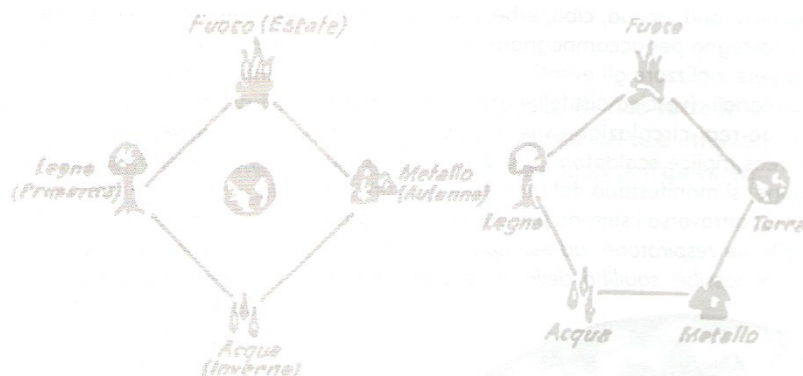


SHIATSU

La donna e la simbologia dell'elemento Terra nella teoria dello Shiatsu



DI GIAMPIERO BUGNASCO
OPERATORE SHIATSU



Simbolicamente ma anche concretamente, la natura della Terra è il nutrimento e la fertilità. La tradizione simbolica nella cultura cinese utilizza 5 elementi per esprimere le varie tipologie espressive del creato. Tra queste al centro della vita vi è l'**elemento Terra**, detta anche **fase** o **movimento Terra**.

È la **Fase Terra** nel corpo umano a sostenere un minuscolo grappolo di cellule che cresce e si trasforma in un bambino, così come a permettere che nella mente umana dai germi di un'idea si sviluppino concetti intellettuali. La

Terra ha in sé il potenziale per un'infinita ricchezza di manifestazioni. La fertilità, del corpo e della mente, è il dono dell'**elemento Terra** e deriva dalla sua qualità ricettiva (*Yin*). La **fase** o **elemento Terra** è sia al centro dei 5 elementi sia il momento di passaggio e il punto di equilibrio tra le qualità opposte *Yin* e *Yang*, il luogo in cui trovare stabilità, rifugio, armonia.

La *Terra* è al centro della nostra vita e la sua forma è tonda come la pancia della gravida. La donna è ricettiva (*Yin*) come la *Terra*, e la gravidanza è il momento più *Yin* della vita della donna.

Sebbene altri meridiani sostengano la gravidanza, è la *Terra* che

da la forza per sorreggere i tessuti della placenta.

La teoria delle **5 trasformazioni (5 elementi)** del **Qi (energia)** e del binomio **Cielo-Yang/Terra-Yin** sono i pilastri della **Medicina Tradizionale Cinese** ed hanno permeato profondamente larga parte dello **shiatsu** influenzando altresì la teoria del **Maestro Masunaga** e la **teoria Macrobiotica**.

La fase energetica della *Terra*, riconosciuta anticamente nella *Madre Terra*, ha avuto una profonda influenza sulla società umana che si è evoluta in stretto rapporto con essa e con i suoi riti. Nel percorso dell'umanità nel passaggio dal matriarcato al patriarcato, l'uomo ha aderito ad una società più collegata al Cielo (*Yang*), al