

IL KI NELLO SHIATSU¹

di Patrizia Stefanini

Traduzione di Raffaella Sevieri

Introduzione

Trovare una definizione semplice della parola giapponese Ki nel contesto dello Shiatsu non è facile. Generalmente tradotto come “energia” o “forza vitale”, è usato per indicare una delle cinque Sostanze Vitali (le altre quattro sono *Jing*, *Shen*, *Xue* e *Jin Ye*, rispettivamente Essenza, Spirito, Sangue e Fluidi Corporei), che, secondo la Medicina Tradizionale Cinese, rappresentano tutti gli aspetti della forma e della funzione umana. Le Sostanze Vitali hanno vari gradi di “materialità”, spaziando dai più rarefatti a quelli che sono quasi interamente materici. Assieme, esse formano la concezione del corpo-mente secondo la Medicina Tradizionale Cinese.

Soffio vitale, dall’antico indiano *prana*, può essere un’altra traduzione appropriata di Ki, è un concetto che sottolinea la capacità di sostenere la vita attraverso il movimento che esso porta nel suo fluire attraverso l’uomo.

L’ideogramma cinese di Ki contiene i radicali di “vapore” e “riso”. Nella sua forma raffinata, il Ki si muove e fluisce in modo quasi invisibile, come fa il vapore. Nei suoi aspetti più materici, rallenta e si condensa nella forma, come il riso.

Nella Medicina Tradizionale Cinese e nella filosofia, il Ki viene diviso in tre aspetti qualitativi: *Shao*, minore, intermedio, giovane, che significa un’energia con un potenziale di crescita, l’energia della giovinezza; *Tai*, massimo, adulto, grande, è l’energia forte della maturità; infine, *Jue*, completo, minimo, e più anziano. È molto nella natura del pensiero cinese dividere e riunire. Così, queste tre energie si dividono successivamente nelle loro componenti *yin* e *yang*, e da queste sorgono ulteriori sei energie, che sono l’espressione cosmica della singola forza del Ki.

In giapponese il termine Ki viene utilizzato quotidianamente, spesso legato ad altri ideogrammi, e ha diversi significati, a seconda del contesto in cui è inserito. Ad esempio, nella descrizione del carattere di una persona:

ki ga chiisai = piccolo Ki = timido, apprensivo

ki ga yowai = ki debole = debole, esitante

ki ga tsuyoi = ki forte = forte

ki ga mijikai = ki corto = impaziente, collerico

ki da nagai = ki lungo = paziente

Ma anche

Kiryoku = ki + forza = dinamismo

Genki = origine + ki = salute, benessere

Seiki = vita + ki = vitalità, vigore

Konki = radice + ki = pazienza

¹ [Energy Medicine East and West](#): A Natural History of Qi, 1e Paperback – 31 May 2011, by David F. Mayor MA BAc MBACc (Editor), Marc S. Micozzi MD PhD (Editor)

L'uomo, tra la Terra ed il Cielo, rappresenta l'unione del Ki del Cielo e del Ki della Terra, in stretta relazione con la natura. Il Ki quindi ha un ruolo centrale nello Shiatsu (letteralmente "pressione delle dita": la pressione esercitata dalle diverse parti del corpo di Tori è applicata lungo i canali (meridiani), che sono detti essere dei sentieri preferenziali dove il Ki scorre nel corpo umano. I Meridiani sono altresì dei mezzi per sentire l'espressione delle funzioni vitali su differenti livelli (fisico, emozionale, mentale e spirituale). In questi luoghi di interazione e di scambio, Tori può supportare e migliorare la qualità di vita di Uke. Shizuto Masunaga, il creatore dello Zen Shiatsu, ha fatto uso dell'ameba (un organismo unicellulare) come metafora per introdurre un nuovo modo di comprendere i Meridiani; egli li descrive come funzioni vitali in un processo di trasformazione e di cambiamento continui (la parola amoibè -*αμοιβή*- in Greco antico significa "cambiare"). La qualità del cambiamento è un aspetto fondamentale di questo sistema, immaginato come il prezioso dono della vita. Masunaga parla di un'attivazione ciclica delle funzioni vitali che permette la vita, lo sviluppo e l'atto stesso di vivere la vita. Ogni Meridiano fornisce una sorta di "specializzazione" del Ki, o di abilità nel comportarsi in una maniera specifica. Il Ki è dinamico, interattivo, fluisce e si trasforma per sostenere la qualità della vita.

I concetti appena visti si adattano molto bene con i risultati di un approccio moderno alla scienza della vita, sviluppati da alcuni pionieri. Sino dal 1957, Albert Szent-Györgyi, vincitore del Premio Nobel per la Medicina nel 1938, scriveva che l'incapacità dei biologi nel definire la materia animata in confronto alla materia inanimata dipendeva dal fatto che essi trascuravano due dei più importanti ingredienti della vita: l'acqua e i campi elettromagnetici (e in particolare, le proprietà elettromagnetiche dell'acqua). Egli sottolineò come l'eccitazione delle nuvole elettroniche delle biomolecole, e la loro conseguente attivazione chimica, dipendessero dalle strutture ordinate quasi-cristalline degli strati di acqua vicini alle membrane cellulari, spessi qualche centinaio di molecole di acqua. La struttura ordinata di questa acqua interfacciale è a sua volta la conseguenza di un campo elettromagnetico intrappolato da qualche parte negli strati di acqua.

Mentre questo era l'argomento di molti dei 175 articoli pubblicati prima del 1957, questa saggezza non venne utilizzata dalla maggior parte dei biologi molecolari nelle decadi a seguire. Tuttavia, alcuni fisici, tra cui Herbert Frölich, raccolsero il suggerimento e svilupparono il concetto di coerenza (l'oscillazione all'unisono di un gran numero di particelle) come una possibile fonte del campo elettromagnetico intrappolato. Come verrà descritto in seguito, l'energia stoccata nelle strutture coerenti dell'acqua può ben corrispondere al Ki.

LA STORIA DELLO SHIATSU

Lo Shiatsu ha origina indiretta dall'agopuntura, l'antica arte di guarigione cinese, i cui principi venivano applicati nella forma di massaggio tradizionale giapponese detta *anma*. Le sue origini antiche sono collegate ad altre pratiche di training delle arti *do* nel *dojo* (*do* = via, *jo* = luogo, quindi letteralmente "luogo della via"). Sembrerebbe che l'*anma* fosse praticato in modo informale sin dal 200 AC.

All'inizio del 1900, lo Shiatsu si sviluppò come un sistema indipendente, con una sua teoria e tecnica, e divenne riconosciuto in Giappone per le sue qualità terapeutiche. I profondi e drammatici cambiamenti nella società giapponese durante l'occupazione americana immediatamente successiva alla Seconda Guerra Mondiale, ebbero come risultato che lo Shiatsu e le altre pratiche tradizionali furono a rischio di essere proibite dalla legge. Tuttavia, fortunatamente questo non accadde, e verso la fine degli anni '40, Tokujiro Namikoshi fondò la Nippon Shiatsu School, la prima scuola ufficiale di formazione per operatori Shiatsu. Nel 1950 il Ministro per la Salute giapponese riconobbe ufficialmente lo Shiatsu. Conseguentemente, esso si diffuse nel mondo, generando numerosi stili. Lo

stile più conosciuto nel mondo occidentale nacque a Tokyo, nella scuola **lokai** (letteralmente "Associazione del Re della Medicina"), fondata da Shizuto Masunaga che, negli anni '70, propose lo Shiatsu come una via (*do*) per lo sviluppo personale, sia del praticante, che del ricevente. Inoltre, egli riprese nei suoi insegnamenti molti concetti delle tradizioni di guarigione orientali, combinando aspetti dello Scintoismo (*shin do*, via dello spirito) e filosofie buddhiste. Un analogo processo avvenne più o meno nello stesso periodo, quando Morihei Ueshiba fondò l'arte marziale dell'*aikido* (la via dell'unione con l'energia vitale). Lo Shiatsu di Masunaga spostava il focus dall'aspetto statico della forma umana alle sue caratteristiche più dinamiche e interattive, dando a Tori la possibilità di avventurarsi nei campi di energia, con un approccio che è allo stesso tempo pratico e intellettuale, nel quale i Meridiani non sono più considerati canali energetici, ma piuttosto sentieri dinamici dell'espressione delle funzioni vitali, che assieme determinano l'"essere" umano. In particolare Masunaga affermava che i Meridiani hanno natura e profondità variabili: come si manifestano dipende sia dal trattamento che dalla natura dell'"interazione tra Tori e Uke.

Prima della sua morte, avvenuta all'età di 56 anni, Masunaga lasciò compiti personali ad alcuni dei suoi allievi diretti, che svilupparono successivamente il sistema negli anni '80. Un'allieva in particolare, Pauline Sasaki, percepì che aspetti dell'universo ipotizzati dalla fisica quantistica hanno un parallelo nello Shiatsu, così come molti altri hanno cercato spiegazioni "quantistiche" per il tipo di sottile energia vitale racchiusa nel concetto di Ki. Pauline Sasaki ricercò ulteriori associazioni e corrispondenze, ed applicò questi principi al suo stile di lavoro, coniando il termine "**Quantum Shiatsu**" per simboleggiare questa prospettiva e questa tecnica. Nella sua forma di Shiatsu, il corpo fisico e il corpo energetico sono considerati in risonanza energetica, ma in modo diverso, pertanto si manifestano come entità distinte. Questo approccio suggerisce un modo per risolvere dicotomie e paradossi tra energia e materia (onda e particella).

SHIATSU E SCIENZA

Ho studiato per molti anni con Pauline Sasaki, trovando nell'applicazione del suo metodo Shiatsu una fonte di ispirazione e idee per l'evoluzione personale. Da questa esperienza, e nutrita dai miei studi universitari in Fisica, è arrivata una graduale formulazione del mio pensiero sull'organizzazione dinamica del Ki. Questo a sua volta ha fornito una spiegazione di quello che io sento quando tratto gli Uke.

Con riferimento al sistema di Masunaga, ho riscontrato nella pratica che i Meridiani (quando vengono percepiti attraverso il tocco Shiatsu) non mantengono la loro esatta locazione mostrata nelle mappe, ma piuttosto deviano dal loro percorso originale, riflettendo differenze nelle condizioni individuali. Inoltre, l'informazione che essi "contengono" non è sempre limitata alla condizione presente dell'individuo.

Queste osservazioni divengono sempre più chiare se ci focalizziamo sull'aspetto vibrazionale del Meridiano, in continuo cambiamento e movimento. Da questo punto di vista, il tracciato indicato sulla Mappa dei Meridiani può essere ridefinito come il luogo *più probabile* ove è possibile incontrare il Meridiano, più che la sua esatta localizzazione. Gli sviluppi nella Fisica moderna forniscono un modello per risolvere questa incertezza apparente. Quando premo, cerco una precisa qualità vibrazionale del Meridiano inteso come onda, con un *range* di frequenze di vibrazione che descrivono i diversi livelli dell'espressione del ki. Da questo concetto deriva la teoria del Meridiano come un "pacchetto d'onda". Se scegliamo di descrivere la realtà in questo modo, come un'onda, dobbiamo considerare la probabilità di essere capaci di riconoscere la locazione spaziale di ogni entità in questione. In questo caso, il "pacchetto d'onda" è una descrizione ragionevole, dove nessun singolo valore di frequenza ottenuto è assoluto, ma piuttosto c'è un probabile *range* di frequenze che esprime

le varie proprietà del Meridiano. Credo, col supporto del modello quantistico, in cui l'osservatore e l'osservato *assieme* determinano il risultato di un determinato esperimento, che sia possibile definire l'esperienza soggettiva dello Shiatsu più accuratamente che in passato. La visione del sistema di Meridiani come una rete è molto appropriata, e non è legata alla realtà quadridimensionale di spazio e tempo.

In un precedente articolo, ho sottolineato molte delle similitudini che ci sono tra lo Shiatsu e la Fisica quantistica. Questo ha ricevuto interessanti feedback. Tra gli altri, uno di Andrew May, fisico ed operatore Shiatsu, apprezzava quanto da me scritto e al tempo stesso mi suggeriva la lettura di uno studio di Cyril W Smith intitolato "I sistemi viventi sono un macroscopico sistema quantistico?"; qui, Cyril W Smith scrive che "il segreto sta nel fatto che il nostro corpo è composto prevalentemente da acqua". Ho utilizzato in seguito questa idea per l'ulteriore sviluppo della mia visione delle dimensioni energetiche negli essere viventi. Per fare ciò, ho approfondito alcuni nuovi aspetti della biofisica che descriverò successivamente. Devo molto a Emilio Del Giudice, Professore di Fisica, facente parte di un gruppo di ricerca altamente specializzato presso l'Istituto di Biofisica di Neuss (Germania), che mi ha inclusa nel suo team di ricerca.

Il sistema vivente può essere considerato come un sistema quantistico macroscopico, il che ne descrive benissimo le proprietà. Una di queste è la **coerenza**, un concetto legato alla natura dinamica della realtà. La materia non è inerte, è in fluttuazione perenne. Persino il vuoto fluttua, essendo pieno di campi fluttuanti. Grazie alle proprietà della coerenza, in presenza di un gran numero di atomi, i campi possono fluttuare in modo armonico tra di loro, come se gli atomi danzassero all'unisono. Ciò stabilisce un ordine dinamico che è fondamentale per l'equilibrio degli esseri viventi. In questo stato coerente, un campo elettromagnetico viene trattenuto nei fluidi del corpo (materia): non può irradiare verso l'esterno. L'onda è diventata prigioniera della materia.

Nei sistemi viventi l'acqua prende parte alle dinamiche della vita, non solo perché è il 99% delle biomolecole, ma anche perché fornisce energia alla materia vivente. L'acqua ha la capacità di raggiungere un'estesa forma di organizzazione e di fornire un insieme di diversi Domini di Coerenza a fase bloccata, quindi in grado di massimizzare la loro capacità di "cercare" energia dall'ambiente. Questa "coerenza delle coerenze" dell'acqua biologica nei sistemi viventi corrisponde ad una sorta di organizzazione superiore. Un efficiente meccanismo di trasformazione dell'energia dai Domini di Coerenza alle biomolecole nella material vivente garantisce il trasferimento dell'energia biochimica necessaria al mantenimento dei cicli vitali.

Nei domini di coerenza della materia vivente, atomi e molecole dialogano tra loro perché i vari domini di coerenza sono in fase tra loro, o per meglio dire, sono correlati. Possiamo considerare il grado di coerenza di un sistema vivente come un parametro per misurare la salute, essendo correlato all'efficienza del trasferimento energetico e all'uso che il sistema fa dell'energia per eseguire tutte le sue funzioni vitali. Date le particolari proprietà delle catene di domini di coerenza, strettamente legati alla peculiare natura dell'acqua, l'energia può viaggiare attraverso di essi ed è disponibile per le attività del corpo. Un essere umano è in condizioni di salute quando l'energia fluisce in modo consistente. Essere in salute non richiede molta energia, posto che un eccesso di energia determinerebbe la fine della coerenza del sistema, facendo passare velocemente la sua dinamicità da movimento ordinato a caos. La malattia avviene quando o viene perduta la coerenza del sistema; in questo modo l'energia non riesce a fluire e si blocca. Non è la quantità di energia, ma la coerenza che ne permette il fluire attraverso di noi. Questi concetti possono essere visti come analoghi nel comprendere il fluire del Ki nello Shiatsu.

Negli ultimi vent'anni, un possibile framework per le dinamiche coerenti negli organismi viventi è stato elaborato da molti scienziati, tra cui Giuliano Preparata, Emilio Del Giudice, Giuseppe Vitiello, Fritz-Albert Popp, Vladimir Voeikov, Enzo Tiezzi, Larissa Brizhik, Gerard Pollack ed altri.

L'essenza di questo approccio è contenuta nei seguenti punti:

1. Dato un numero elevato N di molecole di acqua, quando la densità N/V in un volume V eccede una soglia critica e la sua temperatura assoluta T è inferiore a un valore critico, inizia una fase di transizione dalla configurazione gassosa iniziale, dove tutte le molecole non sono correlate tra loro, ad una configurazione coerente nella quale le molecole, che hanno un minore livello di energia, si muovono all'unisono. Questa transizione comporta una netta diminuzione dell'entropia (la quale misura il disordine del sistema); come conseguenza, il nuovo sistema coerente rilascia energia verso l'esterno, ottenendo come risultato finale un aumento della sua entropia maggiore di quanto perso dal sistema. Nell'acqua coerente, le molecole oscillano tra una configurazione dove tutti gli elettroni sono strettamente legati fra loro ad una configurazione dove un elettrone è legato in maniera così debole da essere quasi libero.
2. Nella normale acqua, a una temperatura inferiore al punto di vapore, la collisione del sistema con le molecole esterne può portare una frazione delle molecole coerenti fuori fase, e generare così una situazione fluttuante, con molecole in transizione continua da una fase coerente ad una non coerente e vice versa. Tuttavia, le molecole vicine ad una superficie vengono attratte da essa (come avviene nel caso della tensione superficiale), stabilizzando il sistema e ponendolo al riparo dagli effetti distruttivi delle collisioni. Conseguentemente, l'acqua a contatto con l'interfaccia delle membrane, delle microsfeere o delle biomolecole può essere considerata pienamente coerente, in un modo particolarmente stabile. Grazie alle proprietà degli elettroni dell'acqua coerente elencati precedentemente, l'acqua interfacciale è un donatore di elettroni, mentre l'acqua normale è un ricevente di elettroni. L'interfaccia tra acqua coerente e acqua normale agisce come una batteria elettrica, la cui forza elettromotrice (la forza vitale?) è stata stimata essere di circa 100 millivolt, in buon accordo con il potenziale di membrana cellulare osservato.

I punti 1 e 2 sono in accordo con le scoperte di Szent-Györgyi.

3. La presenza, nella regione coerente, di un grande serbatoio di elettroni quasi liberi rende possibile eccitarli facilmente, con basso dispendio di energia; si ha come risultato la creazione di vortici di elettroni che, grazie alla coerenza e alla conseguente mancanza di collisioni, sono virtualmente privi di attrito, non disperdono energia e pertanto possono continuare ad esistere per lungo tempo. Durante questo tempo possono avvenire ulteriori eccitazioni, così che grandi quantità di energia possono essere immagazzinate nella struttura coerente dell'acqua. Questa proprietà fa sì che sia possibile raccogliere grandi quantità di energia a basso grado (entropia alta) dall'ambiente circostante e trasformarla in energia ad alto grado (entropia bassa), capace di fare eccitare elettroni e molecole all'interno dei sistemi viventi.

Questa energia a basso grado che fluisce nel corpo è un buon candidato potenziale per essere identificato con il Ki.

COERENZA E MERIDIANI

Le seguenti citazioni, di alcuni scienziati dell'Istituto di Biofisica di Neuss, fondato dal Professor Fritz-Albert Popp nel 1996, presentano idee interessanti e rilevanti. L'Istituto di Biofisica è un luogo dove la scienza moderna e le arti terapeutiche si confrontano, arricchendosi entrambe.

Qui suggeriamo che l'auto-organizzazione degli organismi viventi implica l'apparenza di un ordine di domini di coerenza quasi monodimensionale; essi si comportano come sentieri, dove energia, materia e informazione fluiscono. Questo ordine è mantenuto dinamicamente e sparisce quando l'organismo muore, pertanto non può essere ritrovato in nessuna investigazione anatomo-patologica post-mortem; esso può essere collegato con la funzionalità dei canali energetici noti come Meridiani (...) nella Medicina Orientale (Brizhik, Del Giudice, Popp)

Inoltre, l'organismo può essere rappresentato come un continuum di cristalli liquidi, che può condurre i segnali per l'intercomunicazione in modo simile a come fanno i cristalli liquidi... Questi sistemi sono mezzi ottici altamente non lineari e possono supportare l'esistenza di specifici percorsi per la propagazione di segnali elettromagnetici... Quindi, la teoria precedentemente descritta che ipotizza che l'organismo sia un continuum di cristalli liquidi, simile ad un cristallo liquido, apre la possibilità di descrivere un Meridiano come un percorso ottico lungo il quale i segnali elettromagnetici si propagano nella forma di pacchetti non lineari (solitoni) (Brizhik, Popp, Schleich)

In questo contesto, ha senso guardare al comportamento collettivo dei componenti di un sistema piuttosto che alla singola parte. Quando mi figuro il Meridiano come una particolare forma di dominio di coerenza nel tessuto connettivo, lo visualizzo come una sorta di guaina di acqua che racchiude le catene molecolari. È tra questo fluido che l'energia catturata dalle molecole viene incanalata.

L'energia è donata alle molecole da quello che è detto solitone: un pacchetto d'onda localizzato che non dissipa energia durante il movimento. Quando incontra una "situazione metabolica" che richiede proprio quel quantitativo di energia che detiene, il solitone cede l'energia e cessa di esistere.

La coerenza non è solo l'argomento di un discorso scientifico, ma è anche l'esperienza di vita centrale che la maggior parte di noi vive (o di cui è testimone) prima o poi. Situazioni che manifestano un "senso di coerenza" sono quelle che noi definiamo essere "nella zona" o "fluire con la corrente", movimenti di vita dove, grazie ad un intrinseco stato di armonia e benessere, tutto sembra facile.

I solitoni vennero descritti per la prima volta dall'ingegnere idrodinamico John Russell Scott, sulla base delle sue osservazioni in un canale vicino ad Edinburgo nel 1834. Il concetto di solitone può essere applicabile in diversi contesti scientifici, e fu introdotto in biofisica per la prima volta da A S Davydov.

HADO SHIATSU

Lo sviluppo di un sistema che ho chiamato Hado Shiatsu® è derivato dai concetti sopra menzionati. Nella tradizione spirituale giapponese, la parola Hado è il potere di trasformazione innato di ogni cosa e di ogni essere vivente. La traduzione letterale dell'ideogramma è "movimento come di onda, vibrazione". La parola Hado è utilizzata anche da Masaru Emoto nella sua ricerca sulle caratteristiche dell'acqua. Il Dr. Emoto descrive se stesso come "non tanto un ricercatore scientifico, quanto piuttosto un pensatore originale". Le sue fotografie dei cristalli di acqua che mostrano differenti formazioni a seconda dell'esposizione a diverse situazioni, hanno destato l'interesse mondiale e sono diventate parte del dibattito in corso sulla cosiddetta "memoria dell'acqua".

L'idea della biofisica moderna è che la qualità della vita è strettamente legata al grado di ordine del nostro sistema energetico. Questo ordine è legato al modo in cui l'energia viene usata, piuttosto che alla sua quantità. Inoltre, c'è un'associazione con la luce. Un raggio di luce può essere usato per stimolare la formazione di solitoni, un modo estremamente efficiente di utilizzare l'energia

disponibile per sostenere l'ordine funzionale in un sistema. Infatti, Hugo Niggli ha suggerito che le cellule del melanoma e i fibroblasti coinvolti nella carcinogenesi possano perdere l'abilità di catturare la luce del sole. Come risultato, il loro grado di coerenza diminuisce, con l'aumentare della proliferazione delle cellule e la comparsa di altre disfunzioni. La ricerca su questa possibilità è tuttora in corso.

L'osservazione primaria suggerisce che i canali tipo Meridiani e forse gli stessi Meridiani/Canali della MTC sono non locali, morfologicamente non definiti. Lungo di essi, l'eccitazione elettronica si può propagare più probabilmente nella forma di solitoni ottici. Questi tracciati possono in effetti coincidere con la zona del corpo favorevole alla riflessione ordinaria (FA Popp, W Klimek, W Maric Oehler).

In specifiche condizioni è possibile che, come con la luce, la pressione shiatsu possa a sua volta produrre solitoni che donano la loro energia per sostenere i processi vitali. La prima ipotesi è che l'Hado Shiatsu abbia a che fare con la possibilità di stimolare la produzione di solitoni nel sistema di Uke durante il trattamento, usando il sistema dei Meridiani come un sentiero preferenziale per la creazione di questi eventi. La pressione perpendicolare e rilassata su punti di accesso privilegiati della rete dei Meridiani (i cosiddetti *tsubo* personali) fornisce una stimolazione gentile ed efficiente al sistema (per dirla con le parole di Oschmann, "le cellule rispondono ai sussurri").

Molti studi scientifici supportano l'ipotesi che un tocco terapeutico sul corpo umano possa produrre una carica elettrica che poi passa di preferenza nella rete dei canali tipo Meridiani, che agiscono come percorsi di trasmissione ideali a bassa impedenza. Il particolare Meridiano stimolato in questo modo "si illumina" con la produzione di "fotoni coerenti".

Dopo anni di ostilità alla teoria di una base energetica per i processi terapeutici da parte della Medicina occidentale, stiamo ora assistendo a una ricerca comparativa ricca e sempre più vitale in tutto il mondo. Infatti, è stato dimostrato che grazie al movimento di cariche elettriche nel corpo umano (che possiamo considerare equivalente al movimento del Ki in un contesto Shiatsu) si stabilisce un campo elettromagnetico. Questo campo può avere diverse forme e dimensioni, ed è abbastanza personale. Tuttavia, sembra avere una forma più o meno simile per tutti, e, in modo interessante, esprimersi principalmente nell'infrarosso e nella frequenza del visibile. Seto et al., per esempio, hanno scoperto che "un campo biomagnetico straordinariamente grande" può essere rilevato dalle mani di chi pratica arti marziali e di guarigione, tra cui *qigong*, *yoga* e meditazione, sebbene le loro scoperte non siano state pienamente confermate.

La luce, e i colori, che sono le sue componenti vibrazionali, si trasforma nella vita. Questa equazione antica e ben conosciuta assume oggi una certa profondità e risonanza, grazie alle nuove scoperte scientifiche su come la vita si manifesta e si auto genera.

L'emissione della luce da parte di organismi viventi viene studiata da quasi un secolo, e in modo intenso dal 1972, grazie agli studi di Fritz Albert Popp e colleghi. Sembrerebbe che le informazioni veicolate dai biofotoni possano dirci molto sulla qualità di vita di un essere vivente.

L'ipotesi Hado Shiatsu è sostenuta anche dalle osservazioni di J. Oschman sulla cellula. Nel suo libro *Energy Medicine*, asserisce che la cellula non è solo una "borsa" riempita di soluzione, e che non ha la struttura interna che di solito troviamo presentata nei libri di biologia. Queste descrizioni possono essere appropriate per gli studi anatomo-patologici di cellule morte, ma la cellula vivente ha una struttura interna assai diversa, che coinvolge una matrice cellulare che è connessa, attraverso la superficie cellulare, con il sistema di tessuto connettivo (o matrice extracellulare). In questo modo passiamo da un punto di vista meccanico al modello della *living matrix*, che è funzionale e dinamico, e che legittima il concetto che l'architettura cellulare e le funzioni biochimiche siano strettamente legate. Sotto questa luce, se il tocco Shiatsu può alterare la forma (architettura) tissutale, perché non

potrebbe determinare anche il funzionamento interno e i differenti comportamenti delle cellule di cui il tessuto è composto?

Il tempo è un altro aspetto importante come conseguenza diretta se si considera l'essere umano da una prospettiva quantistica. Di tutte le definizioni della fisica quantistica, quella del tempo è una delle più bizzarre. Nei sistemi coerenti non relativistici, in effetti la comunicazione avviene a velocità virtualmente infinita – una caratteristica comune tra oggetti in fase. In questo caso, parliamo di sincronicità, o meglio, di eventi che accadono simultaneamente. Questa sincronicità appartiene implicitamente ad un sistema olistico come è l'essere umano. Quindi, lo Shiatsu basato su un approccio lineare causa-effetto è riduttivo e non più adeguato, essendo la coppia terapeutica Tori/Uke un sistema a feedback dove, naturalmente, il tempo non è tanto lineare, quanto circolare. Detto semplicemente, tutto è.

I processi reali (...) non accadono come una successione di "fette" di tempo istantanee, come dei frames di una scena. Né la realtà può essere rappresentata in questa maniera in modo coerente.

Credo che questo concetto sia molto appropriato nell'esperienza Shiatsu, dove attraverso la rete dei Meridiani, lo spazio-tempo si apre a nuovi significati e dimensioni. Attraverso il tocco, ho spesso trovato indizi che rivelavano informazioni sulla vita del mio Uke che non sono relative al tempo presente, e pertanto dovrebbero essere totalmente inaccessibili.

Nello Shiatsu viviamo anche l'esperienza quotidiana che dei cambiamenti possono avvenire in parti del corpo abbastanza lontane dalla parte che riceve il tocco. Senza la teoria giapponese del Ki, e senza il punto di vista della fisica quantistica, i sistemi viventi sarebbero più difficili da capire (con le evidenti limitazioni del sistema riduzionista del XX secolo e del paradigma biomedico materialista).

APPLICAZIONI

La mera informazione anamnesticca non è sufficiente per il Tori Hado Shiatsu. Grazie alla risonanza tra Tori e Uke, si ottengono ulteriori informazioni, ed è il tocco che le fornisce nel modo più adeguato. Una volta che abbiamo ascoltato quello che Uke ha da dire sulle sue motivazioni e su particolari richieste, incontreremo quella persona attraverso il tocco; in altre parole, metteremo in risonanza il nostro campo energetico con quello di Uke.

Questa esperienza fornisce le informazioni non verbali di cui necessitiamo per poter esprimere il nostro intento di guarigione con un gesto che sia terapeuticamente effettivo. Come? Il contatto con il sistema coerente di Tori può aiutare a ristabilire la coerenza nel sistema di Uke che, per qualsiasi ragione, ha perso questa coerenza. La non coerenza si può manifestare in termini di sintomi o malessere. Tuttavia, per essere veramente efficace, Tori deve essere in uno stato di coerenza maggiore di quello di Uke. Come praticanti Shiatsu, dobbiamo quindi avere cura della nostra salute (o del grado di coerenza del nostro sistema). Solo in questo modo il trattamento può essere efficace ed ottenere il desiderato aumento di coerenza nel sistema di Uke, che si traduce in un incremento della dinamica del ki, sinonimo di auto-guarigione.

Nel Novembre 2008 ho preso parte ad un progetto di ricerca non ancora pubblicato condotto in Toscana dal Professor Emilio Del Giudice, per monitorare il campo del Ki negli esseri umani, e come esso cambia durante un trattamento Shiatsu. Precedenti studi di Klaus Schlebusch e colleghi, che avevano utilizzato una camera a infrarossi (ThermoCam), avevano già dato forti prove a sostegno della teoria di un Ki che si muove lungo i Meridiani, considerati come dei tracciati dinamici. Questa camera ha una sensibilità tra 3.4 e 5 µm nel range di temperatura tra 10 e 450 °C. Non appena il campo

biomagnetico si estende dalla superficie corporea, i campi dei due organismi adiacenti interagiscono l'uno con l'altro.

Durante questo esperimento è stato interessante osservare come le strutture del campo di entrambi, Tori ed Uke, divenissero sempre più evidenti mentre la sessione procedeva. Ad un certo punto, le linee di campo tra le due persone sono diventate visibili sullo schermo della camera, dimostrando così la comunicazione energetica tra di essi, che è perdurata anche dopo la fine del trattamento vero e proprio, a testimonianza di una relazione continua che si è instaurata tra Tori ed Uke una volta che la connessione terapeutica è stata stabilita.

Se possiamo immaginare i Meridiani come strutture dinamiche e non permanenti che nella loro manifestazione diventano strumenti al servizio della vita, forse possiamo anche affermare che il processo di cura stesso può cambiare le proprietà di tempo e spazio per sempre. In modo analogo, la materia umana può cambiare la sua forma quando risuona con il campo di guarigione che si sviluppa nell'incontro terapeutico.

In pratica, dopo la fase di *Shin*, o di raccolta dei dati, inizio il trattamento vero e proprio, nel quale tesso alcune ipotesi di lavoro – la prima è che è possibile stimolare la produzione di solitoni nei Meridiani. Il *mindset* come tecnica nell'Hado Shiatsu mi permette di usare un immaginario raggio di luce e successivamente di fare vibrare la mia intenzione e sentire come l'energia di Uke risponde a questo stimolo. Un fattore chiave è essere consapevoli del *range* di frequenze visibili della luce che esistono naturalmente nel nostro campo energetico. Se, come Tori, ci concentriamo su queste frequenze, permettiamo ad Uke di riconoscerle nel suo campo, e quindi di risuonare con esse. Con questa strategia, e solo dopo poche sessioni, c'è un notevole incremento nella vitalità di Uke. La vitalità si esprime anche nel comportamento, che mostra una mutata relazione con se stessi e l'inizio di un rinnovato approccio alle difficoltà che prima potevano essere vissute come insormontabili. Durante il trattamento, seleziono i luoghi ed i momenti più adatti per entrare in risonanza con il campo energetico di Uke. Il *range* del raggio di luce immaginario emesso può variare, con diverse qualità, a seconda di come l'interazione energetica con il campo di Uke è iniziata e si è sviluppata. Questa interazione è percettibile attraverso il tocco e l'osservazione, è unica in ciascun istante e contribuisce sempre ad arricchire la mia comprensione della relazione terapeutica e della vita stessa.

Per concludere, il Ki, nutrito da queste offerte di energia derivanti dallo spettro della luce, contribuisce alle funzioni vitali del corpo, che, come le definisce Masunaga “si manifestano nei Meridiani” come modalità del Ki. È altresì rilevante la seconda ipotesi illustrata precedentemente, e cioè che la pressione Shiatsu possa modificare l'architettura cellulare (la forma) e, conseguentemente, che possa influenzare il comportamento e la funzione cellulare. Spesso, alla fine di un trattamento, ricevo feedback verbali dai miei Uke, che parlano di sensazioni di “espansione e luminosità”, o che riportano immagini che sono arrivate durante il trattamento, che hanno a che fare con la luce. L'Hado Shiatsu funziona molto bene nel permettere un positivo riconoscimento di se stessi e l'abilità nel poter contattare le proprie risorse interne per un potenziale cambiamento, il che si traduce in una generale sensazione di migliorato movimento/vibrazione e vitalità.

Per me come Tori, la sensazione è quella di una connessione globale con il mio campo energetico, che mi permette di “entrare in fase”, rispondere e cambiare in modo appropriato, risuonando momento per momento con il mio Uke. Quindi cerco di “sussurrare alle cellule”, senza dimenticare che la maggior parte di qualsiasi oggetto, incluso il corpo umano, è spazio vuoto! La Medicina Energetica si basa su questo tipo di interazioni energetiche.

CONCLUSIONI

Non è mai possibile arrivare a conclusioni definitive. Io sto viaggiando, e il mio viaggio è lungo e vario. Rispetto la vita, e imparare da essa arricchisce. Incontro, sperimento e ricerco. Sicuramente la mia ricerca sul Ki mi ha dato alcune idee in questo viaggio personale che sono state come delle chiavi per comprendere la vita, sia la mia che quella dei miei Uke. Nei miei viaggi porto con me un modello della funzionalità umana olistico ed interdisciplinare, così come la credenza che il modo orientale di indagare sulla vita e quello delle nuove scienze stiano convergendo in un punto focale: il modo di comunicare tra i campi energetici di diversi esseri umani. In termini di scienza moderna, questo comporta l'esplorazione delle funzioni dei biofotoni, cioè dei fotoni che costituiscono i campi dei sistemi viventi, e di come l'informazione che essi veicolano è legata alla salute. Riconosco anche che il processo di guarigione è complesso e che coinvolge molti fattori, inclusa, per esempio, la scelta individuale di guarire oppure di restare legati agli schemi della malattia, una scelta, questa, che non è sempre facile da fare.