, noi dovremmo accarezzare dolcemente con la mano l'entrata (= bocca).

Con questo io vorrei farvi riflettere sul fatto che la tecnica manuale con la quale noi aspettiamo tranquillamente perchè si sciogla la resistenza, è un requisito preliminare alla puntura dello Tsubo (quindi anche al trattamento fatto con aghi o moxa).

Poichè lo Tsubo corrisponde ad una parte vitale, difenderà la sua entrata (bocca) tenacemente perchè questa è la sua propria natura.

La psicologia moderna insegna chiaramente che più uno è ammalato gravemente, più la sua pelle è in uno stato di allerta mettendo in tensione il Gran Simpatico.

Affinchè le aggressioni dall'esterno non possano penetrare troppo facilmente all'interno dove ci sono i punti deboli, la pelle oppone una resistenza muscolare difensiva.

Se si prova a penetrare nello Tsubo forzando questa resistenza della pelle, si può avere una forte reazione di rigetto.

Quindi se con l'ago pungiamo e c'è questa resistenza, l'ago non può nè penetrare nè essere ritirato e a volte sfortunatamente si rompe.

Più lo stato patologico è grave, più la tendenza di protezione della pelle è forte. Quindi la puntura con gli aghi deve essere fatta sulla pelle in modo che si immerga naturalmente.

Lo Shiatsu non esige così tante precauzioni ma ha comunque per principio l'esercitare la pressione perpendicolarmente e in modo continuo in modo tale da attenuare la reazione del Gran Simpatico.

La pressione perpendicolare è una pressione pressochè naturale e la pressione continua ha per principio quello di neutralizzare la percezione sensibile della pelle”1*

Questo modo di trattare (unito al terzo principio di Shizuto Masunaga, cioè sostegno reciproco, dove l'Operatore e Ricevente sono appoggiati anche fisicamente l'un l'altro) è lo Setsu-Shin del Kanpo, cioè il vero modo di vedere le cose secondo la medicina orientale.

Lo Setsu-shin, o indagine del tocco, non è da confondere con lo Shokushin (che vuol dire anche toccare) della medicina occidentale.

Nello Shokushin c'è antagonismo fra il medico e il paziente ed è completamente diverso dal sentimento di partecipazione che c'è nello Setsu-shin.

Quello che noi sentiamo, per empatia, nello Setsu-shin, è la condizione vitale dell'organismo nella sua globalità.

Questo è possibile grazie alla Sensibilità Arcaica (o primitiva) che Masunaga contrappone alla Sensibilità Superiore Differenziata.

La sensibilità arcaica, contattando gli Tsubo, percepisce il loro stato patologico e porta anche certezza della possibilità di guarigione. Porta anche la certezza di non essere da soli, perchè la Vita non può esistere isolatamente ed è attraverso il sostegno reciproco che prende coscienza di se stessa.

1* S.M. op cit pag. 55-56-57

Masunaga afferma che è su questa concezione della vita che è fondata la sua teoria di Shiatsu. I medici (che non conoscono lo Shiatsu almeno che non siano degli Operatori) quando ci mandano un Ricevente scrivono sulla ricetta uno o sei o dieci massaggi Shiatsu.

Lo Shiatsu non è un Massaggio, e non solo concettualmente (cioè lavora con i meridiani e non con il sistema anatomico) ma anche tecnicamente.

Masunaga spiega chiaramente anche con due disegni *1 che il toccare può essere fatto in maniera diversa se si è un Non Vedente oppure se si è un Operatore Shiatsu.

Fig.5

Sensibilità arcaica proveniente dal cervello medio antico

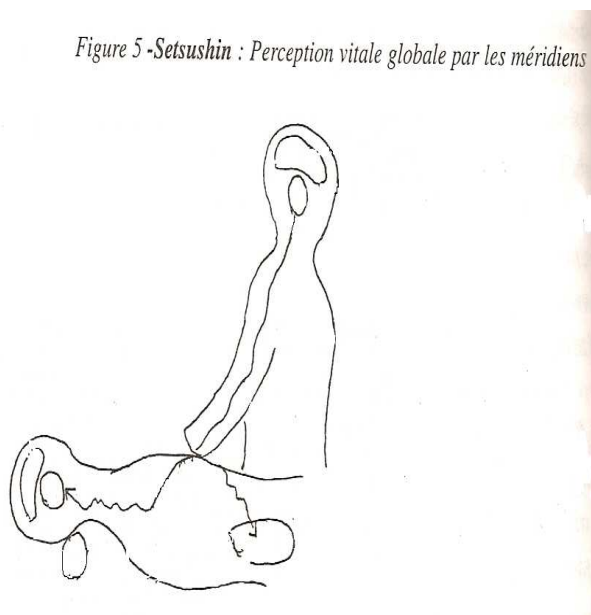
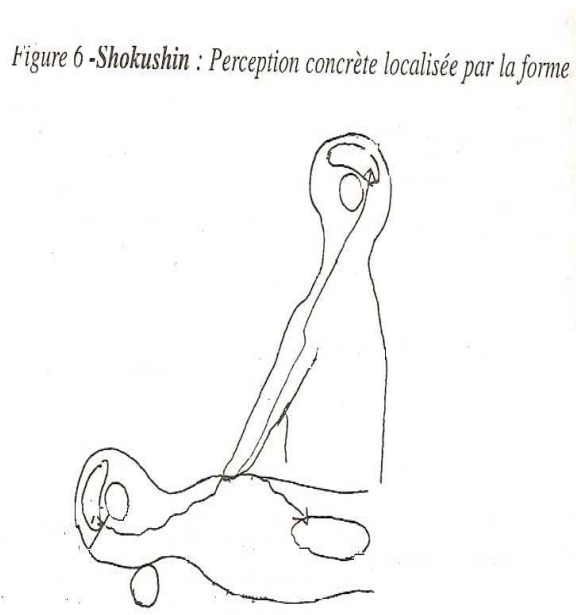


Fig.6

Sensibilità differenziata proveniente da corteccia frontale, cervello recente



Colgo l'occasione per salutare la "Non Vedente" presente a Sportilia che ha confermato queste riflessioni.

Come tocca un Non vedente?

Un Non vedente usa le dita gentilmente per conoscere quello che ha in mano (si sa che i Non vedenti hanno un tatto più sviluppato dell' Uomo normale).

*1 S.M. op cit pag. 60

Masunaga spiega, con una analogia, che questa maniera di percepire è come quando un insetto muove le antenne.

L'avete mai visto?

Toccano delicatamente e ritmicamente per vedere cos'è la cosa che hanno di fronte.

Questo modo di toccare è comandato dalla Sensibilità Differenziata, che conosce grazie al cervello superiore, il cui compito è di analizzare oggettivamente quello che si ha fra le mani, e cioè riconoscere l'oggetto.

Questo tocco è variabile e localizzato, la coscienza è vigile, la percezione stimolata e i muscoli dell' Operatore sono contratti.

Nello Shiatsu (o setsu-shin) la percezione allo stimolo invece viene neutralizzata allorché interviene la pressione continua (insieme a quella perpendicolare) e viene attivata la Sensibilità Arcaica (o primitiva).

La Sensibilità Primitiva riguarda la sensibilità degli organi interni e non ha il compito di riconoscere gli oggetti ma assicurarsi che i meccanismi vitali siano sempre in funzione.

La Sensibilità Primitiva ha la funzione di assicurare la conservazione della vita attraverso l'adattamento tra l'interno e l'esterno e quindi non fa separazione tra Sè e gli Altri ma al contrario agisce con un sentimento di fare corpo, di fare un tutt'uno con l'altro.

La Sensibilità Differenziata riceve a livello di corteccia cerebrale, il riconoscimento degli oggetti per confrontarli con quelli di esperienze passate.

La Sensibilità Primitiva invece captando sensazioni estranee, provenienti dagli organi al cervello medio, agisce sul senso emozionale, sull'affetto.

Per quel che riguarda i meccanismi dei sistemi nervosi, allorché c'è tensione nel Simpatico, chiaramente è la Sensibilità Differenziata che si attiva, mentre se c'è tensione nel Parasimpatico è la Sensibilità Primitiva che diviene al contrario predominante.

E' normale che, durante il periodo di attività gli animali utilizzino la Sensibilità Differenziata poichè è necessaria a vivere nel mondo mentre nei tempi di riposo, la funzione vegetativa è più importante per l'adattamento all'ambiente.

Masunaga passa poi a dimostrare attraverso disegni *1 (che Yuji Yahiro ci aveva fatto avere come dispensa nei suoi primissimi corsi e ci eravamo chiesti quale ne fosse il significato) come la Pressione Costante sia solo un fatto che appartiene allo Shiatsu e cita M. Serizawa con il suo Kymografo (apparecchio di registrazione grafica della successione nel tempo del movimento degli organi) che mostra il carattere peculiare della pressione costante nello Shiatsu.


Figure 7 - Courbe de pression du Shiatsu
par le pouce



Figure 8 - Courbe ondulée
de l'Appaku par le pouce



Figure 9-10 - Courbe ondulée
du massage

par un expert 

par un débutant 

Figure 11-12 - Courbe ondulée
de l'Anma

 par un expert

 par un débutant

La Sensibilità Differenziata ci fa percepire gli oggetti separandoli, confrontandoli, classificandoli ed elabora così la conoscenza.

“*2 Il suo principio base è la distinzione di due cose, l'un in rapporto all'altra e questo corrisponde alla funzione di mettere ordine nell'ordine disorganizzato delle cose. Allorchè una cosa, nella situazione Spazio e il suo rapporto, di Tempo passato o futuro, non può essere differenziata l'una dall'altra, non ci può dare una conoscenza esatta.

La distinzione fra se e l'altro si afferma sempre di più nella misura in cui si sviluppa la Sensibilità Differenziata e tutta l'attività dell' individuo si radica dentro un centro di fissazione inesorabile che è il punto di vista personale”

*1 S.M. op cit pag. 62

*2 S.M. op cit pag. 65

Nella prima parte di questo lavoro non mi sembra di avere commentato la visione sul Sapere degli antichi Taoisti per cui cito alcuni frammenti di un passo del capitolo 20° del Tao Te Ching.

**“Getta il sapere e sarai
senza preoccupazioni....
che differenza fra bene e male....
...io sono solo miope....
sono indeterminato come il mare....
sono come vento che spira senza
confini.
...mentre tutti gli uomini agiscono in modo proficuo,
io solo risuldo incapace
Ma la differenza fra me e gli altri, sta
nel fatto che io mi nutro dalla Madre.”**

Questa volta mi servo oltre del Tao Te Ching anche di Masunaga per affermare che è nella Sensibilità Arcaica che noi troviamo la nostra efficacia di Operatori Shiatsu.

Il contatto della Sensibilità Arcaica sarebbe dunque questo legame con la Madre?

“La vita è nello spazio condizionata da un sostegno reciproco e nel tempo si sviluppa come una spirale”^{*1}.

A volte questa sensibilità viene percepita come un Sesto senso, fuori dai cinque sensi della Sensibilità Differenziata ma direi che corrisponde piuttosto ad una sorte di istinto vitale soggiacente ai cinque sensi e comune a tutti gli esseri senzienti.

Di fatto, con lo sviluppo della Sensibilità Differenziata, noi abbiamo smesso di averne coscienza, o più esattamente non siamo più capaci di “assaggiarla” (afferrarla, prenderla)

Se gli Tsubo sono qualcosa di vitale e la loro risonanza influenza il funzionamento degli organi interni, non è che comunicano come i nervi del sistema nervoso centrale, il cui circuito è preciso, ma si tratta di un meccanismo più complesso del sistema nervoso.

I nervi compaiono come facenti parte della funzione animale.

^{*1} S.M. op cit pag. 65

Mentre la caratteristica della funzione vegetativa assomiglia di più ad una funzione liquida.

Ed anche i meridiani sono definiti nella tradizione come fiumi (dell'energia – sangue).

“*1 Se consideriamo i meridiani come qualcosa indissolubilmente legato alla vita, si dovrà pensarli come qualcosa che si è sviluppato a partire dalla circolazione del citoplasma che possiamo osservare nelle cellule.

Quando una cellula si divide, un foglietto embrionale esterno, (esoderma) che dà nascita a volte alla pelle, a volte al sistema nervoso, fa comunicare l'esterno con l'interno.

Quanto agli organi interni, nati dal foglietto embrionale interno (endoderma), per potersi adattare all'esterno e comunicare con esso, utilizzeranno la circolazione citoplasmatica sotto forma di meridiani. E possiamo pensare, che per assicurare la sorveglianza di questa comunicazione e adattamento, degli orifizi saranno aperti dei punti (Keiketsu giapponese per punti dei meridiani) sul tessuto cutaneo, come con la medesima intenzione, sono stati creati dei ricettori sensibili della pelle.

Queti orifizi si aprono e si chiudono e non si specializzano come gli organi sensoriali.

Dobbiamo quindi pensare ragionevolmente che quando c'è uno squilibrio nell'organismo, i punti (Keiketsu) assicurano la conduzione liquida (dell'energia) verso gli organi interni e allorchè ci sostituiamo artificialmente a questa funzione con l'intervento (Shiatsu) viene prodotta una risonanza nei meridiani.

Ma dire artificiale, non significa veramente questo.

Questo modo artificiale deve avere le stesse qualità della natura e quindi deve essere molto vicino a quello naturale.

Quando noi riusciamo ad arrivare a capire in modo reale la verità dei meridiani, noi arriviamo a realizzare la concezione orientale della Vita.

Io penso che questo approccio è la cosa più importante per sperimentare uno Tsubo.

Se vogliamo “prendere” uno Tsubo, non si tratta di procedere a tentoni come i non vedenti che procedono così per rendere il loro tocco più sensibile.

Questo, può in realtà contribuire allo sviluppo della scienza, ma anche non permette di sentire la Vita. La Vita deve essere avvicinata dalla Vita stessa e percepire uno Tsubo bisogna farlo con la Sensibilità Primitiva.

Noi diciamo che dobbiamo metterci al posto del Paziente, ma in realtà, è toccare la pelle in simpatia, che ci mette in risonanza con la Vita compreso il cuore del cosiddetto Paziente.

Questo toccare deve essere fatto con una Pressione Stabile, Penetrante e per contatto diretto con la pelle del soggetto.”

*1 S.M. op cit pag. 66-67

Nel libro viene fatto vedere come stringere la mano ad un altro possa essere diverso, noi possiamo sfiorare la mano dell'altro/a o possiamo chiudere le nostre mani chiudendole su quelle dell'altro/a e così sentire il cuore della Persona.

E' questo il contatto che attiva l'empatia e con questa risonanza con la vita, noi possiamo sentire gli Tsubo.

Le dita quindi non si appoggiano sugli Tsubo ma vengono accolte da essi naturalmente.

Quando curiamo lasciandoci guidare dal Teate (giapponese per istinto naturale del tocco con le mani), gli Tsubo ci indicano naturalmente la loro posizione. Ma noi che usiamo prevalentemente l'intelletto non sappiamo trovare gli Tsubo se non per quello che abbiamo studiato.

	Sensibilità Differenziata
Corteccia Frontale	Sistema nervoso simpatico
Cervello Superiore	Organi di senso
	Conduzione elettrica (nervi)
	Shokushin (antagonismo fra Dottore e Paziente)
	Medicina occidentale
	Conoscenza classificatoria (intellettuale)
	Sviluppo dell'Io
	Pressione alternata (tocco dei non vedenti e varie forme di massaggio, fra cui l'Anma moderno) e ritmica
Cervello Medio	Sensibilità Arcaica (o Primitiva)
	Parasimpatico
	Tsubo
	Conduzione liquida (meridiani)
	Setsushin (sostegno fra Operatore e Ricevente)
	Medicina tradizionale orientale (Kanpo)
	Conoscenza primordiale, empatica
	Sviluppo della Vita (unione con gli Altri)
	Pressione costante (tocco peculiare dello Shiatsu, è una delle sue caratteristiche pressorie)
	Sesto senso (istinto vitale)

Conclusioni

E' mia opinione personale che questo scritto di Masunaga sia notevole per chiarire molte confusioni nello Shiatsu.

Mi sono sempre chiesta come mai gli orientali (giapponesi) riuscissero a fare Shiatsu in modo più naturale di noi occidentali.

Forse la risposta sta proprio nell'interpretazione di fondo che loro hanno della vita.

So benissimo che sto generalizzando e mi scuso di questa banalità.

Vorrei tuttavia affermare che in Asia, dove ho vissuto a lungo e dove continuo andare, c'è questo senso di benevolenza umana che pervade l'atmosfera.

Forse è la loro visione di Vuoto, forse è il loro Surrender (abbandonarsi alle energie della vita), sta di fatto che qui oggi abbiamo il lavoro di un giapponese, che, con una ricerca, ci spiega perchè la pressione Shiatsu deve essere fatta in un certo modo.

La visione di Masunaga è, a mio avviso, di grande aiuto per comprendere la nostra opera, che è grande e profonda.

Noi, in un certo senso, quando facciamo Shiatsu, riscriviamo la memoria delle nostre cellule (e quella dei nostri Riceventi) e da esseri confusi, tormentati e pieni di dolore diventiamo esseri chiari, pacifici e senza dolore.

Ribadisco che, secondo me, questo ha a che fare col nostro rapporto individuale e collettivo con la Madre – Natura e anche con le nostre madri terrene.

Riconoscere di essere luminosi, senza falsi ottimismo, ed essere capaci di evolvere è una delle caratteristiche dell' Essere Umano, a patto che sia capace di rinunciare all'eccesso di Intelletto e Materialità e di dirigere la sua Virtù (Te) verso le cose veramente importanti della vita.

Per quel che riguarda la Pressione Costante, avete sentito le parole di Masunaga e sapete che essere Stabili nella Pressione produce effetti terapeutici sulla nostra "Liquidità".

Secondo la medicina orientale e il Taoismo l'Acqua è sempre stata un simbolismo femminile.

La Pressione Stabile produce la reazione del Cervello più antico che è in contatto con la Vita (e la Madre che è produttrice di Vita) che è un fenomeno di partecipazione e unione.

Con la Pressione Costante noi arriviamo al Cuore, che comanda i nostri sentimenti, dove alloggia lo Shen, una delle cinque energie fondamentali perchè ci possa essere la Vita umana.

Ci arriviamo sia con l'atto pressorio schiacciando fisicamente i vasi, sia con un atto empatico facendo corpo con i nostri Riceventi.

Se lo Shen è disperso, entriamo in uno stato di confusione e diventiamo pazzi.

Se lo Shen è tranquillo possiamo godere una forte vita umana piena di affetti.

La Pressione Stabile è quindi una Pressione che condivide così come una Madre partecipa alla gioia e ai dolori dei propri figli.

La Pressione Stabile trova da se lo Tsubo perchè questo istinto partecipativo (Teate) viene utilizzato anche da questa sua caratteristica tecnica.

Questo non significa che non dobbiamo più studiare o aggiornarci come per esempio, fanno gli agopuntori, ma è necessario migliorare la nostra tecnica ed essere sicuri di essere Empatici *1 almeno quando facciamo Shiatsu.

Poi la Vita farà da se, con un buon scopo le energie si attiveranno da sole.

Credo che sia un Onore al giorno d'oggi fare Shiatsu, e anche se è duro e difficile e fa male dappertutto quando si è finito di operare, in realtà sappiamo di essere al servizio della Vita e che questo ci ricompenserà in mille modi, forse facendoci cambiare carattere o forse portando serenità e pace nelle nostre vite individuali.

E con questo ho finito, vi ringrazio della Vostra attenzione e fatemi sapere cosa ne pensate inviandomi una mail a Tehara@iol.it

*1 "Essere sicuri di essere Empatici", voglio chiarire che non è un "Dovere" ma piuttosto una qualità che si sviluppa attraverso l'uso di pratiche yogiche concentrando la mente e mantenendo il corpo flessibile.