

Parliamo di Qi, di energia, di soffi, di shiatsu, benessere e risorse dell'essere.....mica male come argomento....

ideogrammi e spiegazione

Una delle traduzioni originarie ed antiche di Qi è "tutto ciò che esiste", noi diremo che è la forza del movimento, dell'organizzazione e dell'animazione di ogni fenomeno (uomo compreso);

altre traduzioni dell'ideogramma possono essere:

aria, atmosfera, lo stato del cielo, il tempo meteorologico, la fortuna, le quattro stagioni e tutto ciò che è l'attività vitale dei 5 elementi.

Nell'organismo, addirittura, l'ideogramma del Qi, può essere tradotto con:

alito, il fiato, il respiro, l'umore, il temperamento, le emozioni ecc.

Le emozioni, per esempio, sono degli specifici movimenti del Qi.

Ogni ambiente è un Qi.

Volendo essere un po' misteriosi potremmo parlare di cielo, terra, universo e di tutti gli esseri che lo popolano attraverso i soffi, entità in continuo mutamento senza limiti definibili;

i soffi costituiscono il tutto, gli esseri sono ammassi di soffi e questo rende ogni cosa permeabile al resto in una infinita enorme risonanza, Tutto e tutti corrispondono con tutto e tutti in un insieme, una unità assoluta.

Chi o cosa presiede ai soffi ci sfugge ed è la domanda più importante dell'essere, è al di là delle nostre comprensioni e dei nostri sensi, molte religioni e filosofie vi hanno dedicato secoli e secoli di studi arrivando all'univoco risultato che soltanto una fede può dare un surrogato di risposta.

La comparsa dei soffi è la genesi, dall'ammasso primordiale ove tutto è potenzialità, ma ancora tutto è indefinito; i componenti fondamentali del cosmo, della materia e degli esseri è una indefinibile amalgama di potenzialità in cui è impossibile trovare ciò che poi diverrà il nostro quotidiano.

E' il fondamento della vita, ma trascende dal nostro sapere, secondo i filosofi taoisti dell'epoca, l'uomo deve la sua vita ad una condensazione di Qi, cioè dei soffi, così come la morte è dovuta alla separazione del Qi.

Dall'ammasso primordiale si ha condensazione e dissipazione di soffi, tutto origina dallo stesso brodo, tutto ciò che compone gli esseri ed il tutto ha la stessa medesima origine.

Il jing è l'essenza della concentrazione estrema dei soffi e rappresenta lo yin nella coppia costituente l'essere; i soffi yang rappresentano il Qi dell'individuo, la sostanza yin rappresenta l'apparenza corporea dell'individuo e tutto questo ruota e si amalgama in un incessante processo di continua mutazione per consentire quel magico equilibrio che è la vita.

Ogni operazione della vita è un equilibrio, un'armonica risonanza fra lo yin e lo yang dei soffi nella loro diversa fase di condensazione.

Yin/yang sono Qi, tutto è Qi, tutto l'universo è Qi; le forme concrete non esistono senza soffi.

La regolazione del Qi, della MTC tradizionale, è definita "l'arte del vivere" (rif Accademia) e parte dal concetto fondamentale che questa regolazione ha origine sempre dal cuore che comanda tutti i movimenti dei soffi nell'essere umano.

Una volta fatto un quadro sintetico, suggestivo e filosofico della visione orientale, andiamo a vedere cosa dicono i grandi esperti occidentali:

La teoria della relatività afferma che la massa non è altro che una forma di energia la quale non solo può assumere varie forme note nella fisica classica, ma può anche essere racchiusa nella massa di un oggetto, può trasformarsi in altre forme di energia.

Le particelle elementari non sono altro che pacchetti di energia. Quando tentiamo, con indagini tramite strumenti molto sofisticati, di andare a studiare le particelle infinitesimali, non troviamo mai nessuna sostanza, ma solo forme dinamiche che si trasformano incessantemente l'una nell'altra in una continua danza di energia.

Se stupisce e lascia scettici il concetto orientale del Qi, allora dovremo confrontarci con le problematiche sollevate dalla fisica moderna a partire dal principio di indeterminazione e dai concetti di probabilità.

consiglio la lettura del tao della fisica di capra

Nella fisica moderna, l'universo appare come un tutto dinamico, inseparabile che comprende sempre l'osservatore in modo essenziale.

I concetti tradizionali di spazio e di tempo, di oggetti isolati e di causa ed effetto, perdono il loro significato; tale esperienza è molto simile a quella dei mistici orientali.

Heisenberg sosteneva che: "I problemi del linguaggio sono qui veramente gravi. Noi desideriamo parlare in qualche modo della struttura degli atomi...Ma non possiamo parlare degli atomi servendoci del linguaggio ordinario".

La fondamentale unicità dell'universo non è solo la caratteristica principale dell'esperienza mistica, ma è anche una delle più importanti rivelazioni della fisica moderna.

Essa diviene evidente a livello atomico e si manifesta tanto più chiaramente quanto più si penetra in profondità nella materia; studiando i vari modelli della fisica subatomica vedremo che essi esprimono ripetutamente, in modi diversi, la stessa intuizione.

I costituenti della materia e i fenomeni fondamentali ai quali essi prendono parte sono tutti in rapporto reciproco, interconnessi e interdipendenti tanto che non possono essere compresi come unità isolate, ma solo come parti integranti del tutto.

L'immagine di una rete cosmica di connessioni reciproche che emerge dalla moderna fisica atomica è stata ampiamente usata in oriente per trasmettere l'esperienza mistica della natura

In base alle odierne regole della fisica è impossibile stabilire con esattezza l'orbita e/o la posizione delle particelle costituenti l'atomo;

questo ci conduce alla introduzione del concetto di probabilità di localizzare una determinata particella elementare che soppianta la teoria dei "mattoncini" elementari che costituivano il tutto.

Nonostante questa sconcertante nuova visione, gli oggetti solidi esistono e ciò è dovuto ai legami energetici che rappresentano in pratica il tutto delle strutture nucleari,

la capacità di auto organizzarsi delle strutture consente l'esistenza dell'universo.

Se accettiamo questa rete di interconnessione universale ove tutto è parte di tutto ed è originato dal medesimo calderone, l'uomo non potrà più essere osservatore esterno (come prevedevano le teorie di causa ed effetto legate al meccanicismo della fisica dell'epoca newtoniana), ma come operatore interno con la conseguenza di divenire parte integrante del fenomeno medesimo.

L'operatore diventa una delle infinite variabili imprevedibili del processo, con la conseguenza che l'umile essere umano è costretto ad accettare che esistono regole più grandi della nostra comprensione.

ma cosa ci combina tutto questo preambolo con lo shiatsu?

Tutte queste variabili hanno il risultato che diviene per noi impossibile stabilire a priori la direzione che uno stimolo portato dal nostro lavoro; è credibile che esso prescinda dal nostro desiderio, conscio o inconscio, di controllare il fenomeno

Ma veniamo all'argomento principale degli incontri di questo anno, ovvero il concetto di benessere e cerchiamo di capire come lo intendiamo noi operatori shiatsu

e sono convinto che quando ho detto la parola "benessere" ognuno di voi ha anche pensato ad una situazione priva di malattie portando inesorabilmente l'attenzione ai propri acciacchi, malumori ecc.

Vediamo, invece, adesso il concetto orientale di malattia; noi siamo abituati a pensare alla malattia come ad una situazione di male assoluto scindendo fra bene e male, ma

nella tradizione filosofica orientale la malattia è una condizione complementare all'essere che manifesta la sua reazione nella relazione con il tutto che lo circonda;

spesso una situazione di disagio è vissuta come un armonico rapportarsi con l'universo e la natura e pertanto come un importante campanello di allarme che avverte di fare attenzione alla propria condotta di vita, la morte non fa comunque paura perchè parte integrante, inevitabile del ciclo vitale.

Per noi che viviamo in una cultura così diversa dove il dolore è disagio, è molto importante portare i nostri uke all'attenzione ai lati positivi della vita e del proprio corpo;

spesso arrivano da noi persone che lamentano dolori, ma noi sappiamo che lo shiatsu non è in grado di garantire un risultato, un successo, perchè non è una terapia e non cura niente, non ci riesce la medicina attuale, figuriamoci lo shiatsu che come abbiamo visto parte da una condivisione energetica ingovernabile,

ma ha la grande capacità di portare il corpo ad ascoltare se stesso, crea una condizione di stimolo così importante che spesso le persone sentono immediatamente un grande cambiamento tanto da far perdere di vista la “manifestazione” per la quale si erano rivolti a noi.

Diventa di fondamentale importanza la comprensione del ruolo dell’operatore shiatsu e l’entusiasmo che ognuno di noi può mettere in gioco sapendo che la cosa affascinante di questa disciplina, come di altre, è di essere consapevoli di partecipare a quell’infinito ed incomprensibile miracolo che è l’universo, con umiltà, rispetto, passione, ma soprattutto tanto cuore.

Per concludere vorrei leggere un passo tratto da

Castaneda scrive nel suo libro “gli insegnamenti di Don Juan”:

“Qualsiasi via è solo una via, e non c’è nessun affronto, a se stessi o agli altri, nell’abbandonarla, se questo è ciò che il tuo cuore ti dice di fare.....Esamina ogni via con accuratezza e ponderazione. Provala tutte le volte che lo ritieni necessario. Quindi poni a te stesso, e a te stesso soltanto, una domanda.....Questa via ha un cuore? Se lo ha, la via è buona. Se non lo ha, non serve a niente”

Concluderei l’intervento sottolineando che l’operatore shiatsu deve essere una persona semplice come semplice è ciò che fa nel rispetto di regole al di fuori della comprensione umana,

quello che conta è l’amore per la disciplina e per l’altro essere umano, l’entusiasmo di condividere un “do” un percorso e la consapevolezza che se tutto appartiene a tutto ed è parte del tutto come origine dal medesimo brodo primordiale, un messaggio di positività e di benessere portato in questa infinita rete universale può solo avere un ritorno di piacere e positività.