

Lo shiatsu tra tradizione e fisica moderna

Tratto da:

“Il mondo come lo vedo” di Albert Einstein

“Come è strana la maggioranza di noi mortali!

Ognuno di noi è qui per un breve soggiorno, per quale scopo noi non sappiamo, sebbene qualche volta si pensi di percepirlo. Ma senza approfondite riflessioni, dalla vita di tutti i giorni si capisce che uno esiste per le altre persone; prima di tutto per coloro i cui sorrisi o il benessere o la cui propria felicità sono interamente dipendenti da noi...

...ogni giorno mi ricordo che la mia vita intima o esteriore è basata sul lavoro di altri uomini, vivi o morti, e che mi devo sforzare di rendere in uguale misura di quanto ho ricevuto e di quanto sto ancora adesso ricevendo...

Io non ho mai guardato al benessere e alla felicità come fini in se stessi.

Senza il senso di affinità con gli uomini che la pensano così, i banali obiettivi degli sforzi umani, possesso, successo apparente, lussuria mi sono sempre sembrati spregevoli.

.....

L'esperienza più bella che possiamo avere è il misterioso. È l'emozione fondamentale. Chiunque non riconosca questo e non sia più in grado di chiedere, di meravigliarsi è come morto e i suoi occhi sono offuscati.

La conoscenza dell'esistenza di qualcosa che non può essere penetrato, le nostre percezioni della ragione più profonda e della più radiante bellezza che solo nelle loro forme più primitive sono accessibili alle nostre menti.

Io sono gratificato dal mistero dell'eternità della vita e da una conoscenza, un senso, della meravigliosa struttura dell'esistenza, così come dal modesto tentativo di capire anche una semplice porzione della ragione che manifesta se stessa nella natura...”

Shiatsu, un ponte che collega oriente ed occidente, un viaggio tra filosofie e culture molto diverse. Quando si parla della nostra disciplina si ragiona spesso di *Qi*, di energia, di soffi, di benessere e risorse dell'essere.

Il concetto del *Qi* ha impegnato i filosofi cinesi di ogni tempo. Qui di seguito riportiamo l'ideogramma che lo rappresenta:

氣

Che è composto dalle seguenti radici:

气

"vapore"

米

"riso"

Ovvero, in una delle innumerevoli traduzioni,

"Un pugno di riso riscaldato emana vapore al cielo."

Ma altri modi di tradurre l'ideogramma di *Qi* possono essere:

- tutto ciò che esiste
- forza del movimento, dell'organizzazione e dell'animazione di ogni fenomeno (uomo compreso)
- aria, atmosfera, lo stato del cielo, il tempo meteorologico
- la fortuna
- alito, fiato, respiro, umore, temperamento, emozioni ecc.
- l'ambiente in cui viviamo.

Il cielo, la terra e tutti i “diecimila esseri” che la popolano costituiscono il tutto, gli esseri sono ammassi di soffi.

Tutto è collegato a tutto e tutti gli essere oltre ad essere collegati fra se, fanno parte del tutto.

Chi o cosa presiede ai soffi ci sfugge, è una delle domande, da sempre, più importanti dell'essere; va al di là delle nostre comprensioni e dei nostri sensi. Religioni e filosofie vi hanno dedicato secoli di studi arrivando all'univoco risultato che soltanto la fede può dare una qualche forma di interpretazione.

La comparsa dei soffi è la genesi,

dall'ammasso primordiale ove tutto è solo potenzialità, i componenti fondamentali del cosmo, della materia e degli esseri sono una amalgama in cui è impossibile distinguere ciò che poi diverrà il nostro quotidiano.

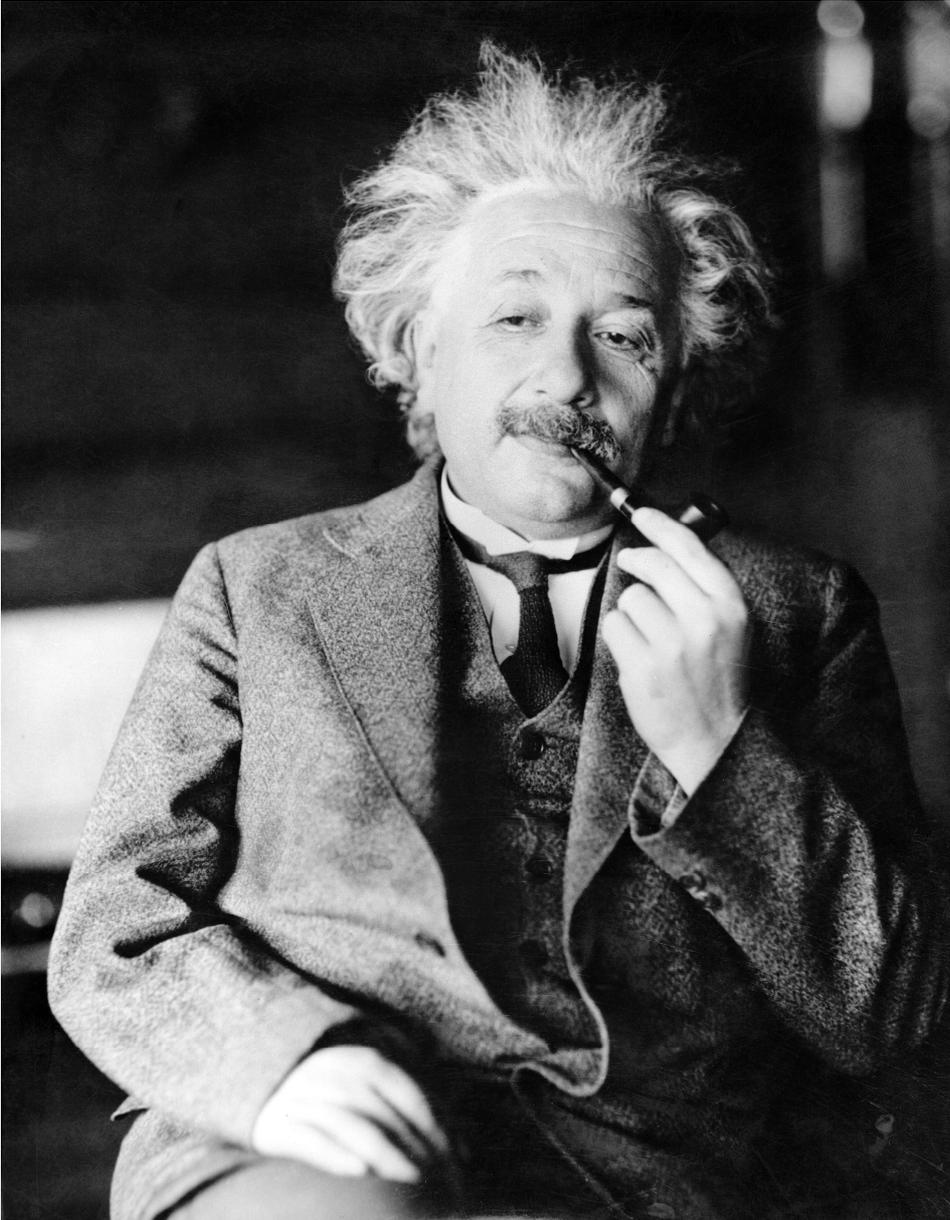
Secondo i filosofi taoisti, l'uomo deve la sua esistenza ad una condensazione di *Qi*, cioè dei soffi, così come la morte è dovuta alla dissipazione del *Qi*. Tutto nasce dallo stesso brodo.

Il presente ruota e si amalgama in un incessante processo di continua mutazione per consentire quel magico equilibrio che è la vita.

Ogni aspetto della vita è un equilibrio, un'armonica risonanza dei soffi nella loro diversa fase di condensazione.

tutto è *Qi*, tutto l'universo è *Qi*; le forme concrete non esistono senza soffi.

Andiamo a vedere cosa dicono i grandi "saggi" occidentali del secolo scorso:



In base alla teoria della relatività ([E = mc²](#)):

E = Energia

m = Massa

c = Velocità della luce

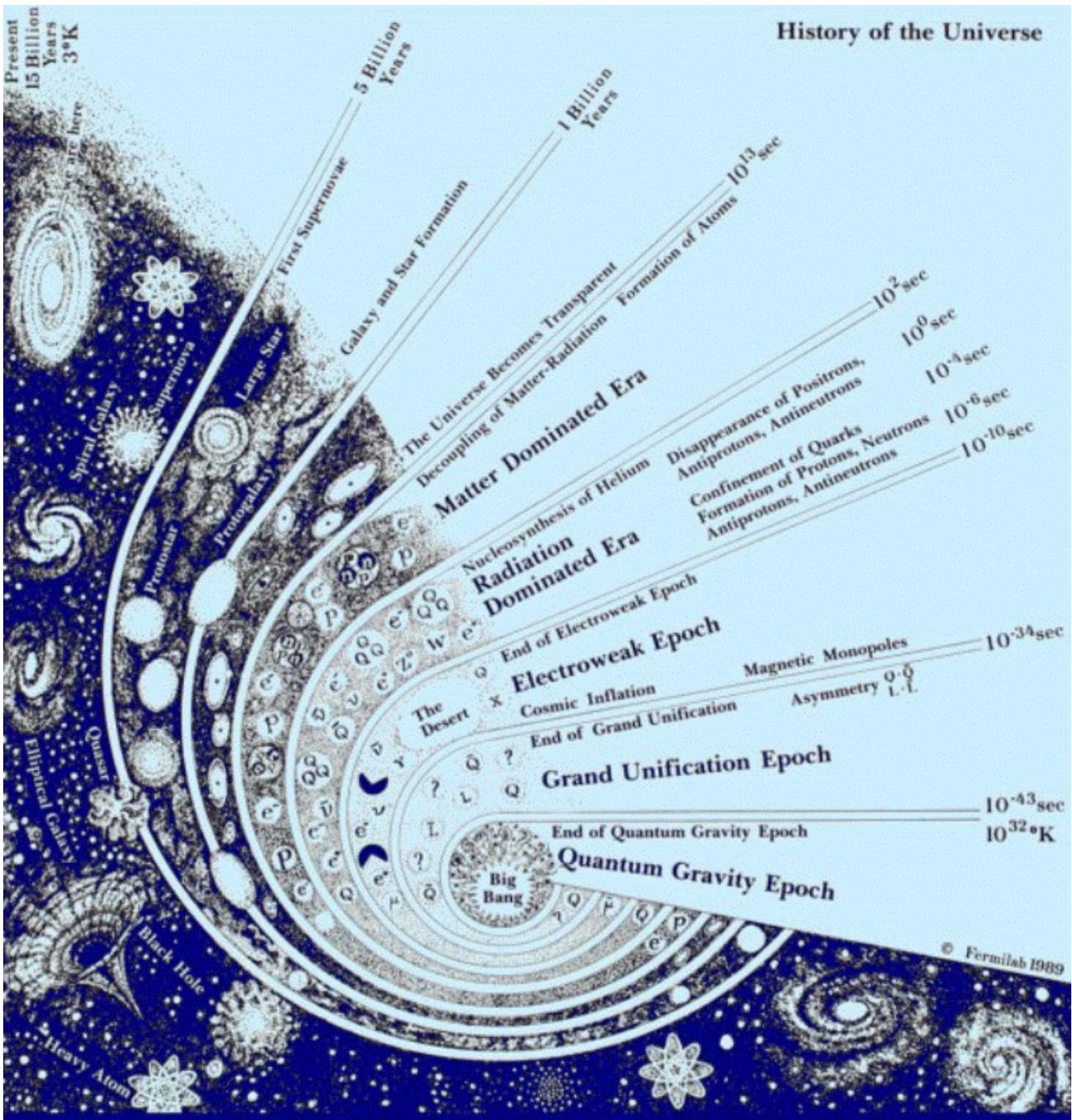
diventa facile capire come [massa](#) ed [energia](#) si equivalgano e come siano, per così dire, due facce della stessa medaglia (possiamo azzardare che, in sostanza, la massa è energia estremamente concentrata.....o condensata).

Le particelle elementari non sono altro che “pacchetti” di energia.

Quando tentiamo di andare a studiare le particelle infinitesimali, non troviamo sostanze “tangibili”, ma solo forme dinamiche che si trasformano incessantemente l’una nell’altra in una continua danza indefinita.

Se il concetto orientale del Qi, ci stupisce, dovremmo confrontarci con le problematiche sollevate dalla fisica moderna a partire dal principio di indeterminazione e dai concetti di probabilità introdotti nel secolo scorso.

Nella visione moderna della fisica, l'universo appare come un "tutto" dinamico e 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.

Se pensiamo che nella realtà del nostro vivere quotidiano siamo ancora a ragionare in termini "lineari meccanicistici" tipici del periodo illuminista, chissà fra quanti anni riusciremo ad assimilare il moderno concetto di energia.....

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

I costituenti elementari della materia e i fenomeni ai quali essi prendono parte sono tutti in rapporto, interconnessi.

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

“La capacità di auto organizzarsi delle strutture consente l'esistenza dell'universo”.

Se partiamo da questa rete di interconnessione universale, l'uomo non potrà più essere osservatore esterno di un fenomeno, ma parte integrante dell'evento.

Un operatore shiatsu diventa una delle infinite variabili di un processo individuato col termine “trattamento”, con la conseguenza che l'umile essere umano è costretto ad accettare che esistono regole più grandi della comune comprensione che prescindono dalla terrena volontà di intervento.

Tutte queste “variabili” portano alla conseguenza che diviene per noi (operatori shiatsu nel caso specifico) impossibile stabilire a priori la direzione che uno stimolo portato dal nostro lavoro può prendere. E' presumibile che esso prescinda dal nostro desiderio, conscio o inconscio, di controllare il fenomeno.

In occidente siamo abituati a pensare alla malattia come assenza di salute, ad una situazione di male assoluto scindendo fra benessere e malessere, ma nella tradizione filosofica orientale la malattia è una condizione complementare all'essere che manifesta la sua reazione nella relazione con l'universo che lo circonda; una situazione di disagio è vissuta come un armonico rapportarsi con la natura e, pertanto, come un importante campanello di allarme che avverte di fare attenzione alla propria condotta di vita.



Per noi che viviamo in una cultura così diversa dove il dolore è soltanto disagio, è molto importante portare l'attenzione dei nostri “clienti” agli aspetti positivi ed espressivi della vitalità del proprio corpo.

Lo shiatsu non è una cura di malattie, ma si prende cura dell'essere e parte, come abbiamo visto, da una concezione energetica ingovernabile con la volontà; però ha la grande capacità di portare il corpo ad ascoltare se stesso.

Diventa di fondamentale importanza la comprensione del ruolo dell'operatore shiatsu ovvero l'essere consapevoli e partecipi di quell'immenso ed incomprensibile miracolo che è l'universo, comprensione che inevitabilmente porta con se un sentimento di profonda umiltà.

Concludo con un passo tratto da Castaneda che 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”

David Hirsch