

Qi



RAPPORTO FRA GLI ESSERI

colloquio con
Elisabeth Rochat de la Vallée

a cura di Fabrizio Bonanomi
Fabrizia Berera
Traduzione Valeria Vismara

fit rouge

In una tiepida giornata primaverile milanese, ho avuto il rituale piacere di scambiare alcune considerazioni legate alla Medicina Cinese con Elisabeth Rochat de la Vallée, nello studio di Fabrizia Berera, assecondando molto volentieri il loro invito. Il tema su cui si è incastonata la conversazione è stato *il rapporto fra gli esseri umani*, con il *qi-energia*, come focus. È oltremodo emerso con chiarezza il rapporto *terapeuta-ricevente*, quale logica conseguenza di una specificità terapeutico relazionale con cui il praticante shiatsu si confronta quotidianamente. Mi è sembrato argomento di grande interesse e di assoluta attualità. Elisabeth, mettendo a confronto oriente ed occidente attraverso un passo del Vangelo, ha saputo unire i due mondi proponendo come catalizzatore *la ritualità*.

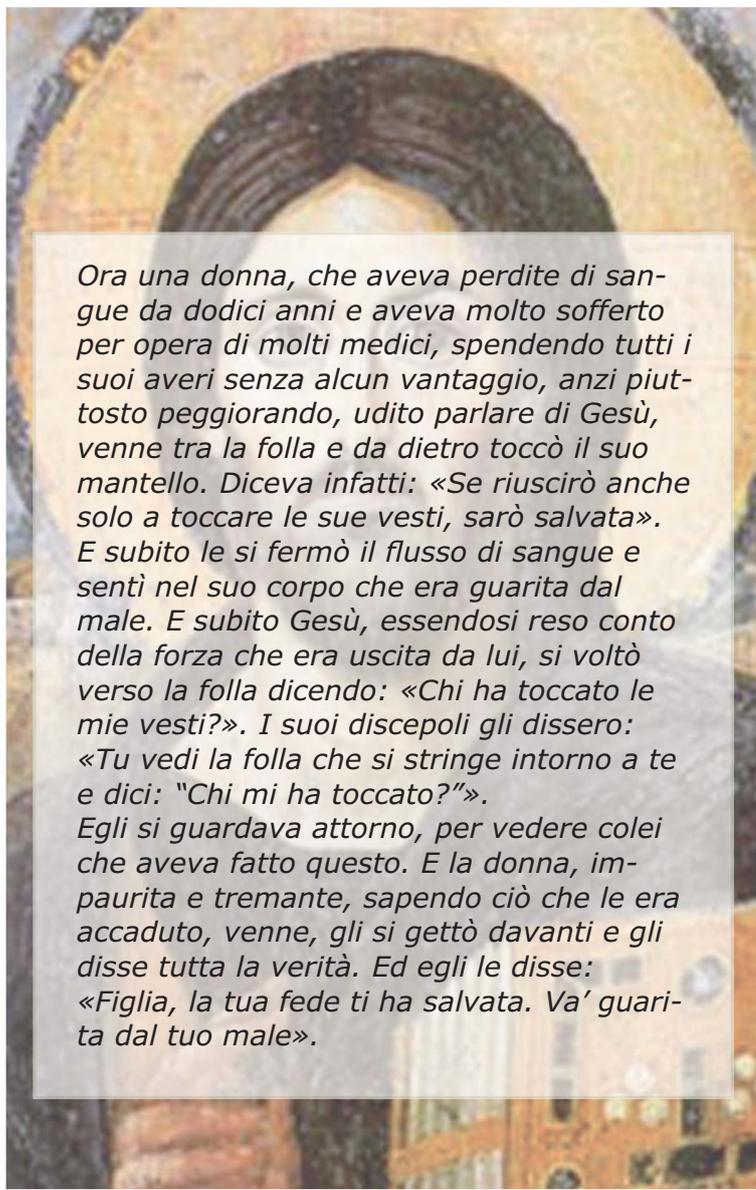
Buona lettura



Esortazione al mondo dello Shiatsu:

l'insegnamento, se è legato all'origine, vuole insegnare non solo a trattare ma anche a migliorare i rapporti delle persone tra di loro, perché oggi, purtroppo, l'individualismo trionfa.

Nella MTC si parla sempre di *qi* e dobbiamo avere coscienza di ciò che questo vuol dire. Il nostro corpo è costituito da *qi*氣, il *qi* dell'universo ci compenetra **e noi a nostra volta lo emettiamo anche**. Si può parlare di *qi* non solo per le stagioni, le forze climatiche ma anche per gli ambienti in cui viviamo. Per avere rapporti armoniosi occorre anche porre attenzione alle persone che ci succhiano energia. Per capire che cosa può essere il *qi* leggiamo l'episodio dell'**emorroissa** nel Vangelo di San Marco (Mc 5, 25-34).



Ora una donna, che aveva perdite di sangue da dodici anni e aveva molto sofferto per opera di molti medici, spendendo tutti i suoi averi senza alcun vantaggio, anzi piuttosto peggiorando, udito parlare di Gesù, venne tra la folla e da dietro toccò il suo mantello. Diceva infatti: «Se riuscirò anche solo a toccare le sue vesti, sarò salvata». E subito le si fermò il flusso di sangue e sentì nel suo corpo che era guarita dal male. E subito Gesù, essendosi reso conto della forza che era uscita da lui, si voltò verso la folla dicendo: «Chi ha toccato le mie vesti?». I suoi discepoli gli dissero: «Tu vedi la folla che si stringe intorno a te e dici: "Chi mi ha toccato?"». Egli si guardava attorno, per vedere colei che aveva fatto questo. E la donna, impaurita e tremante, sapendo ciò che le era accaduto, venne, gli si gettò davanti e gli disse tutta la verità. Ed egli le disse: «Figlia, la tua fede ti ha salvata. Va' guarita dal tuo male».

Gesù si accorge che qualcuno lo ha toccato con intenzione e che una forza è uscita da lui. Se si vuole la si può chiamare *qi* – il *qi* è cinese e naturalmente non si trova nei vangeli.

Gesù ha una consapevolezza corporale molto sviluppata perché si accorge che qualcosa è uscito da lui.

E questa qualità speciale di *qi* viene presa dalla donna e così i suoi *soffi*, il suo *qi*, sono riportati in equilibrio e la salute è ristabilita. Anche lei ha una coscienza corporale molto sviluppata perché si rende conto di quello che le sta succedendo.

Il flusso del sangue si arresta.

Il sangue ha sempre un valore simbolico in tutte le civiltà, rappresenta sempre la vita. È interessante che si tratti di sangue, dunque **della vita che sta uscendo da lei**. La donna non è in grado di trattenere ciò che le sta facendo perdere la vita, ma riconosce in Gesù la potenza della vitalità e sa che questa potenza può fare qualcosa per lei.

Così una trasformazione si compie.

Lei accompagna la trasformazione grazie alla sua fede. Gesù le dirà "la tua fede ti ha salvato".

In effetti, come dicono altre culture e spiritualità, per compiere un cambiamento radicale nella propria vita, quale è una guarigione, ci vuole fede.

Per guarire occorre fare qualcosa: la donna tocca il mantello di Gesù.

Gesù sente che delle forze lo hanno lasciato – si può parlare di vampirizzazione? – allora si volge verso la donna ed instaura una "giusta" relazione con lei. E così fa esplodere la guarigione.

Bisogna prendere sempre più coscienza di quello che si è, coscienza di se stessi, di tutto quello che siamo e non solo delle proprie idee e delle proprie azioni.

Non bisogna ridurre se stessi al mero intelletto, anche se è grazie alla nostra mente che prendiamo coscienza di quello che siamo. In quanto esseri umani siamo responsabili della direzione che diamo alla nostra vita e di come prendiamo coscienza della realtà. L'intelligenza dell'approccio cinese è la conce-

zione unitaria dell'essere.

Tutto ciò che è corporale è strettamente correlato al pensiero, alla coscienza, alla conoscenza...

La conoscenza è propria dell'uomo che ha anche la facoltà di dare un giudizio su quanto conosce.

E questa conoscenza può guidare il nostro qi a seguire l'ordine naturale. Questo rafforzerà la nostra fisicità (tessuti, liquidi, sostanze, organi...) e allo stesso tempo potenzia e rende giusta la coscienza.

Nei rapporti umani si tratta di capire se dobbiamo difenderci oppure costruire.

È più importante nutrire la vita o combattere le malattie? Certamente è molto più interessante avere come concezione di fondo il nutrire la vita!

Occorre mettersi in sintonia con il movimento della vita piuttosto che combattere la morte.

È meglio difendersi contro le persone che ci vampirizzano o essere talmente forti da accoglierle e lasciar fluire da noi l'energia di cui hanno bisogno? L'importante è saper trattenerne ciò che non deve uscire da noi, per non indebolirci.

Molte persone non si rendono conto di che cosa o chi prende loro energia (altre persone o situazioni). Spesso non possiamo cambiare gli ambiti in cui viviamo o allontanarci dalle persone negative e quindi è meglio prendere coscienza e nutrire in sé la vita.

Se i *soffi* sono sempre più radicati in profondità, diventeremo capaci di nutrire la vita.

I *soffi* difensivi *wei qi* fanno in modo che il nostro equilibrio non venga perturbato ma non si accaniscono contro qualcosa.

Bisogna aprirsi all'altro in una prospettiva di scambio. Come gestire questa relazione di scambio? Sempre nella trasformazione.

L'armonia è sempre una trasformazione, quella di oggi non è quella di domani, non è mai statica.

Occorre avere una vita interiore "giusta", cioè legata alla potenza dei *soffi* difensivi.



È importante sapere che non solo le altre persone possono prenderci il *qi*, ma che nei rapporti riceviamo il *qi* degli altri e che a volte questo è così negativo che ci può intossicare.

Anche nel trattamento possiamo ricevere delle tossine e perciò bisogna seguire un rituale per liberarsene, per esempio lavandosi le mani con l'acqua fredda. Non è l'acqua fredda in sé che ci libera da questa negatività ma è un gesto che ci permette di liberarci di qualcosa; occorre, infatti, fare qualcosa per ritrovare l'equilibrio in sé.

I guaritori fanno tutti dei rituali; ci vuole un gesto per guarire.

Non è superstizione, ma è necessario che si compia un gesto perché avvenga un cambiamento. Attraverso un rituale il guaritore ritrova il proprio equilibrio. Anche noi dobbiamo ricercare dei rituali che ci permettano di ritrovare il nostro personale equilibrio.

Anche nella preghiera c'è un atteggiamento corporale preciso e profondo: il corpo vi partecipa come il cuore e la mente.

C'è sempre una partecipazione del corpo a quello che si sente e si fa. Il corpo non è mai isolato da tutto il resto. Ho un corpo e sono il mio corpo. Io sono il mio cuore, la mia anima, sono quello che faccio e senza un corpo non c'è pensiero. Senza la mia interiorità non sarei un corpo umano. •

Un particolare ringraziamento a Fabrizia Berera per la sua consueta gentilezza e disponibilità, ed a Valeria Vismara per la traduzione.