

Cavalcare il Drago

Chi di voi ama il vento?? Io lo adoro. Mi dà un senso di energia stimolante, mi scuote dal torpore, mi vitalizza. Amo lasciarmi trasportare dalle sensazioni che si scatenano mentre il vento mi avvolge nel suo abbraccio cinetico. Amo guardarlo mentre crea mulinelli di polvere e foglie o scrolla le chiome degli alberi o, ancora, ondeggia da una parte all'altra, nei manti erbosi dei pascoli. Mi incanto nell'ammirare il mare in tempesta che infrange, con forza senza pari, le sue onde sulle scogliere. Ma lo temo e lo rispetto. Le immagini poetiche appena descritte, non hanno lo stesso fascino, se ci si trova su una barca in mezzo l'oceano o su un crinale montano in piena tempesta di neve.

Ma, probabilmente, è questa sua camaleontica proprietà che lo rende affascinante. Il suo essere sia brezza rinfrescante in un notte afosa, sia uragano disastroso. E' il Drago che, se pur terrificante, richiama in noi emozioni di magia, mistero, avventura. Lo temiamo e lo adoriamo allo stesso tempo e nello stesso modo. Soprattutto se lo guardiamo dal punto di vista orientale (cinese in particolare), dove il Drago è simbolo di potere, nobiltà e fortuna.

Sempre nella visione orientale cinese, il Vento (Feng), è considerato una delle sei Energie Cosmiche che possono essere cause esterne di disarmonia e ha la caratteristica di essere di natura Yang. Si manifesta come energia estremamente mobile, dinamica, in rapida evoluzione e continuo cambiamento. In natura, mantiene il Qi in movimento e lo diffonde in ogni dove, attraverso queste sue qualità, ma se trova ostacoli o lo si cerca di ingabbiare, allora scatena la sua parte più incontrollabile del Drago che ha in sé. Ecco perchè, in Medicina Tradizionale Cinese, viene considerato il "Comandante delle 100 malattie". Può essere veicolo di trasporto e comunicazione delle altre Energie Cosmiche, può scatenarle e fomentarle, in un'escalation travolgente di disarmonie varie.

Rendendo, però, forza alla massima che recita "tanto nel Macrocosmo, così nel Microcosmo", non abbiamo solo un vento climatico e cosmico, ma anche un Vento Interno che svolge le sue funzioni, nel bene e nel male, all'interno del nostro corpo e che ha le stesse caratteristiche e natura del Vento Esterno. Le Energie Cosmiche e le Energie Interne, hanno una forte e solidale risonanza tra loro.

Ed è il Vento, il principale protagonista di questo articolo, perchè la fa da padrone in una disarmonia che condivide, con tante altre patologie, purtroppo, il triste primato della forte diffusione e conoscenza. Nel senso che, se si parla di Parkinson in pubblico, più o meno, tutti sanno di cosa si sta parlando. Ma è davvero così?? In linea di massima, a grosse linee, forse è così, ma se si vuole entrare nello specifico, le lacune e i falsi luoghi comuni, non si sprecano. Non è mia intenzione, ora, entrare troppo in merito alla patologia in sé, ma, pur restando a disposizione di chiunque volesse approfondire l'argomento, mi piacerebbe raccontare la mia esperienza shiatsu in questo ambito ed affrontarla dal punto di vista orientale della M.T.C..

Ho fatto conoscenza particolareggiata col Parkinson nel primo decennio del 2000, grazie ad un progetto di sostegno, attraverso lo Shiatsu, ai malati di Parkinson, organizzato e promosso dall'Università di Ferrara (Medicina e Neurologia), dal Gruppo Estense Parkinson (Associazione che sostiene i parkinsoniani con attività psico-fisiche e aiuto in tutti gli aspetti sociali e burocratici) e dal Centro Studi Eta Beta di Ferrara (Associazione culturale e sportiva in cui, da un po' di anni, insegnavo e praticavo la nostra disciplina). Questa esperienza intensa e coinvolgente, mi ha permesso di ripulire la mia coscienza da tutti i concetti errati o incompleti nei suoi confronti, ma anche di mettere a punto il modo di avvicinarmi con lo Shiatsu e, di conseguenza, affinare e strutturare un protocollo eziologico e di trattamento. A scanso di equivoci, tengo a precisare che non credo ai protocolli di trattamento precodificati e generalizzati. Ma, nei corsi che tengo ai professionisti, dove affronto moltissime disarmonie dal punto di vista del trattamento Shiatsu, credo sia utile avere un punto di partenza da cui, poi, evolvere il trattamento che, sempre e comunque, sia personalizzato alla condizione dell'Uke.

Analizziamo, quindi, i principali sintomi con cui si manifesta il Parkinson, vedendo come il Vento Interno ne sia coinvolto:

- il fin troppo famoso *tremore*, che coinvolge soprattutto gli arti superiori e, a volte, collo e testa. Tutte zone Yang del corpo, dove trova azione più facilitata, un'energia Yang come il Vento. Si manifesta, spesso, anche un forma di tremore interno, lungo l'asse centrale, più spesso la colonna vertebrale. Ecco che viene coinvolto il Vaso Governatore, Mare dello Yang, a riprova dell'approfondirsi della sindrome disarmonica da Vento Interno. Il tremore stesso, in quanto tale, ci rimanda immediatamente all'analogia con il vento che scuote le chiome degli alberi. In tutti i casi, il tremore, ci riporta alle caratteristiche di mobilità e cinetica del Vento.

- i *disturbi nella deambulazione* come il progressivo calare, sia del coinvolgimento dell'ondulazione delle braccia nella camminata, sia della progressione del passo, fino ad un accorciamento dell'ampiezza dello stesso. Si può arrivare a muoversi a piccoli passi a scatto. Ci possono essere anche manifestazione di *freezing*, "congelazione del passo", dove la camminata viene frenata, quasi come se il piede fosse inchiodato al terreno o il ginocchio fosse, appunto, bloccato o congelato. Questi sintomi, sono saltuari o occasionali, non costanti, riprova della variabilità che il Vento ha nelle sue manifestazioni. A volte, i disturbi nella deambulazione, intervengono soprattutto quando si vuole avviare un movimento o cambiare direzione. Il Vento dovrebbe sempre promuovere il movimento, essendo questo insito nella sua natura, ma se turbato o bloccato, potrebbe non riuscire nel suo intento.

- la *bradicinesia*, ossia un impaccio dei movimenti fino al rallentamento dei gesti. Come se i muscoli fossero incapaci di svolgere il loro lavoro e avessero, di conseguenza, bisogno di rallentarsi per non sbagliare. La bradicinesia si manifesta anche nel cambiare posizione nello spazio (come nel vestirsi, girarsi nel letto, scendere dall'automobile, ecc...) e nella scrittura dove la grafia si riduce progressivamente di misura.. Coinvolge spesso i muscoli mimici, determinando una riduzione della capacità espressiva del volto. Il Vento è l'Energia del Movimento Legno e supporta il Fegato e la Vescicola Biliare, nel loro operare sulla funzionalità muscolare e articolare che, con un Vento Interno turbato, viene ovviamente disturbata.

- la *rigidità posturale* che arriva fino al blocco completo del movimento, come una forma subdola di paralisi. La vibrazione del tremore parkinsoniano, arriva ad una tale frequenza, che i nostri sensi e il nostro Sistema Nervoso Periferico, non riescono più a gestirla. E' come la luce della lampadina che, in realtà, non ha una luminosità fissa, ma vibrante, E' come se si accendesse e spegnesse continuamente, ma a una tale frequenza, che i nostri sensi, in particolare la vista, non sono in grado di rendersene conto, per cui la vedono come fosse sempre accesa. Chi di voi ha visto lo stupendo film "Risvegli"? Che illuminazione ha Robin Williams, quando decide di usare con i suoi pazienti catartici un medicinale come la Levodopa (lo stesso medicinale che si usa per il Parkinson)? Proprio questa. Che non erano bloccati nel loro corpo, ma prigionieri di un corpo che vibrava talmente tanto che non permetteva, ai malati, di gestirlo o comandarlo e ai medici di rendersene conto. Li vedevano fermi, ma, invece, vibravano fortissimamente....come la lampadina!!! Se non è un Vento Interno imbizzarrito questo.....la "paralisi agitante" è, difatti, un'altra definizione della patologia. Sicuramente, altri sintomi accompagnano questa malattia, ma quelli appena descritti, sono i maggiormente rappresentativi della manifestazione di Sindrome da Vento Interno.

Come sempre succede, però, non è tutto limitato al solo Vento Interno, e la disarmonia progredisce in successive condizioni o conseguenti sintomi, man mano che il Vento produce i suoi effetti devastanti.

Una foresta spazzata dal vento è aiutata a ripulirsi, diffondere i pollini e, quindi, a mantenere o ampliare la vita. Ma se il calore del clima, seccasse troppo la composizione degli alberi, basterebbe una piccola scintilla o un'autocombustione provocata dalle sostanze contenute nelle linfe vitali, per innescare un focolaio. Se poi, arrivasse un vento forte e sgarbato, l'incendio potrebbe propagarsi fino a bruciare l'intera foresta. Nel nostro corpo avviene lo stesso, cambiano solo i protagonisti. Immaginiamo ad esempio che, il Calore Interno, turbato e scatenato da uno Yang del Fegato che si manifesta eccessivamente a causa di emozioni represses, spinga oltremodo il Vento Interno aggravando così la situazione: il Calore si trasforma in Fuoco Interno che, divampando verso l'alto,

andrà ad invadere il Triplice Superiore, coinvolgendo le funzioni del Palazzo Imperiale (come enfaticizzazione di Xin Bao Luo, funzione del Ministro del Cuore), dell'Imperatore (Cuore) e degli Shen, portando, quindi, agitazione e mancanza di radicamento.

Oltretutto, questo Yang che divampa in alto con forza, impoverirà il Triplice Inferiore e il Jing. Un Jing impoverito non potrà essere di supporto al radicamento e al nutrimento dell'intero organismo, con tutto ciò che ne conseguirà, in particolare a livello di Cervello e ai Midolli.

Si, lo so, il Parkinson è una malattia neurologica, dove il malfunzionamento di una parte del Cervello e la sua progressiva atrofizzazione, portano al manifestarsi dei sintomi che conosciamo. Per cui verrebbe da pensare che tutta l'eziopatogenesi energetica appena descritta non trovi riscontro. Siamo partiti dal Vento Interno come causa scatenante di tutto il processo disarmonico energetico. E questo non torna se, da un punto di vista clinico, tutto parte dal cervello.

Facciamo allora un passo indietro. Il coinvolgimento predominante del Vento Interno, ci aiuta a spiegare molta della sintomatologia, definendo a tutti gli effetti il Parkinson, come una Sindrome da Vento Interno. E così la tratteremo. Ovvio che, volendo andare ancora più indietro, potremmo affermare che, una costituzione psico-fisica debole o poco strutturata (Jing debole?) potrebbe impoverire l'organismo e il suo radicamento, così da favorire l'insorgenza sia del Calore Interno (mancanza di Acqua, come elemento), che del Vento Interno (Liberazione dello Yang a causa dello Yin debole). Daremmo così giustificazione alle cause più probabili del Parkinson, da ricercarsi, quindi, non solo nello stile di vita inadatto (che impoverisce il Jing), e nelle influenze ambientali (che possono colpire il Sistema Nervoso Centrale e il Jing), ma soprattutto nella predisposizione genetica.

A questo punto non ci resta che farci avanti con le mani, nel senso di procedere con lo Shiatsu. Confermando come lo Shiatsu abbia, insita nella sua natura, la capacità di rilassare e distendere il corpo e la mente di Uke, producendo rilascio di endorfine (che hanno un'azione fantastica sui sintomi del Parkinson e sul rallentamento della sua progressione), non possiamo non accennare al fatto che il contatto, possa indurre in Uke una consapevolezza maggiore del proprio corpo, così come delle proprie debolezze, imparando ad affrontarle con il giusto atteggiamento.

Detto ciò, tecnicamente, abbiamo il compito principale di :

- Calmare e Disperdere il Vento Interno trattando lo Tsiue Yin (o Jue Yin) nella sua interezza, con particolare attenzione al ramo del Meridiano di Fegato. Possiamo anche utilizzare alcuni punti specifici per la loro spiccata azione sul Vento Interno. Primi fra tutti i veri e propri Punti Vento (Feng Xue), trattandoli come punti di sostegno mentre trattiamo un meridiano, così da enfaticizzarne lo scopo. Non dobbiamo trattarli tutti e cinque, ma scegliere quello o quelli localizzati, sul decorso di uno o più meridiani che vogliamo trattare. Ricordatevi anche che, in ogni meridiano, più o meno tutti, c'è un punto che ha azione sul Vento, oltre ai cinque Feng Xue.
- Armonizzare lo Chao Yang (o Shao Yang) con il trattamento dei relativi meridiani, così da sedare il Fuoco Interno e aiutare nelle sintomatologie concomitanti il Parkinson.
- Tonificare lo Jing, il Cervello (Nao) e i Midolli (Sui) trattando i meridiani di Reni e/o Vescica Urinaria, in base a quanto vogliamo agire sul Jing e quanto su Cervello e Midolli. Abbiamo anche a disposizione, su ogni meridiano, a livello dei polsi o delle caviglie, un punto Yuann (o Yunn), che ha l'azione di attingere dal Jing più profondo e ancestrale, quello del Cielo Anteriore. E' un'azione che va ponderata bene, ma che può essere necessaria nei casi più gravi di depauperamento dello Yin.
- Per ultimo, ma non meno importante, Radicare gli Shen, soprattutto nei casi dove le implicazioni di problematiche psichiche sono evidenti. Lo faremo, ovviamente, trattando il meridiano di Cuore, ma solo se riteniamo che non basti il meridiano del Ministro del Cuore, che già coinvolgiamo nel calmare il Vento Interno.

Lo Shiatsu non può certo essere considerato IL TRATTAMENTO per il Parkinson, ma posso assolutamente confermare ed affermare che le sue azioni lo rendono un più che valido supporto al

protocollo terapeutico. E lo riaffermo con il sostegno dell'esperienza effettuata a Ferrara e dello studio medico e universitario che ne ha riconosciuto il valore.

E' un modo che ognuno di noi ha a disposizione, per essere con il Tutto e parte del Tutto, per vivere un'evoluzione personale in armonia con quella di tutti gli altri essere viventi. Questo è il suo valore. Buon Cammino.

Fabrizio Barbi