

Tesi di Fine Corso

di

**Attilio Vanoli**

allievo della

**Scuola Superiore Reflexologia ZU**

Argomento della Tesi:

***Reflessologia ZU***

***Alberi***

***Aura***

La tesi si propone di dimostrare come tre argomenti in apparenza molto distanti tra loro abbiano in realtà molti punti in comune e, ad una attenta lettura ed interpretazione da parte del terapeuta, possano interagire tra di loro per addivenire ad una più completa ed ampia diagnosi sia a livello organico che psicosomatico che energetico, in grado di indirizzare nella maniera migliore e più ottimale possibile l'intervento del terapeuta volto ad ottenere un soddisfacente risultato nei confronti del paziente che a lui si è rivolto in stato di necessità.

### **Reflessologia ZU**

**La Reflexologia ZU è una riflessologia tridimensionale perché noi siamo tridimensionali.**

I piedi sono massaggiati sulla pianta, sul dorso e medialmente. Sono utilizzate tutte e dieci le dita, non solo il pollice. Il massaggio è esercitato con differenti intensità, velocità, direzioni, pressioni, sfregamenti, mobilizzazioni... informazioni mirate a raggiungere i differenti strati corporei: pelle, connettivo, vasi sanguigni, muscoli e ossa.

Si massaggia da seduti, in piedi, frontalmente e di spalle, il paziente, secondo la esigenza della direzione e della forza che deve essere impressa al movimento delle dita.

La presenza costante della musica, tendenzialmente mozartiana, imprime un ritmo al massaggio che ne esalta la percezione e la funzione.

La Reflessologia Zu dimostra come i piedi rispecchino il corpo; l'alluce e le dita rappresentano la testa e le sue funzioni, viceversa i talloni rappresentano la regione pelvica mentre la cresta ossea che dalla falange dell'alluce percorre lungo il primo metatarso la parte laterale interna del piede rappresenta il rachide. Sulla pianta dei piedi si riflettono gli organi interni, sul lato esterno a partire dalla falangina del quinto dito e lungo l'osso metatarsale fino al cuboide troviamo l'area riflessa di spalla, braccio, mano. Dorsalmente, lateralmente e plantarmente possiamo leggere e interpretare l'aspetto psicosomatico dei piedi e della persona cui appartengono con la semplice osservazione delle dita, delle callosità, dell'apertura podalica, della postura e della posizione dei piedi nello spazio. Ancora dorsalmente poi, i tendini e le dita ci rivelano la condizione energetica. Col massaggio riflesso logico, con la pressione sui punti riflessi, parte un impulso elettrico che arriva al cervello e questi traduce i segnali in risposte chimiche che raggiungono l'organo bersaglio provocando di conseguenza una reazione acida o basica che tonifica o rilassa i tessuti. Col massaggio si liberano le energie bloccate e si stimola l'energia stessa a circolare, si va ad attivare l'auto guarigione del paziente stimolando anche un cambiamento emotivo comportamentale. L'energia vitale scorre attraverso il corpo come se percorresse un invisibile sistema circolatorio e ogni cellula contiene la conoscenza di tutte le altre e di conseguenza di tutto l'essere e il terapeuta facendo da ponte fra l'energia cosmica e il paziente stimola così l'autodifesa di quell'organismo sia a livello organico che psicologico che energetico favorendo un progressivo stato di miglioramento delle condizioni generali del paziente.

### **I.A.R.S. (Identificazione aree riflesse sensibili)**

Le identificazioni delle Aree Riflesse Sensibili sono le aree individuate facendo riferimento alle ossa del piede, sulle quali si riflettono gli organi *fu e zang – vuoto e pieno* del nostro corpo ed il cui complesso rappresenta la mappa riflessologica podalica della Scuola Superiore di Reflessologia Zu. L'ubicazione delle I.A.R.S. nella mappa riflessologica podalica della scuola ZU è fatta nel rispetto dei principi tradizionali della M.T.C. secondo la legge dei Cinque Movimenti. Perciò partendo dagli strati più interni del nostro organismo che sono: le ossa, i muscoli, i vasi sanguigni, il tessuto connettivo e la circolazione linfatica, la pelle, si avrà una mappa podalica che associa le parti del corpo sopra descritte rispettivamente ai Cinque movimenti e più precisamente al movimento Acqua (colore nero) le ossa, al movimento Legno (colore verde) i

muscoli, al movimento Fuoco (colore rosso) i vasi sanguigni e la circolazione linfatica, al movimento Terra (colore giallo) il tessuto connettivo, al movimento Metallo (colore bianco) la pelle.

### **MORFOLOGIA PODALICA.**

Per Morfologia Podalica o Morfologia Riflessa Zu si intende tutto quello che dalla osservazione di un piede differisce in più o in meno rispetto ad un piede ideale. Questi *più o meno* che possiamo anche definire come *situazioni di vuoto o di pienezza*, concorrono a loro volta a definire delle anomalie d'organo identificate nelle I.A.R.S. sottostanti. Quindi possiamo dire che lo studio morfologico del piede ci permette di individuare gli organi riflessi in squilibrio e ci fornisce le tecniche di massaggio da effettuare per la tonificazione o la dispersione degli strati di vuoto o di pienezza rilevati.

Alla Scuola di Reflessologia Zu ci viene sempre fatta memoria che : < Si somatizza ciò che non si verbalizza>.

Quindi le alterazioni morfologiche che noi leggiamo su di un piede non sono altro che somatizzazioni di problematiche del vissuto intimo e profondo di una persona che non è in grado di esternare, per ragioni le più svariate, e che di conseguenza scarica questi stati d'animo su organi o apparati del proprio corpo che ne diventano il bersaglio ideale, con conseguenti stati di disagio e sofferenza.

### **ENERGETICA.**

L' oggetto di questa esposizione è quello di trattare brevemente (sulla base degli studi riflessologici Zu fatti) i principali sistemi di conduzione energetica (meridiani) denominati **JING LUO** che interessano l'organismo umano.

L'energia o **QI** è presente in tutto l'Universo che è energia e di conseguenza anche noi uomini che di questo universo siamo parte, siamo parte di questa energia che circola in noi. Il Qi si manifesta sotto vari aspetti ed in rispetto della legge del Dao e dei principi *yin/yang* può assumere forme yin più materiali e condensate come il sangue. *energia xue* oppure in forme yang immateriali o di pura energia dette *jing (essenza)* . Il Qi nell'uomo scorre in canali preferenziali o canali energetici detti **Jing Luo (meridiani)** e tra questi ne esistono 12 chiamati **Jingmai** che collegano l'alto con il basso e l'esterno con l'interno e viceversa. Gli **Jingmai** traggono origine dai Sei Livelli Energetici che rappresentano gli strati del nostro corpo nei quali, secondo una logica spaziale, circola il Qi. Le Sei Energie dalla più superficiale alla più profonda sono:

**Taiyang** l'energia che vi scorre prevalente è **han** il freddo, l'energia dell'inverno. Sostiene la weiqi energia difensiva.

**Shaoyang** l'energia che vi scorre prevalente è **re** il caldo o fuoco ministeriale, l'energia della primavera, i primi caldi.

**Yangming** l'energia che vi scorre prevalente è **zao** la secchezza, l'energia dell'autunno.

**Taiyin** l'energia che vi scorre prevalente è **shi** l'umidità corrispondente al movimento terra, la stagione intermedia.

**Jueyin** l'energia che vi scorre prevalente è il vento, **feng**.

**Shaoyin** l'energia che vi scorre prevalente è **huo** in relazione con il calore o fuoco imperiale.

Dalle Sei Energie derivano i dodici meridiani **Jingmai** che si dividono a loro volta in sei meridiani Yin e sei meridiani Yang dividendesi a loro volta in tre meridiani Shou e in tre meridiani Zu.

La parola *shou* sta ad indicare la mano e per estensione l'arto superiore.

La parola *zu* sta ad indicare il piede e per estensione l'arto inferiore.

### I meridiani yin

Iniziano dalle dita dei piedi fatta eccezione per lo *zu shaoyin (rene)* che inizia dal centro della pianta del piede.

Provengono dal centro della terra, portano l'energia calore del fuoco, il fuoco per sua natura tende a salire.

Raggiungono il torace *yin*, relativamente alla testa *yang*, al torace cambiano denominazione e passano *da zu a shou* terminando il loro percorso sulle dita delle mani. Il loro percorso si esplica in piede-torace-mano.

### I meridiani yang

Iniziano il loro percorso dagli angoli ungueali delle dita delle mani, provengono dal cielo, portano l'energia fredda dell'acqua, l'acqua per sua natura tende a scendere.

Raggiungono la testa *yang*, relativamente al torace *yin*, qui cambiano denominazione *da shou a zu* e terminano il loro percorso sulle dita dei piedi. Il loro percorso si può sintetizzare in mano-testa-piede.

Nelle **mani** e nei **piedi** si ha il **cambio di polarità**: da *yin a yang* o viceversa.

Nella **testa** e nel **torace** si ha il **cambio di denominazione**: da *shou a zu* o viceversa.

## **SEMEIOTICA GENERALE.**

“ Nell’ uomo ciò che è dentro si vede fuori...”

“ Guardare l’ esterno per cogliere l’ interno...”

“ La parte riflette il tutto...”

La parola semeiotica deriva dal greco *semeion* che vuol dire segno e nella diagnostica clinica è la disciplina che studia i segni del corpo e si applica alle relazioni tra sintomi e malattie.

La *diagnosi riflessologica* inizia fin dal primo contatto che può essere telefonico e attraverso la voce e il suo timbro la semeiotica ci può essere già di grande aiuto. Al successivo contatto personale col paziente conta molto (attraverso la semeiotica) l’osservazione dell’ individuo, la sua postura in attesa di essere ricevuto, il suo atteggiamento al primo contatto, il modo di sedersi o di sdraiarsi sul lettino, la postura da seduto o da sdraiato, la forma delle sue mani, la forma della sua testa, le rughe presenti sul suo volto e sotto gli occhi, la conformazione delle labbra, del naso, della mandibola se protrusa o retrusa, del collo, il colorito del volto. Siamo ancora aiutati quando osserviamo e palpamo la conformazione dell’addome, del ventre, dello stomaco, dei glutei, delle anche e dei piedi se gonfi, secchi ecc. Attraverso la semeiotica siamo altresì aiutati osservando il modo di vestire dell’individuo, i colori che sceglie, come si muove e gesticola quando parla di sé e dei suoi malesseri. Da una attenta osservazione di questi fenomeni e da un ascolto partecipato possiamo trarre indicazioni diagnostiche che ci saranno utilissime ai fini di impostare una corretta terapia Reflessologica Zu.

### Reflessologo ZU

*Se stai cercando l’area riflessa da massaggiare, non sei ancora un Reflessologo Zu*

*Se stai cercando il punto riflesso da massaggiare, non sei ancora un Reflessologo Zu*

*Se stai cercando la migliore tecnica per massaggiare un piede, non sei ancora un Reflessologo Zu*

*Il piccolo riflessologo massaggia i piedi, il piccolo Reflessologo Zu massaggia persone attraverso i piedi. Il Reflessologo Zu massaggia l’anima della persone attraverso i piedi.*

*Quando dimenticherai te stesso per diventare piede, quando attraverso i piedi percepirai le grida di dolore dell’anima della persona che hai di fronte, starai per diventare Reflessologo Zu.*

*Quando non avrai più parole per descrivere chi sei, quando non avrai più parole per descrivere cosa fai, quando non ci saranno più io e l'altro starai per diventare Reflessologo Zu*

***Il wu wei (agire senza agire) è la Via per giungere al Dao.***

DAO

Uno è Tutto, Tutto è Uno

*Li guarderete con occhi diversi .Imparerete a sentire i loro dolori profondi. Sentirete le grida di dolore delle loro anime.*

*Refressologia Zu, Via di iniziazione al DAO.*

### **ALBERI**

*"...Un raggio di Luce io sono, una foglia sull'albero di stirpi innumerevoli le cui genti antiche vissero in boschi e in migrazione... una foglia di Luce io sono...un ponte tra il Cielo e la Terra, tra il Finito e l'Infinito....un raggio di Luce io sono e mi chiamano...Albero..."*

La parola Albero è un Archetipo che sta a definire una quantità smisurata di esseri viventi che il vocabolario della lingua italiana descrive così: *"Ogni pianta con fusto eretto e legnoso che nella parte superiore si ramifica"*.

" Vita che scorre tra terra e cielo" mi sembra invece la frase più appropriata per definire < il senso dell'albero> che non risiede solo nelle radici o nell'alta chioma ma anche nel misterioso flusso vitale che circola in egual misura nel ventre del pianeta e anche al disopra, nel micro come nel macrocosmo.

Questa semplice visione degli Alberi ci spinge anche ad una attenta riflessione che non ci può sottrarre a dei paragoni con il Dao e la Reflessologia Zu. L'albero infatti si pone tra la Terra e il Cielo e richiama il principio Yin/Yang – Padre Celeste, Madre Terrestre e nel mezzo a fare da tramite e da collegamento l'Albero, come noi, come l'Uomo. Le ragioni essenziali infatti della nostra <simpatia> con il mondo vegetale e della nostra sorprendente affinità con gli alberi sta nel fatto che questi esseri viventi sono sospesi come noi tra terra e cielo, i piedi saldi al suolo e la testa nelle nuvole. Nel libro primo della Scuola di Reflessologia ZU e secondo il Dao, "Tra cielo e terra è situato l'uomo, all'incrocio dell'energia *yin* della terra che sale e dell'energia *yang* del sole, che scende. Le mani dunque sono rivolte al cielo, i piedi alla terra, l'uomo nel mezzo come l'ideogramma che rappresenta questo principio ci indica e come ci indicano anche le monete cinesi con la loro forma circolare con un buco quadrato nel mezzo. Il cerchio periferico della moneta si proietta verso l'infinito (cielo), mentre il quadrato al centro è limitato come la terra e

la spazio tra il quadrato interno e il cerchio esterno è occupato dall'uomo. L'Albero è la stessa cosa, le radici sono piantate nella terra, i rami e le fronde sono proiettati verso il cielo e il tronco sta nel mezzo a simboleggiare l'equilibrio di tutto l'essere. Quindi Yang parte superiore cielo, spiritualità, Yin parte inferiore terra concretezza e razionalità, centro Uomo e Albero. Siamo <alberi> che camminano e non lo sappiamo, mentre gli Alberi sono <umani con foglie e radici....e lo sanno>. Un vero rapporto di conoscenza tra noi e loro ci regalerà una consapevolezza nuova sulla natura autentica dell'esistenza di entrambe le specie, purché la conoscenza sia <un sentiero con un cuore> capace di coniugare emozioni e ragionamenti, dati statistici e intuizioni sottili. Insomma in grado di mettere insieme l'emisfero destro e quello sinistro del cervello, sempre più divaricati a causa del prevalere dell'elemento razionale, privilegiato dalla realtà occidentale, per arrivare finalmente all'Unità Ricomposta del Dao alla cui Via si rifà la Reflessologia ZU. E' inoltrandomi su questo *sentiero con un cuore* che mi propongo in tutta umiltà di illustrare alcune intuizioni supportate da riscontri pratici sulla diagnostica riflessologica avuti grazie alla data di nascita fornitami da alcuni pazienti rivoltisi a me per delle sedute di trattamento podalico. Partendo dalla data di nascita che secondo il calendario Celtico degli Alberi corrisponde ad un preciso Albero Tutore sono arrivato a trarne degli utili elementi di diagnostica che descrivevano la personalità della persona che mi stava di fronte, le possibili sue fragilità, i suoi punti di forza, le sue caratteristiche fisiche e le sue aspirazioni mentali. Facendo un paragone con le Costituzioni della Reflessologia ZU ho trovato affinità sorprendenti che mi sono state di grande aiuto per definire la persona che mi stava di fronte, ai fini diagnostici, e di conseguenza poter orientare al meglio il mio massaggio su di lei. Nel calendario celtico gli alberi sono disposti in cerchio con quattro alberi guida per ogni solstizio e equinozio e vi sono manifestazioni dello stesso albero sia nel periodo invernale sia nel periodo estivo, riproponendo il dualismo luce/non luce, shou/zu, yin/yang per esaltare la complementarità, mirabilmente rappresentata nell'immagine del *Taiji tu simbolo del Dao*.

## **AURA**

Dal vocabolario della lingua italiana < *Effluvio, supposta emanazione del corpo umano percepibile dai chiaroveggenti.*>

Nel secondo libro della Reflexologia Zu si dice testualmente che *<gli strati del corpo sono cinque, dal più profondo al più superficiale, dal più yin al più yang sono evidenziati in questa successione: ossa- muscoli- vasi sanguigni- connettivo- pelle. Il sesto livello è riferito ai jing luo, meridiani, che rappresentano il livello energia ma stiamo sempre lavorando a livello fisico perché massaggiamo il corpo agendo sulla componente energia orientandola. Al settimo livello incontriamo l' Aura, qualcosa di puramente energetico: il cosiddetto corpo sottile. Essa è la componente più yang in assoluto in contrapposizione alle ossa che sono la componente più yin. L' Aura dunque potrebbe essere definita come un guscio di luce nel centro del quale l'individuo si muove. L' Aura l'avvolge con una radianza colorata più o meno ampia e viva, a seconda dello stato d'animo e dello stato di salute dell'essere che ne è avvolto. Infatti l'aura è il campo di forza emanato da ogni essere. Perché non ci siano equivoci va fatta una precisazione tra corpi sottili e aure che da essi emanano. I corpi sono contenuti gli uni negli altri come le matryoske: più il corpo è sottile, più è piccolo ed interno al corpo fisico, e più è grande la sua emanazione. Tutto è inversamente proporzionale, così ad esempio il corpo mentale sarà più piccolo e più interno del corpo astrale, ma la sua aura sarà più grande. Si ripropone così l'eterno dualismo del macro e micro cosmo di Yin/Yang e della complementarità chiaramente indicata nel Dao. Non c'è un solo tipo di aura ma diverse che per maggiore comprensione vado a descrivere. Alcune di queste mi è stato dato di vederle, dapprima in maniera embrionale e saltuariamente, poi via via sempre più frequentemente finché attraverso tecniche ed esercizi di respirazione imparati alla Scuola di Reflexologia Zu e supportati da esercizi di meditazione ho ricevuto un valido aiuto per praticare e vedere alcune manifestazioni di aura utili per comprendere la persona o le persone che mi stavano di fronte o altri esseri viventi come alberi, animali, pietre, ecc. anche se dare definizioni ad altre manifestazioni di vita è sempre limitante e restrittivo e non favorisce la comprensione del Tutto e dell'Uno.*

Tutte le aure sono presenti in ognuno di noi ed ogni aura impiega sette anni a svilupparsi ed è per questo che la maggiore età avviene a ventuno anni quando si sono completate le prime tre aure, mentre le successive fasi di crescita dell'individuo fino alla sua completa realizzazione sono espletate nelle ultime tre aure. Esattamente, come dal momento del concepimento secondo la MTC e portato alla conoscenza degli allievi della Scuola Zu, iniziano a svilupparsi uno dopo l'altro i sette PO ognuno dei quali sovrintende ad una ben determinata e precisa fase di sviluppo dell'individuo nella sua interezza sia organica che psichica che energetica, per giungere infine alla completezza armonica dell'essere ed alla comprensione del proprio mandato di vita.



## **TIPI DI AURA.**

**1 L' Aura Eterica-** è poco estesa ed è la più facile da vedere perché è anche la più densa. Riveste precisamente le forme del corpo eterico (fisico) e ne indica la vitalità attraverso due parametri: spessore e densità. Come aspetto ricorda il fumo dell'incenso ed ha un colore grigio azzurro con a volte lievi barbagli di fosforescenza configurati in zone precise del corpo umano in corrispondenza di arti od organi. Si alimenta attraverso la Milza, il piccolo Sole, ed è grazie ad essa che riceve e diffonde l'energia del *Prana* in tutto il corpo. La sua superficie è di spessore di due/tre centimetri circa ma la cosa che più mi ha colpito osservando attentamente questa aura sono state alcune variazioni di luce che mi hanno fatto supporre che in quelle zone interessate ci potesse essere un problema di eccesso o mancanza di energia o di sofferenza di organo a seconda che la luminosità fosse più intensa o più scarsa. Quindi si può concludere che la radianza di questa aura può costituire un ulteriore aiuto alla *Reflessologia Zu* nella conferma diagnostica per rintracciare e determinare un problema e addivenirne, dopo una verifica sul paziente, secondo il metodo di indagine e la tecnica di massaggio *Reflessologico Zu*, ad un avvio di terapia che nello svolgersi del ciclo delle sedute dia soddisfacenti risultati al paziente che a noi si è rivolto.

**2 L' Aura Astrale-** si estende per circa un gomito dalla superficie del corpo eterico. Avvolge il corpo fisico e il corpo eterico e riflette l'ego inferiore e la personalità di base, traduce e manifesta i desideri, le angosce, le qualità e i difetti. E' l'immagine della nostra vita affettiva, del nostro temperamento, del nostro umore passeggero e per questi motivi si presenta come un'aura instabile che non segue perfettamente i contorni del corpo fisico ma, specie sopra la testa, come un turbine di forma conica a spirale che varia di intensità di movimento a seconda dei nostri stati d'animo. Il colore che personalmente riscontro è un colore grigio/lilla vivo a volte con dei bagliori e delle luminescenze pulsanti associabili al ritmo cardiaco e l'indicazione che ne traggio è di uno stato di equilibrio accettabile. Viceversa se il colore è più spento, più scuro, più cupo con assenza di bagliori e luminescenze lo stato di equilibrio è più compromesso.

**3 L' Aura Mentale-** avvolge le due aure precedenti e si presenta come un guscio ovoidale molto meno agitato dell'Aura Astrale. E' contemporaneamente una porta di comunicazione con l'altro, con l'esterno e una protezione da tutto ciò che dall'esterno può penetrare all'interno e portare disarmonia. Il parallelo con l'energia difensiva della *Wei Chi* calza a pennello e il riscontro nelle verifiche pratiche sui pazienti è stato sorprendentemente vero. I colori dominanti sono il giallo,

il blu e il bianco nelle loro sfumature più chiare e luminose quando l'equilibrio della persona è buono. Se c'è armonia e ratio nella persona, con conseguenti pensieri positivi, l'aura sarà più luminosa verso la parte alta, viceversa se ci sarà presenza di disarmonia e confusione con pensieri tristi i colori dell'aura saranno più spenti e più opachi e si localizzeranno nella parte bassa dell'aura. Ancora una volta il parallelo con la Reflessologia ZU è illuminante, Yin/Yang Alto/Basso Cielo/Terra.

**4 L'Aura di Vitalità Divina** difficilmente osservabile corrisponde a stati di coscienza Cristica e Buddhica oggi molto poco riscontrabili.

**5 L'Aura dello Spirito Divino** si configura come un' immensa luce bianca avvolgente tutte le altre aure e di quando in quando, specie intorno al capo, colorata da un'onda dorata riverberante.

#### **Interpretazione dei colori dell'Aura.**

*I colori sono la caratteristica tipica dell'aura.* A parte la tinta di base che è propria di ogni radianza emotiva e suggerisce il temperamento iniziale di base di ogni individuo, questi colori sono in costante mutamento influenzati dallo stato di salute (sia fisico che mentale che psichico piuttosto che spirituale) assunto dall'essere durante lo svolgersi della sua vita e circolano su tutta la superficie di questo guscio aurico configurandosi principalmente nella zona del capo e delle spalle.

**Azzurro** - *azzurro pallido, smorto*: timidezza eccessiva, personalità non sviluppata, influenzabilità. Con del giallo ocra: diffidenza Con del grigio: pessimismo

*azzurro vivace* : franchezza, onestà, apertura possibile ai problemi metafisici Con del giallo elettrico: tendenza ad intellettualizzare

*azzurro cielo*: quando è vivido indica sempre una grande onestà, un temperamento gradevole, una grande sincerità. E' il colore dell'idealismo, della devozione incline alla Spiritualità.

**Blu**- carattere volitivo, amore per il lavoro, desiderio di progredire. *Un bel blu lavanda* indicherà una certa inclinazione per la meditazione e la preghiera mentre *un blu scuro* sarà segno di grande volontà e di forte desiderio di progredire. La presenza di grigio *nel blu* è segno di pessimismo, tristezza e tetraggine.

**Giallo**- *giallo zafferano*: spiritualità molto elevata. Più il colore zafferano è intenso e più la spiritualità si manifesterà in modo concreto con esteriorizzazioni all'esterno. *Giallo acido*: predominanza della mente, forte attività cerebrale. *Giallo sporco*: - con *ruggine* indica scarsa volontà, viltà, opportunismo - con *rosso vivace* indica timidezza morbosa e orgoglio

soggiacente e dissimulato che può esplodere in violente manifestazioni - sfumato di *marrone e di verde kaki* sta ad indicare materialismo eccessivo e bassezza di pensieri.

**Rosso-** *Rosso vivace*: temperamento energico, attitudine allo sport, senso del comando, visione positiva e ottimistica della vita, dinamismo che può anche diventare eccessivo. *Rosso vivace con verde*: franchezza e rispetto degli altri

*Rosso pallido*: grande nervosismo, eccessiva irritabilità, tendenza all'insonnia. Con *striature vermiglie* instabilità e orgoglio.

*Rosso scuro* : egoismo, meschinità, aggressività, con *ruggine* segnala una forte tendenza del soggetto all'avarizia, *rosso scuro o brunastro con tracce di grigio o marrone* se localizzato su un organo segnala la presenza di una malattia anche grave.

**Verde-** *Verde vivace e elettrico*: dono di sé e apertura verso gli altri sotto tutte le forme, amore del Vero e del Bello. Con dell'*azzurro vivace* coraggio e spirito di sacrificio. Con del *giallo pallido* ipocrisia e menzogna. Con del *rosso* equilibrio della personalità e senso di responsabilità.

**Viola-** *Viola pallido*: interesse per i problemi religiosi, ricerca di purezza, instabilità *Viola vivace e intenso* sviluppo intellettuale autentico, con del *giallo* forte spiritualità acquisita.

**Arancio-** *Arancio vivace* ricerca e pratica costante del bene, buona volontà e lealtà. Con del *giallo pallido* generosità calcolata, opportunismo. Con *ruggine* pigrizia e mancanza di iniziativa. Con *verde scuro* rancore, spirito aggressivo e scarsamente acuto.

**Rosa-** Immaturità, mente ludica, allegria che vista in senso positivo si rivela un elemento indispensabile alla vita, uno stato d'animo da coltivare con consapevolezza. Con *giallo acido* denota una personalità con forte propensione all'egoismo. Con *grigio* stati d'animo di paura intensa e di timore morboso..

**Grigio-** tristezza, crisi di panico, depressioni. Parlando in senso generale il grigio è il segno lasciato su di un organismo dalla stanchezza, dalla malattia o dalla delusione.

**Marrone-** su di un organo indica la presenza di una malattia grave, con le energie bloccate, su di un punto di meridiano energetico indica una stasi di energia un blocco da trattare in disostruzione o dispersione.

A margine di questa esplicazione dell'Aura e di ciò che la costituisce debbo dire per onestà di apprendista Reflessologo Zu che la visione dell'Aura da parte mia su dei soggetti sottoposti a trattamento non è costante e sempre conseguente alla mia volontà, ma si presenta a volte fuggevole. A volte con un solo colore, a volte con brevi lampi, a volte con momenti più lunghi e a volte nonostante mi sforzi di vederla è completamente assente. Mi capita invece quando

lavoro su di un meridiano energetico ad occhi chiusi di individuare sui punti trattati lampi di colore bianco che io associo ad una stato di benessere energetico e ad uno scorrere fluido dell'energia, mentre se il colore del lampo è di colore rosso vivace o rosso cupo vuol dire che in quel punto sussiste un calo energetico o c'è in atto un' inizio di ostruzione energetica e allora il lavoro sarà di Tonificazione e Disostruzione, se poi il lampo è di colore rosso brunastro tendente al cupo ed al nero sta a significare che in quel punto c'è assenza quasi totale di energia e che nella corrispondente zona organica riflessa esiste una situazione di dolore come in zona psicosomatica è molto probabile una situazione di vissuto disagio in quel momento o nel breve/lungo tempo antecedente il trattamento che dovrà essere di tonificazione lunga e profonda. E' capitato di vedere anche fuoriuscite di energia sotto forma di soffi costanti di colore rosso emanati dal corpo in prossimità di organi, punti energetici o muscoli e applicando il massaggio lento e profondo alla base del soffio in uscita si è ottenuta la cessazione della perdita di energia.

Nei successivi esempi di casi trattati applicando le tre discipline sopra citate, **sempre mantenendo come insegnamento guida la Reflessologia ZU** e come ausiliarie le altre due, mi sforzerò di esporre in maniera chiara e sintetica un caso di trattamento andato a buon fine grazie alla applicazione ed alla interazione della complementarità sperimentata, tra tre Elementi in apparenza distanti tra loro ma nella realtà molto più in sinergia di quanto si possa immaginare.

Caso di paziente trattato con la Reflessologia ZU e con l' ausilio e  
la complementarità di Alberi e Aura

Per ovvie ragioni non citerò il nome della persona che si è sottoposta a massaggio Reflessologico Zu ma le assegnerò un numero che è Uno.

**Paziente Uno-** Sesso; maschile

Data di nascita: 26 Maggio 1962

Albero tutore: Frassino

Aura: eterica con colore grigio azzurro tonico, meno riverberante nella zona toracica sopra i polmoni e nella zona interessata dal muscolo carpale del pollice della mano destra. Lampi di blu scuro attorno al capo.

Reflessologia ZU: diagnostica attraverso lettura del piede con la Morfologia, la lettura del viso e della postura con la Semeiotica, la lettura Organica con il massaggio e Energetica con l'osservazione e la digito pressione sui punti dei meridiani.

Il soggetto **Uno** si presenta come persona di buona altezza, (metri 1,80) muscoloso, ben proporzionato. Lamenta mal di testa (cefalea) che si presenta con dolore continuo e sordo nella parte frontale del capo sopra le arcate sopraciliari. Da sdraiato sul lettino mette le mani dietro la testa e ciò fa pensare che ci sia sofferenza alle vertebre cervicali con conseguente contrazione dei muscoli trapezio, sterno cleidomastoideo. Inoltre il soggetto lamenta un forte dolore al muscolo carpale articolazione metatarso/prima falange del pollice destro. A volte il paziente soffre di bruciori di stomaco nella parte alta in zona Cardias.

Da una attenta osservazione del viso si è potuto notare la presenza di rughe (dette a zampe di gallina) al lato esterno degli occhi che stanno ad indicare che **l'apparato digerente**, e **lo stomaco** in primis, sono in difficoltà. Il sintomo sta ad indicare che nella vita ci sono tante altre cose da digerire oltre agli alimenti. Sempre osservando gli occhi si è potuto notare come le palpebre superiori siano come plissettate e cioè come ripiegate su sé stesse indicandoci in questo modo uno stato di sofferenza alle **vie respiratorie**, in primis ai **polmoni**. Ancora dall'osservazione degli occhi si rileva la presenza di borse sotto gli stessi che stanno ad indicare la mancanza di benessere dell' **intestino crasso**(colon e retto). La presenza di due rughe che partono dai lati esterni delle narici e vanno verso il basso e, una sonnolenza post prandiale, ci segnalano la mancanza di benessere di **milza-pancreas**.

La lettura del piede dal punto di vista **morfologico** ci dà le seguenti indicazioni: il piede destro ed il piede sinistro hanno una inclinazione simmetrica, non presentano gonfiori sulla parte dorsale e attorno all'articolazione delle caviglie, le dita presentano un allineamento normale e il secondo dito, Molluce, del piede sia sinistro che destro è più lungo dell'Alluce e questo sta a significare uno stomaco anatomicamente lungo per costituzione naturale che può portare tendenzialmente a una digestione più lenta del normale. Prendendo in esame gli alluci la prima cosa che si nota è che entrambi sono rivolti verso l'alto con una maggiore inclinazione dell'alluce sinistro. L'alluce rivolto verso l'alto ci indica che ci troviamo di fronte ad una persona proiettata verso il futuro, un soggetto con la testa diritta e lo sguardo teso in avanti. L'alluce destro ci indica che **Uno** è una persona che nel campo dell'attività logica, razionale e del lavoro ha dei progetti, sa guardare verso il futuro per rendere concreti i suoi sogni nel cassetto, mentre l'alluce sinistro più alto ci dice che le sue forti aspettative, i suoi sogni nel cassetto

riguardano anche la sfera affettiva, creativa, l'immaginario. Proseguendo l'osservazione della parte alta del piede ho potuto notare nella zona subito sotto gli alluci, *detta gruppo gola e che comprende tiroide, paratiroide, faringe, laringe e corde vocali*, la comparsa di una plica appena sotto l'articolazione metatarso/falangea chiaro segno di una manifestazione *yin* che ci indica una ipoattività delle vie respiratorie alte esponendo in questo modo i polmoni ad essere facilmente attaccati da elementi esterni quali aria fredda, pulviscolo, fumo ecc. Sotto il secondo e terzo dito, nell'area posta tra le epifisi distali poste tra il secondo e terzo metatarso è situata l'area riflessa dei polmoni ed i piedi di **Uno** presentano entrambi *una vasta callosità* che la ricopre che si presenta come bianca e secca e quindi ne consegue difficoltà di espettorare e catarro secco che sono elementi caratterizzanti il *Movimento Metallo*. In corrispondenza della metafisi della prima falange del secondo dito ho rilevato la presenza di una piccola callosità corrispondente al trapezio, strato corporeo muscoli, movimento legno, fegato e vescicola biliare organi associati. Nel terzo superiore del piede visione plantare, articolazione metatarso/falangea del quinto dito ho evidenziato una piccola callosità su entrambi i piedi, il che mi sta ad indicare una sofferenza nell'area del cavo ascellare in visione plantare, o in visione dorsale, una sofferenza dell'articolazione della spalla. L'area del cavo ascellare è rilevante in quanto sede di una importante stazione linfonodale e la callosità presente ci fa supporre una attivazione dei linfonodi per la produzione di linfociti per una probabile difesa delle zone circostanti tra cui gli apici dei polmoni o l'articolazione della spalla. Da una osservazione laterale del piede ho potuto notare gli alluci che vanno verso l'alto e nello stesso tempo una forma di cavismo podalico che nella palpazione mi riservo di verificare a cosa corrisponda e di cosa è indicativo.

Il soggetto **Uno** è nato il giorno 26 alla fine del mese di Maggio e cioè tra il passaggio dagli ultimi freddi tardivi all'inizio dei giorni caldi che preannunciano l'arrivo dell'estate. Il suo **Albero Tutore** è il **Frassino Excelsior** il cui carattere distintivo è "*Voler andare oltre*". I nati sotto il segno del Frassino sono persone che, proprio come la pianta che le riassume e che svetta dai 35 ai 45 metri, possono diventare eccellenti, puntano sempre in alto, in ogni caso niente di comune o abituale. Non ama molto la vita comunitaria e fatua ma sa stare sia coi grandi che coi piccoli e all'occorrenza anche lo stare da solo non gli crea problemi. I nati sotto il segno del Frassino, proiettati come sempre verso il cielo, cercano benessere nelle zone alte e vengono giudicati a torto ambiziosi, testardi oppure calcolatori mentre non fanno altro che sforzarsi di

migliorare la situazione in cui vivono. L'uomo frassino per natura sa trasformare i suoi desideri in mete e per il raggiungimento delle medesime è disposto a rinunce e sacrifici. La loro meta principale comprende l'identità, la libertà, l'indipendenza.

**La lettura** e la conseguente interpretazione dei colori dell'**aura** del paziente **Uno** ci fornisce di seguito questi elementi: la sua *aura eterica* di colore grigio azzurro vivace indica un accettabile stato di equilibrio dove sono assenti grossi scompensi, tuttavia la minore riverberanza nella zona toracica dei polmoni e nella zona del carpale ci deve sollecitare ad un' attento esame, attraverso la palpazione, per verificare lo stato delle cose. Il colore *azzurro tonico o vivace* indica nella persona qualità come franchezza, onestà e una possibile apertura ai problemi metafisici. I lampi di *blu scuro* attorno al capo sono indicazione di carattere volitivo, amore per il lavoro, desiderio di progredire, progettualità e capacità di portare a termine ciò che si è intrapreso anche a costo di grandi sacrifici.

E' evidente che il paziente **Uno** è un soggetto le cui problematiche fin qui riscontrate si collocano quasi tutte, principalmente, nella parte alta della sua persona e principalmente sono di origine psicosomatica per la presenza di importanti callosità riscontrate sulla pianta del piede e sulle dita, la sofferenza organica e quella energetica seguono nell'ordine.

Metallo, Terra, Legno, sono i movimenti che definiscono la costituzione dell'individuo **Uno**. Ovviamente del **Movimento Metallo, colore bianco** fanno parte le problematiche del Gruppo Gola, dei Polmoni e del Grosso Intestino, mentre del **Movimento Terra, colore giallo** fanno parte Stomaco, Milza Pancreas, Linfonodi del cavo ascellare e viceversa del **Movimento Legno, colore verde** fanno parte lo strato corporeo dei muscoli, in questo caso Trapezio e SternoCleidoMastoideo mentre il Fegato e la Vescicola Biliare, rispettivamente organo Zang (pieno) e organo Fu (vuoto) completano la diagnosi del Movimento Legno.

Con il paziente disteso sul lettino procedo alla palpazione del piede per verificare attraverso il massaggio e la presa di contatto diretta ciò che fino a qui ho osservato e dedotto.

Faccio un primo massaggio leggero per prendere confidenza con i piedi e mettere il paziente a suo agio spiegando che cosa ho intenzione di fare e nel frattempo procedo ad un massaggio di mobilitazione delle articolazioni, rotazione della caviglia, mobilitazione delle articolazioni tarso/metatarso e metatarso/falangee per verificare eventuali blocchi dovuti a irrigidimento articolare che a secondo di dove sono situati possono darmi utili indicazioni diagnostiche.

La risposta alla mobilitazione è buona e vado a procedere ad un primo massaggio drenante per *tonificare Rene, Uretere e Vescica* organi Zang e Fu appartenenti al Movimento Acqua. Quella del rene è una delle aree riflesse più importanti nella Reflessologia Zu, si trova appena sotto l'epifisi distale del terzo metatarso al centro della cavità determinata dall'arco longitudinale plantare. L'area riflessa del rene sinistro si identifica con la mano destra, quella del rene destro con la mano sinistra mentre per il massaggio vero e proprio si userà la mano destra sul piede destro e la mano sinistra sul piede sinistro. Il massaggio deve essere sempre lento, profondo e tonificante. La Vescica riflessologicamente è situata nella proiezione podalica laterale interna metà su di un piede e metà su di un altro. Anatomicamente è situata nella cavità determinata dai calcagni e dalle ossa tarsali che generano un bacino cioè qualcosa atto a contenere. Il mio massaggio non rilevando particolari problematiche è stato del tipo tonificante. L'Uretere è il canaletto che collega il rene alla Vescica, lo si massaggia con il dito pollice per tre volte di seguito, procedendo dalla Vescica al Rene ed esercitando una leggera pressione digitale usando il cosiddetto *movimento a passo di lombrico*.

Cominciando a massaggiare l'area riflessa del gruppo gola e la callosità riscontrata in quella zona percepisco segni di dolore nel paziente e conversando con lui vengo a sapere che da bambino ha subito l'asportazione delle adenoidi e delle tonsille, primi baluardi di difesa del nostro corpo per quanto riguarda l'apparato respiratorio. Applico un massaggio leggero e veloce tutto attorno alle callosità ed un massaggio più tonico nell'area riflessa del gruppo gola, e dei polmoni. Inoltre vado a massaggiare la parte esterna della prima falange del primo dito corrispondente alle *sette vertebre cervicali del rachide* ed il paziente accusa segni di dolore. Mi sposto sulla parte dorsale del piede per una ulteriore verifica e la mia attenzione si concentra sull'area riflessa del muscolo sternocleido mastideo situata nello spazio intraosseo tra secondo e terzo metatarso, su entrambi i piedi, in quanto anche questo è un muscolo bilaterale ed anche in questa zona il paziente mi segnala sofferenza. Vado a verificare l'area riflessa del muscolo trapezio, muscolo antagonista dello sternocleido mastoideo, situata nella metafisi dell'osso della prima falange del secondo dito di entrambi i piedi ed avverto di nuovo un segnale di dolore del paziente. Massaggio queste aree con massaggio lento e tonificante allo scopo di rilassare questi muscoli che sento tesi.

Procedendo nella mia indagine mi sposto a massaggiare *l'area riflessa del cardias e dello stomaco* situate plantarmente sul piede sinistro e rispettivamente nel terzo distale tra il primo e il secondo metatarso il Cardias mentre l'area dello Stomaco si configura nella diafisi del



metatarso del primo dito su entrambi i piedi. Esercizio un massaggio lento e tonificante perché da subito percepisco sofferenza sia massaggiando l'area del Cardias che quella della parte alta dello stomaco e questo mi conferma anche che il disagio fisico deriva da un disagio psicologico, precedentemente diagnosticato nella lettura del piede, in quanto il paziente tende a trattenere e non esternare le emozioni che gli possono arrivare dalla sfera affettiva, dal lavoro, dall'ambiente esterno; in poche parole somatizza i suoi stati d'animo, e questo giustifica il cavismo fisiologico del piede, riscontrato all'inizio del massaggio di mobilitazione.

Per quanto riguarda l'area riflessa della Milza la troviamo sul piede sinistro, visione plantare, terzo prossimale dello spazio intraosseo tra il quarto e il quinto metatarso. Dirigo in questo punto il mio massaggio e sento una tensione muscolare del flessore del quinto dito e del muscolo lombricale che si trova nello spazio intraosseo compreso tra il quarto e il quinto dito. Sotto la pressione digitale esercitata il paziente accusa un leggero fastidio e perciò decido per un massaggio veloce e leggero per decontrarre i tessuti e gli organi, sottostanti l'area.

Per l'area riflessa del Pancreas presente su entrambi i piedi: la testa, piede destro, primo metatarso, terzo prossimale, il corpo e la coda invece sul piede sinistro, primo metatarso, terzo prossimale, è stata massaggiata quando ho effettuato il massaggio sull'area riflessa dello stomaco.

Vado di seguito a verificare l'area riflessa del Grosso Intestino che è situata sulla parte plantare di entrambi i piedi e che sul destro segue la parte laterale esterna del cuboide ed è chiamata colon ascendente, per proseguire poi come colon trasverso sotto la linea diaframmatica e continuare poi sul piede sinistro discendendo sul cuboide e assumendo la definizione di colon discendente continuando poi con il sigma e una parte del retto. Non riscontro particolari situazioni di sofferenza ed eseguo quindi un massaggio piuttosto veloce e ficcante su tutta l'area allo scopo di stimolare il colon e favorirne l'azione digerente in quanto da una precedente lettura sul viso (semeiotica) quest'organo fu, risultava un po' impigrito.

Ho continuato il massaggio su tutte le altre aree riflesse dei *Movimenti Metallo, Terra, Legno*, andando anche a toccare le altre riflesse dei *Movimenti Acqua e Fuoco*.

Per quanto riguarda l'**Energetica**, per prima cosa sono andato a verificare i *Cinque Punti Antichi* di ogni meridiano che interessava il paziente **Uno** e che era in relazione con le aree riflesse e le tipologie psicosomatiche già riscontrate e verificate, in riferimento ai **Cinque Movimenti**, ed in primis ho preso in esame i Meridiani; *Shoutaiyin (Polmone) – Shouyangming (Grosso Intestino) – Zuyangming (Stomaco) e Zutaiyin (MilzaPancreas)*, facenti tutti parte del Primo Ciclo

*Energetico, e infine i Meridiani Zushaoyang (Vescicola Biliare) e Zujueyin (Fegato), facenti parte del Terzo Ciclo Energetico, facenti tutti parte dei **Dodici Jing Mai (Meridiani Principali)**.*

Un accenno ai *Tre Cicli Energetici* ci dice che fanno tutti parte del **ciclo nictoemerale dell'energia nutritiva Yongqi** che prodotta dal Riscaldatore Medio imbocca la strada dei Meridiani partendo dal *Shou Tay Yin (polmone)* e in successione attraversa tutti e tre i *Cicli Energetici* fino allo *Zu Jue Yin (fegato)* che chiude il ciclo mandando di nuovo l'energia al meridiano del *Polmone Shou Tay Yin* da dove il ciclo ricomincia.

Devo dire che in questa verifica mi è stato di primario aiuto lo studio dell'Energetica secondo la Reflessologia Zu; ma anche la lettura dell'Aura e il suo riscontro sui punti degli Jing Luo (meridiani energetici), mi è stata di valido aiuto al fine di determinare le sofferenze o i blocchi energetici presenti lungo i percorsi dei **Meridiani Principali**.

### **I CINQUE PUNTI ANTICHI.**

**Jing:** sono i punti più periferici e si localizzano sull'angolo ungueale, a parte Rn 1 che si trova sulla pianta del piede e Mc 9 nel centro del polpastrello del medio. **Jing è il Pozzo**, punto di raccolta dell'acqua e fisiologicamente è il punto in cui l'energia che circola fuori meridiano è attirata e penetra nei meridiani. **Jing** attira anche verso le estremità l'energia del meridiano.

**Yong/Rong:** sono i punti situati in corrispondenza del versante distale delle articolazioni metacarpo-falangee e metatarso-falangee. **Yong è il Ruscello**, punto di partenza di un piccolo corso d'acqua. Fisiologicamente l'energia si concentra in questo punto per passare al punto successivo. Punto acceleratore.

**Shu:** questi punti li troviamo in corrispondenza del versante prossimale delle articolazioni metacarpo-falangee e metatarso-falangee. **Shu è il Torrente**, trasporta. Fisiologicamente assorbono Wei Qi (energia difensiva) dall'esterno ma anche Xie Qi (energia perversa) penetra nel meridiano e viene trasportata altrove

**Jing:** sono localizzati al polso/caviglia o all'avambraccio/gamba. **Jing è il Fiume**, e fisiologicamente possiamo dire che in questo punto l'energia del meridiano è massima quantitativamente e definita qualitativamente. Accelera inoltre il passaggio dell'energia per i meridiani Yang e blocca la penetrazione di Xie Qi verso le ossa, i muscoli e le articolazioni per i meridiani Yin.

**Hé:** sono punti che troviamo in prossimità del gomito o del ginocchio: **Hé è la Foce**, riunisce l'esterno con l'interno, il superficiale con il profondo. Reggono l'energia che circola nei

meridiani e per i meridiani Yang sono punti in cui l'energia approfondì per raggiungere le regioni vicine.

Dunque mi appresto a verificare sul paziente **Uno**, a livello energetico, ciò che ho già riscontrato con gli altri sistemi diagnostici sopra descritti e vado sullo **Shoutayin Fei Jing (P.)**

**Meridiano Shoutayin (polmone), movimento metallo colore bianco :**

*Il punto Uno (Zhongfù) aula media*), si trova sul bordo infero/esterno della seconda costola, un Cun e mezzo sotto la clavicola. Punto Mu del Polmone, punto di riunione con il meridiano della Milza. I punti *Mu* sono detti punti Allarme o Araldo, sono situati sulle zone Yin dell'addome e del torace e sono punti di concentrazione dell'energia Yin degli organi e visceri. Quando sono dolenti spontaneamente o come in questo caso sollecitato dalla mia palpazione, denunciano una sofferenza dell'organo al quale appartengono. Tenendo premuto il dito sul punto uno e guardandolo ad occhi chiusi noto che la *emanazione di energia* è di *colore rosso* che per me sta a significare presenza di *energia ma in sofferenza*, cioè *ridotta circolazione energetica*.

Viceversa se la *emanazione* fosse stata *bianca* stava a significare che l'energia circolava liberamente nel meridiano. Decido di massaggiare in tonificazione questo punto perché il paziente accusa dolori alla spalla e questo sintomo rientra nella casistica del *punto uno*. Il paziente mi ha anche detto di accusare dolori alla mano, zona carpale, e allora vado a sollecitare il punto *nove Tiyuan* del meridiano che è punto shu/yuan dove la funzione yuan riceve l'energia del meridiano e la funzione shu la trasporta; questo punto esercita azione tonificante sul Qi del polmone e della Milza e tra le sue indicazioni *porta sollievo ai dolori del polso e della mano*. La *emanazione energetica* dell'aura in questo punto è *bianca con riflessi rossi* segno di blocco parziale energetico e decido per un massaggio di disostruzione allo scopo di far circolare di nuovo liberamente l'energia. Effettuo anche il massaggio del muscolo carpale con un massaggio penetrante e lento. Torno ad osservare, ad occhi chiusi, la *fonte zampillante di Aura* ed i riflessi rossi sono scomparsi, segno positivo di ripristinata circolazione energetica.

**Meridiano Shouyangming Dachang Jin (Grosso Intestino) movimento metallo colore bianco.**

**Splendor Yang(il più luminoso degli Yang).**

Toccando il punto uno Jing, il due Yong e il tre Shu non si ha manifestazione di dolore da parte del paziente ed ad una lettura di *emanazione di aura* la **fonte zampillante** sui punti è di un bel *colore bianco e pulsante*, segno di **buona circolazione energetica**.

Effetti benefici del massaggio effettuato sui punti *Jing, Yong e Shu* del meridiano

*Shouyangming:*

punto uno- Shangyang (mercato dello Yang) punto pozzo dei cinque punti Shu, punto metallo.

Libera l'esterno, apre gli orifizi, tonifica lo yin polmonare.

punto due- Erjian punto ruscello dei cinque punti shu, punto acqua, elimina l'umidità dalla Milza, purifica il calore.

punto tre- Sanjian, punto torrente dei cinque punti Shu, punto legno, elimina l'umidità, efficace contro l'oppressione toracica.

Viceversa il punto quattro Yuan, *sul lato radiale dell'indice all'altezza del punto medio del secondo metacarpo, la fonte zampillante di aura*, appare di un colore bianco spento, poco tonico. Il paziente al tocco in questo punto accusa un fastidioso dolore. Faccio una riflessione: i punti yuan ricevono energia dal meridiano ed il punto quattro del GI. Hegù in particolare, blocca il dolore, rimuove le ostruzioni dai meridiani, tonifica il Qi e tra le indicazioni rientra una certa rigidità del collo a livello delle vertebre cervicali e perciò effettuo un massaggio di disostruzione e vado sul punto cinque Jing per un massaggio tonico perché in tal modo viene accelerato il passaggio dell'energia sul meridiano Yang. Ritorno sul punto quattro e chiedo al paziente come va e la risposta è quella di una diminuzione dell'intensità del dolore, inoltre ponendo di nuovo ad occhi chiusi l'attenzione sulla *fonte zampillante di aura* il colore bianco *emanato* appare **più tonico**.

Proseguo l'escursus sugli altri punti dello *Shouyangming* ed il paziente mi segnala altri due punti dolenti. Che in ordine sono:

Jianyù, *Angolo della spalla* (GI. 15), davanti all'articolazione acromio/claveare nella depressione che si forma col braccio in abduzione, nel punto di confluenza della porzione anteriore e posteriore del muscolo Deltoide. Indicazioni: dolori alla spalla, rigidità, torcicollo.

Jugù, Grande osso (GI 16), in una depressione formata dall'incrocio fra l'acromio e la clavicola, rimuove le ostruzioni dal meridiano, sottomette lo yang del fegato, efficace contro dolori alla spalla, apre il petto. Effettuo un massaggio lento e penetrante sui due punti ed il paziente mi segnala una diminuzione del dolore.

**Meridiano Zuyangming Wei Jing (Stomaco) movimento terra, colore giallo.** Zuyangming, yang luminoso del piede, meridiano dello stomaco inizia il suo percorso a forma di U sotto l'occhio,

termina all'attaccatura dei capelli, prosegue discendendo anteriormente fin sul dorso del piede tra il secondo e terzo metatarso e termina sull'angolo ungueale esterno del secondo dito. Ricordandomi che in precedenza ho riscontrato sofferenza dei muscoli **trapezio e sternocleidomastoideo** appartenenti al movimento legno, vado a stimolare con un massaggio il punto otto di Zuyangming, *Touwei sostegno della testa*, punto di riunione con il meridiano Zushaoyang (VB.) e con Yang Wei Mai. Questo punto ha tra le sue azioni la tonificazione e la regolazione di Fegato e Vescicola Biliare e il mio intento è quello di rafforzare e tonificare questi due organi per diminuire la tensione sui muscoli sopra citati. Passo al punto undici *Qishè residenza del Qi*, situato guarda caso nel bordo superiore della clavicola nella fossetta generata ai capi sternale e clavicolare dello sternocleidomastoideo. Stimolando questo punto si ottengono: Qi che circola più liberamente e diminuzione della rigidità del collo, due cose utili per il paziente **Uno**. Il punto è leggermente dolente ed attribuisco questa dolenza al fatto che si trova sopra una zona (polmone) con precedente problematica già rilevata e trattata. Decido anche di trattare il punto *dodici Quepèn* ed il punto *tredici Qihù* perché favoriscono la discesa dell'energia, sono utili contro l'oppressione toracica e contro la rigidità di collo. Penso anche che non sia male agire sul *punto trentaquattro Liangqiu* punto *Xi di disostruzione*, la cui **fonte zampillante di Aura** mi appare piuttosto opaca. Eseguo il trattamento in tonificazione del punto e lo **zampillo energetico** mi appare di nuovo luminoso, segno di ripristinata circolazione energetica,

*Vado sul punto trentasei Zusanli*, punto di grande importanza, *punto he foce*, rilascia l'energia *yong e wei*, attira l'energia verso il basso ed è uno dei punti che curano le cento malattie. Essendo anche un punto Ben (di equilibrio) lo lavoro insieme al punto quarantuno Jing (tonificazione) per dare più forza e sostegno alla Qi di Stomaco e Milza, per tonificare il Qi e il sangue in generale. Infine allo scopo di favorire ulteriormente la circolazione del Qi vado a stimolare il punto quarantacinque, *Lidui scambio rigoroso*, punto pozzo, movimento metallo, definito anche *porta dello stomaco*, e anche per questo motivo ritengo utile per il mio paziente il suo trattamento. *Lidui* regola la circolazione del Qi e ne favorisce la discesa e inoltre produce un effetto balsamo sul dolore se si accoppia la sua stimolazione con quella su *quarantaquattro Stomaco*, punto *Rong*.

**Meridiano Zutaiyin Pi Jing (Milza- Pancreas) movimento terra, colore giallo.** Il suo percorso inizia dall'angolo ungueale del primo dito del piede e termina al torace. *Meridiano accoppiato*

*Zuyangming (stomaco)*. Avendo rilevato in semeiotica ed in organica una *leggera* sofferenza dell'organo ne vado a verificare la fondatezza anche in energetica. Con il primo dito della mano percorro i punti del meridiano e non avendo trovato particolari sofferenze né deficit energetici decido di stimolare solo alcuni punti che ritengo tra i più utili al paziente.

Su tutto il percorso del meridiano ho potuto verificare come le diverse **fonti zampillanti di Aura**, poste sui punti energetici siano, seppure con diversa intensità, accettabilmente toniche e luminose.

Vado a stimolare perciò il punto due Rong/Yong, punto ruscello, di tonificazione, accelera la circolazione dell'energia. E' situato distalmente sull'articolazione metatarso/falangea del primo dito, anteriormente la sporgenza che caratterizza l'alluce valgo e sulla sottoposta, *non a caso*, area riflessa delle vertebre cervicali, dove la pelle cambia colore. Per rafforzare tale manovra vado anche in tonificazione su *Taibai*, punto Shu, torrente, anche punto *Ben*, ottenendo in tal modo la fortificazione della Milza e la circolazione e discesa del Qi. Vado anche ad intervenire su *MP6 Sanyinjiao* punto di grande importanza riflessologica perché tonifica lo yin globale, armonizza la circolazione del Qi, stimola la funzione del fegato, tonifica il rene, ed assieme a *MP2* e *MP4* tonifica la Milza e lo Stomaco. Dopo questo trattamento il percorso del Meridiano visto sotto l'aspetto della circolazione di energia osservato attraverso le *fonti zampillanti di Aura* mi appare più tonico ed uniformemente luminoso, segno di migliorato stato di benessere.

**Meridiano Zujueyin Gan Jing (fegato) movimento legno, colore verde.** Il percorso di questo meridiano inizia dall'angolo ungueale esterno dell'alluce, percorre lo spazio tra il secondo e terzo metatarso e sale fino a terminare al torace nel sesto spazio intercostale. Lungo il suo percorso sono distribuiti quattordici punti. Entro in sintonia con la respirazione del paziente, chiudo gli occhi per percepire al contatto digitale sui punti energetici, le **fonti zampillanti di Aura**. Nel complesso i punti del meridiano mi appaiono abbastanza luminosi e nell'insieme l'intero percorso appare abbastanza tonico. Tuttavia il paziente **Uno** accusa un leggero dolore al tocco nei seguenti punti: **F1 – F9 – F13**.

**F1 Dadun** si trova all'angolo ungueale esterno del primo dito. Punto Jing, punto pozzo, anche ben. E' indicata la sollecitazione per le affezioni degli organi genitali esterni e per disturbi della minzione, incontinenza urinaria ecc. Chiedo al paziente se ha qualcun o di questi problemi e mi dice che durante la minzione a volte ha difficoltà nella stessa e a fine minzione qualche piccolo bruciore.

**F9 Yinbao** si trova cinque cun sopra la piega del ginocchio, nella faccia interna della coscia tra il muscolo sartorio e il semitendinoso. Punto analgesico in caso di dolori degli organi genitali esterni, stimola il libero fluire del Qi, indicato per disturbi della minzione.

**F13 Zhangmen** si trova davanti all'estremità libera dell'undicesima costola, è anche punto Mu della Milza tonificandola e regolandola, consolida l'energia nutritiva, stimola il libero fluire dell'energia nei Polmoni e nei Reni, è indicato per dolori muscolari alla spala e al braccio. Viste le correlazioni tra questi punti e le sintomatologie del paziente decido per un trattamento in tonificazione degli stessi ed aggiungo anche il trattamento del punto **F8 He** per rafforzare ancora di più i benefici della tonificazione in quanto F8 ha tra le sue indicazioni anche il rinforzo di muscoli e tendini.

Alla fine del trattamento il meridiano mi appare *più uniforme e riverberante* nella sua *luminosità di Aura*, il che trattandosi di una esperienza per me nuova e pressoché agli inizi mi fa ben sperare di essere intervenuto nella maniera appropriata grazie all'energetica Zu e all'apporto della modeste conoscenze sull'Aura.

**Il Meridiano della Vescicola Biliare Zhushaoyang Dan Jing**, si origina al lato estremo dell'occhio, circonda con un doppio percorso il tratto laterale del cranio, scende lungo il corpo, percorre dorsalmente il quarto metatarso e termina sull'angolo ungueale esterno del quarto dito. Anche in questo caso adotto il sistema del tocco digitale secondo l'energetica Zu e del possibile supporto della visione degli zampilli di Aura. Non riscontro particolari dolenze sul meridiano e nemmeno particolari distonie luminose e opto per una stimolazione dei punti VB 11- 12- 19- 21- 23 tutti con indicazioni per disfunzioni come dolore alla spalla, torcicollo, collo rigido, cervicalgie, rigidità muscolare, oppressione toracica, tutte sintomatologie riscontrate in varia misura sul paziente. Inoltre vado a stimolare VB34 Yangglingquan, fontana della collina yang, punto He, punto Terra, perché ha azione tonificante e regolatrice di Milza, Reni, Fegato e Vescicola Biliare. Infine vado a stimolare VB 43 Xiashi, a lato del ruscello, punto Yong (acceleratore) e di tonificazione, sito nella porzione prossimale tra il quarto e il quinto dito. Aggiungo questa ultima stimolazione di punto per sostenere più efficacemente le altre stimolazioni già eseguite sugli altri punti.

A fine massaggio il paziente mi informa di sentirsi più leggero, meno contratto e accusa una sensazione di benessere diffuso, si stiracchia soddisfatto e sorridente. Lo informo che sarebbe il caso di sottoporsi ad un ciclo di otto trattamenti settimanali e accetta con entusiasmo. Nei successivi incontri settimanali applico le stesse tecniche qui descritte e i giovamenti sul paziente

trovano sempre più riscontro, è scomparso anche un piccolo fastidio alla minzione. Dopo la sesta seduta è scomparso anche il dolore al muscolo carpale che minacciava una operazione chirurgica in caso di persistenza del dolore e la motilità e funzionalità del pollice sono ritornate ad una normale condizione.. Infine a conclusione del ciclo di trattamenti il paziente si dichiara pienamente soddisfatto dei risultati ottenuti. Non accusa più dolori che in precedenza lo avevano portato da me , il suo umore è migliorato e mi dice che anche il suo stato di benessere generale è superiore a prima delle sedute di trattamento **Reflessologico Podalico Zu**, grazie anche alle tecniche di respirazione profonda che pratica quotidianamente e che sin dalla seconda seduta mi ero permesso di suggerire e di dimostrarne praticamente l'esecuzione. A questo punto il trovare attinenze e complementarietà fra l'analisi diagnostica del piede secondo gli insegnamenti della Reflessologia Zu, secondo la lettura dell'Aura e secondo l'Appartenenza Arborea del **paziente Uno**, per addivenire ad una sua completa definizione risulta relativamente semplice in quanto ci vengono in aiuto diversi elementi in comune che vado a elencare:

**Diagnostica Reflessologica Zu** : dalla precedente lettura del piede e della persona, eseguita sul **paziente Uno** utilizzando l'Organica, la Psicosomatica, l'Energetica e la Semeiotica sono emersi dati e indicazioni tali che mi hanno permesso di classificare il paziente in *due precise Costituzioni e in altrettanto due precisi Temperamenti*. Devo però aggiungere che poiché l'uomo nella sua totalità, **come nel caso del paziente Uno**, non è mai in assoluto (salvo eccezioni) una cosa sola ma un insieme di cose, fenomeni ed energie circolanti (rispecchiando in questo il Taiji Tu e gli insegnamenti del Dao) che si complementano, comprendendosi a vicenda in una alternanza di giorno/notte - yin/yang – luce/non luce – caldo/freddo- secco/umido ecc. ecco che il soggetto in esame rivela anche una marginale appartenenza ad una *terza Costituzione e ad un terzo Temperamento*.

**L'Apparenza è la Manifestazione della Sostanza. Ciò che appare rivela ciò che non appare.**

Vado qui di seguito a fare dei brevi cenni esplicativi su cosa siano le **Costituzioni ed i Temperamenti**.

**Costituzioni:** sono cinque e legate ai Cinque Movimenti. Con il termine *Costituzione* si intende quel **Quid** che ci costituisce per tutta la Vita. Siamo il frutto di una eredità molto antica che fa emergere dal Crogiolo Primigeno della Manifestazione dal Cielo Anteriore al Cielo Posteriore, le nostre *Qualità Constitutive* peculiari del nostro vivere prossimo.



Si incontrano le essenze dei nostri Genitori che sono *essenze ancestrali* che vengono da molto lontano nel tempo e che fanno parte del nostro Clan/Stirpe/Famiglia/Discendenza, che determinano le *Differenze di Qualità*. Con le *Costituzioni* noi ci portiamo dentro anche *Qualità* che non sono espresse e che saranno espresse nelle *Generazioni Successive*.

Tutto è Olistico, tutto è Unità. Lo scopo delle Osservazioni delle Costituzioni è fare in modo che il paziente porti a termine il suo Mandato. Prevenire e conservare lo stato di salute del paziente, mantenere un buon fluire dei Qi è meglio che curare dopo ed è compito del terapeuta Reflessologo Zu.

**Temperamenti o Tipologie:** *sono sei e legati alle sei energie e ai sei meridiani.*

Il temperamento può essere definito come la modalità di essere in base agli stimoli esterni. E' variabile in base alle sollecitazioni, agli input e si sviluppa dopo la nascita. Il temperamento, che viene da alcuni chiamato tipologia, ha un'origine più recente rispetto alla costituzione, ed è facilmente mutevole. Per es. un individuo che di natura non è collerico può diventarlo nel momento in cui vive in un ambiente che suscita costantemente questo sentimento, espresso o meno che sia. Il persistere del sentimento collerico può sviluppare sintomi diversi in base alla costituzione profonda dell'individuo, per es. cefalea o attacchi di panico a secondo che il temperamento sia più yin o più yang.

Gli elementi che contribuiscono alla caratterizzazione di un *determinato temperamento* sono dominati da Wei Qi e Jing Qi e sono:

I Meridiani Luo.

### **Il sistema dei dodici Meridiani Principali (i tre Yin e i tre Yang)**

le cinque emozioni collegate al sistema dei cinque movimenti.

Il Qi, la Wei Qi, il Jing Qi.

Gli aspetti del Qi Wei Qi e Yong Qi hanno un elemento psichico strettamente legato al temperamento dell'individuo, e vale a dire alla risposta dell'individuo a stimoli esterni, ambientali.

La Wei Qi circola nelle zone più superficiali del corpo, è chiamata energia difensiva. A livello psichico rappresenta l'energia riguardante l'istinto, la reazione automatica, l'arco riflesso.

Circola soprattutto a livello di un gruppo di meridiani definito Meridiani Tendino-Muscolari, determina, in relazione a ciò che proviamo, delle *determinate modalità posturali* che spesso possono essere di grande aiuto per comprendere il disagio vissuto dall'individuo.

La Yong Qi invece è chiamata energia nutritiva e circola prevalentemente a livello di un gruppo di Meridiani chiamati Luo, collegati al sangue ed alle emozioni. Descrive l'aspetto psichico cognitivo, la capacità di nutrirsi della vita, di apprendere dalla vita, dall'esperienza. Esperire vuol dire anche provare le emozioni che nascono dal nostro contatto con il mondo esterno. Di tutti questi elementi per caratterizzare un temperamento ho preso in analisi il sistema dei dodici Meridiani Principali secondo quanto appreso alla scuola di Reflessologia Zu,

***Lo studio del temperamento, della tipologia, può essere indagato in base alla "teoria dei Meridiani"***. Questa fornisce un modello completo della fisiopatologia dell'uomo e prevede che in ogni individuo esista una fitta rete di "strade" preferenziali in cui scorre il Qi. Esistono due principali gruppi di Meridiani: i Meridiani Principali, i Meridiani Secondari.

***I Meridiani Principali*** sono in numero di dodici: sei Yin e sei Yang e sono considerati come l'impalcatura energetica che sintetizza, coordina e regolarizza tutte le funzioni vitali dell'organismo, hanno a che fare sia con l'interno sia con l'esterno, in essi circolano tutti i diversi tipi di Qi: Wei Qi, Jing Qi, Yuan Qi.

In base a quanto sopra esposto sono giunto alla determinazione della Costituzione e del temperamento del paziente **Uno**. Debbo però aggiungere che poiché il soggetto in esame, non è un soggetto assoluto nel senso che non appartiene ad una unica Costituzione e ad un unico Temperamento, ho riscontrato in lui la presenza di ***due Costituzioni e di due Temperamenti principali***.

La teoria delle Cinque Costituzioni legate ai Cinque Movimenti indaga il rapporto tra il "microcosmo", l'uomo, ed il "macrocosmo", l'universo. E' volta a collegare i differenti fenomeni e le diverse qualità e rappresenta il tentativo di collegare fra loro fenomeni apparentemente estranei, ma che, in realtà possono essere unificati in base a loro specifiche comuni qualità intrinseche, a volte facilmente verificabili ed altre più difficili da identificare. La teoria delle *Cinque Costituzioni* classifica la maggior parte dei fenomeni naturali in cinque categorie legate ai *Cinque Movimenti*: Legno, Fuoco, Terra, Metallo, Acqua.

Esistono una serie di corrispondenze relative ad ogni movimento. Da un punto di vista psicologico ad ogni movimento è associata un'emozione particolare; al Legno la collera, al Fuoco la gioia, alla Terra la preoccupazione, al Metallo la tristezza, all'Acqua la paura.

**Per le Costituzioni:** la Costituzione Metallo e la Costituzione Terra

La **Costituzione Metallo** descrive un individuo che è presente a sé stesso, che da l'idea di sapere dove è e sa muoversi adeguatamente nello spazio e nel tempo. Una persona pratica, pragmatica, capace di metodicità e di grandi sacrifici per il raggiungimento dei suoi obiettivi e questo aspetto è legato alla componente razionale della costituzione, componente yin, basso, Grosso Intestino. Avendo riscontrato difficoltà in *Grosso Intestino*, significa difficoltà nel quotidiano, difficoltà nel realizzare, nel portare a termine i propri progetti. Un semplice rallentamento o fattori esterni possono avere determinato disagio nel proseguimento dell'azione intrapresa è questo fattore si è ripercosso sull'organo riflesso interessato portando dolenza come riscontrato in precedenza nei punti energetici GI.4- GI15- GI16 che hanno portato rigidità, dolori alla spalla, dolori alla muscolatura del collo e rigidità cervicale. Un'altra caratteristica infatti della Costituzione Metallo è la mancanza di elasticità che fa sì che davanti a difficoltà di prosecuzione l'individuo si irrigidisca su sé stesso e abbia difficoltà a proseguire in quanto intrapreso. La componente yang, alta, Polmone, idealista, ascetica, creativa, porta il metallo ad essere *Maestro di Energia*. In condizioni di equilibrio il soggetto Metallo è molto elegante (eleganza formale), brillante e colto sa gestire le relazioni sociali ma se eccede si chiude in sé stesso e diventa una corazza. Il *Metallo* rischia l'eccessivo indurimento e il blocco; la psoriasi è un metallo che si è chiuso, si è messo l'armatura e si difende. Il *Metallo* si ammala spesso ai *Polmoni*, raffreddori, faringiti, riniti, bronchiti, polmoniti rientrano tra le sue fragilità costituzionali. Quando va in squilibrio diventa triste astenico, tende ad essere noioso e non va mai bene niente, perde la capacità di vedere e se vede lo fa con negatività. Sue manifestazioni sono ansia, preoccupazioni eccessive per niente, frequenti lunghi sospiri. Se il metallo si chiude anche nella sua parte creativa si irrigidisce e se si irrigidisce sopravvengono blocchi nella parte nucale della testa, irrigidimento dei muscoli, torcicollo, dolori cervicali che scendono sulla spalla e poi sempre più giù fino al polso e alla mano e fino al primo dito irrigidendo le articolazioni e facendo dolere per diffusione i muscoli e nel caso specifico il carpale.

La **Costituzione Terra** ci mostra persone gaie, giocose, superficiali. Non se la prendono più di tanto, non acutizzano i problemi, li ridimensionano perché non ne sono colpiti. Sono persone di buon carattere, *tendono ad unire e mantenere insieme i gruppi*. Sono accomodanti perché la terra è senza forma, si adatta e connette. L'individuo di questa costituzione in equilibrio è brillante e superficiale, in squilibrio rimugina, si involge su sé stesso. Tendenze patologiche verso il ristagno, abulia, svaccamento, scontentezza di sé, *si preoccupano in maniera eccesiva*

per qualsiasi problema anche piccolo. Tendono all'obesità, ci possono essere problematiche di anoressia/bulimia, diabete, dolori mestruali, aerofagia, gonfiori. La *Costituzione Terra* ha come riferimento il *Movimento Terra colore giallo, centralità*, i cui organi *zang* (pieni) sono Milza/Pancreas e il cui organo complementare *fu* (vuoto) è lo stomaco, entrambi situati in posizione centrale nel nostro corpo. Il paziente **Uno** non accusava particolari stati di disagio in questa costituzione ed il suo equilibrio era buono. Mio compito in questo caso è stato quello di rafforzarlo e sostenerlo.

**Per i Temperamenti:** temperamento Yang Ming e temperamento Tai Yin

La dominanza di un determinato temperamento collegato ai Cinque Movimenti, può variare in base agli stimoli ambientali, alle sollecitazioni esterne, alla modalità in cui il macrocosmo ci sollecita.

***Temperamento Yang Ming: Terra/Metallo- Gl. St.***

Yang Ming è la cerniera degli Yang, è lo Yang che va verso l'interno, è la introiezione, è la capacità di organizzare l'interno. Porta dentro lo Yang e lo mette in comunicazione con lo Yin (vedi stomaco) e seleziona ed elimina ciò che non serve (vedi Grosso Intestino). Porta dentro, trasforma e mette in ordine. E' solare, è la capacità di fecondare e far fruttare, è *lo Yang che porta la luce del Cielo alla Terra Yin* e la feconda e la fa fruttare. Sono sensibili alla dimensione esterna, aperti, capaci di cogliere, recettivi perché ciò che entra per loro è tutto nutrimento che Stomaco fa entrare e Grosso Intestino mette a posto e sistema per il meglio usando raziocinio e creando armonia che procede dal gusto e dall'estetica. In termini di emozioni costituisce il Pensiero Logico e Razionale e ne deriva una eleganza formale nei modi e nella parola. Parla bene e usa termini giusti. E' armonioso, profondo, ponderante deve digerire le cose, se la razionalità è bene usata porta a buon senso e a giusti consigli. Tende ad essere grosso, attaccato alla terra. Se salta ha problemi sulla ricettività esterna (Stomaco) e sul discernimento (Grosso Intestino), va insieme su tutto il nutrimento, del Corpo, dell'Energia, dello Spirito. Se va insieme ha difficoltà a scegliere perché diventa una fatica trovare il poco di buono rimasto, utilizzarlo e portarlo a buon frutto. Scegliere amici, cibo, vestiti, giornali, libri, costituisce uno sforzo immane e allora **Yang Ming**, per proteggersi, si chiude per paura perché non sa più gestire le relazioni col mondo esterno e diventa estremamente formale, superficiale, distaccato, cinico, scettico. Diventa arrogante (attacca per difesa), stiletante, supponente. Reagisce con ferocia (che è estrema difesa) anche a piccolezze, in maniera spropositata e ciò gli crea sofferenza e soffrendo della sua sofferenza crea un circolo vizioso che in alcuni casi può portare

a Dislessia. Avviene anche e di conseguenza una chiusura corporea che comporta aumento di peso, mal di stomaco, cervicale, nervo sciatico, tendine del braccio, mal di testa. Il *soggetto Terra* è più tondo e piaciono, non giudica, è accomodante, è godereccio, se *tilta* è maniacale ed ha paura di tutto e di tutti. Il *soggetto Metallo* è più alto, rigido, secco, cerca logica e ordine. Se *tilta* può diventare introverso, più tagliente e duro, più rigido, intollerante e giudicante. Si acuiranno le sue fragilità specifiche, maggiori rigidità muscolari e articolari (parte alta della persona) con aumento del dolore, problematiche allo Stomaco in entrata e a Grosso Intestino in uscita a causa atteggiamento di forte chiusura. La terapia deve tendere a fare riprendere loro nuova fiducia in sé stessi, devono aprirsi ed essere di nuovo consapevoli e positivi. Ritengo utile per questo stimolare anche **il Fegato** (in organica ed energetica) perché il fegato è *Movimento Legno*, Primavera, è il Vento energia che scuote, mette in movimento, *pulisce e rimuove le stasi*. In questa misura e senza arrivare ad eccessi queste caratteristiche appartengono al paziente **Uno**, più riscontrabili però nella sua parte Metallo.

#### **Temperamento Tai Yin: Terra/Metallo – MP. P.**

Gli *Yin parte femminile*, aspetti profondi di femminilità anche nel maschio, portano in questo segno la tendenza ad andare nel *profondo per scoprire la propria anima*. Tai Yin è il contraltare di Tai Yang che è il Padre. **Tai Yin è la Madre**. Sono accoglienti totalmente perché accolgono Tai Yang e tutto ciò che viene dall'esterno e lo rendono immediatamente **FRUTTO**. Personalità fortemente creative portano a maturazione tutto ciò che accolgono, organizzano e ridanno ciò che ricevono. Tai Yin è molto creativo, nella parte metallo predilige aspetti astratti e creativi. Il Tai Yin terra è contento, cantante e fischiante, disponibile alla comprensione. Possono essere bravi giudici. E' fecondo, prende un'idea e immediatamente ne fa uscire la realizzazione. Si mette in gioco, investe in un progetto la fantasia, la creatività, il proprio intuito e sé stesso senza risparmiarsi. *E' la femmina che si apre al maschio, ne riceve l'imput creativo e lo rielabora creando*. Anche Milza/Pancreas e Polmone accolgono, rielaborano e costruiscono la Vita. Metallo polmone accoglie il Qi respiratorio e lo vitalizza, è disponibilità alla vita. Milza/Pancreas accoglie il Qi, ne armonizza la circolazione e lo ridistribuisce, organizza la vita. Se si perde, Tai Yin si chiude, perde la Dimensione Creativa e diventa sterile sotto ogni aspetto, non accoglie e non ridà più al mondo. Tai Yin Polmone se va in crisi diventa crudele e spietato, può diventare chiuso, silenzioso, misantropo e rifiutare qualsiasi aiuto. Tai Yin Milza/Pancreas quando si rompe sul piano vitale molla tutto, si chiude e diventa rifiuto della Nutrizione, della fecondità, trascura i figli e può arrivarne all'abbandono. In questa situazione è a rischio anoressia. Terapia

utile è sostenere e lavorare organica e energetica proprie di questo temperamento ma ritengo utile lavorare anche Rene e Cuore nei punti fuoco. **C.8 Shaòfu** che tonifica e regola il Qi della Milza e del Rene e tra le indicazioni contempla oppressione toracica, dolori al petto, dolori al braccio. **R.2 Rangù** che tonifica e armonizza il fegato e il rene e svolge azione benefica sugli umori in crisi di Tai Yin. Massaggio tonificante, lento e profondo. Anche in questo caso il paziente **Uno** non aveva all' esasperazione queste caratteristiche di Tai Yin , tuttavia il massaggio ha costituito fonte di benessere e di riequilibrio delle sue problematiche e nel succedersi dei trattamenti **Uno**, mi segnalava un progressivo miglioramento dei sintomi causa di sofferenza, sino al loro completo rientro nella normalità a fine ciclo di trattamenti. Concludo questa mia esposizione dicendo che:

L'insieme formato dalla *Costituzione* e dal *Temperamento* offre all'individuo la direzione in cui si svilupperà la propria vita; ciò avviene in funzione della tonalità che assumono i cosiddetti Qi Qing,( i sette sentimenti )che permettono di orientare ed esprimere in modo cosciente l'individualità, l'originalità dell'essere. I sette sentimenti (Qi Qing) sono: la gioia (Xin), la collera (Nu), l'inquietudine o abbattimento (You), la preoccupazione o pensiero ossessivo (Si), la tristezza (Bei), la paura (Kong), il terrore o panico (Jing). La collaborazione proficua tra il terapeuta e il paziente può portare ai risultati sopra descritti con buona soddisfazione per entrambi.

L'Omeostasi, (stato di equilibrio della persona in continuo mutamento/adattamento) non è altro che l'armonizzazione di questi tre elementi per poter comprendere, accogliere e compiere in piena consapevolezza il Mandato della nostra Vita.

L'aver utilizzato per la diagnostica del paziente **Uno** oltre alle conoscenze ed agli insegnamenti della Reflessologia Zu anche le conoscenze inusuali ma efficaci, relative allo studio degli Alberi e dell'Aura e le loro applicazioni pratiche sia nel campo organico che energetico, mi sono state di valido supporto ai fini di giungere ,in sinergia col paziente, ad una soddisfacente risoluzione delle sue problematiche. L'individuazione dell'*Albero Tutore* di **Uno**, ha comportato l'assunzione di conoscenza delle caratteristiche fisiche, psichiche ed energetiche riscontrabile anche nella Reflessologia Zu quando parlo di Costituzioni e di Temperamenti e cito in particolare alcuni aspetti del carattere di Uno come la Creatività, la Capacità di avere progetti a portarli avanti, lo Spirito di sacrificio e la Tenacia. Tutte qualità queste riscontrabili anche nella lettura dell'Aura di **Uno**, dove il colore Blu dei lampi dell'Aura attorno al capo ne sono un tratto molto esplicativo in sinergia con i tratti caratteriali dell'albero tutore Frassino e delle peculiarità

riscontrate in perfetta complementarità nelle Costituzioni e nei Temperamenti della  
Reflessologia Zu

Con l'esposizione di questi fatti non pretendo di essere esaustivo e tantomeno di salire in cattedra perché molto c'è ancora da indagare, scoprire, confrontare, comprendere e consapevolmente applicare. L'inizio del cammino è certo, il suo arrivo no e si perde nell'Infinito perché infinita è la strada e Infinito il cammino che ci porta. In questo mio lavoro ho esposto quest'unico caso non per mera negligenza ma semplicemente perché è il caso concluso che ritenevo più esplicativo del lavoro che mi ero prefisso di fare come Tesi conclusiva dei miei quattro anni di studio e apprendimento proficuo( sotto ogni aspetto) alla Scuola Superiore di Reflessologia Zu.

Mi rendo Conto che in questo lavoro avrei dovuto dire e dare molto di più, ma sono cosciente dei miei grandi limiti in questo campo, limiti che però grazie alla Scuola ed ai miei compagni di corso e al costante sostegno degli insegnanti, in particolare di Alfredo, Aurelio e Davide, sono cosciente di poter superare. In questi quattro anni di corso ho ricevuto molto e mi rendo conto ora che ciò che ci veniva spesso ripetuto è fondamento di Verità. Nella Reflessologia Zu, Via di Iniziazione al Dao non si finisce mai di imparare e questo ne costituisce a mio avviso il grande fascino. Il superamento di un esame è semplicemente il superamento di un segmento di cammino senza fine sulla Via del Dao per la realizzazione e il compimento del Sé.

In relazione col Tutto e nel Tutto ci stanno coloro che possiamo aiutare e da cui trarre insegnamento.

*Grazie.*