

Padre, tanto da portarci persino a staccarci dal suolo volando nello spazio.

**Com'è dunque vissuta la gravidanza, fenomeno Terra, nella società attuale?**

Spesso come una malattia, anziché come un ciclo vitale, scollando la donna dalla sua *Terra*, fertile e accogliente.

La società moderna ha spostato l'attenzione della donna dalla gravidanza come fenomeno naturale verso la preoccupazione, intesa come iperconcettualizzazione (*Yang*), reprimendone la fisicità, intesa come sapere innato corporeo, e ledendone il corpo con varie forme costrittive, pensiamo ad esempio alle posizioni ginecologiche inventate negli ultimi due secoli. L'asettico ospedale non aiuta a vivere gioiosamente il parto, reprimendo altresì l'emotività (*Yin*) e orientandola al timore e alla rinuncia.

Non basta questo a preconfigurare lo stato di dipendenza dalla medicalizzazione, spostando la gestazione dalla fisiologia alla sua forma pre-patologica?

L'energia della *Terra* è importantissima durante la gravidanza, ha a che fare con il nutrimento fisico ed emotivo. La *Terra* offre il terreno per il seme, il bambino, per crescere.

Nelle società tradizionali, la madre chiedeva il sostegno della sua famiglia; sua madre o sua nonna avevano la funzione di levatrici.

**Come è vissuto oggi il parto, il momento del passaggio dalla gestazione statica e acquosa (*Yin*), che, arrivata alla sua massima espansione, si trasforma nel brusco, esplosivo e doloroso (*Yang*), ma anche vitale movimento che porta alla nascita del bambino?**

Se osserviamo la posizione del parto naturale con la donna carponi, ponendola in confronto con quella orizzontale adottata per lo più in ospedale, vediamo che nel caso del parto naturale la testa del bambino (*Yang*) è orientata verso il basso, verso la terra (*Yin*), la giusta collocazione affinché la polarità energetica sia rispettata e, non dimentichiamolo, anche con l'aiuto della forza di gravità che può espletare il suo compito.

Cos'è la gravità se non la forza abbracciante del pianeta *Terra* che ci tiene stretti e ci dà sostegno e stabilità? Lo shiatsu sfrutta l'azione della forza di gravità per portare il peso dell'operatore verso il centro della persona, verso la terra di mezzo. Inoltre una celebre frase di un maestro shiatsu, Namikoshi: "lo shiatsu è l'abbraccio della madre al suo bambino", ci ricorda che quando pratichiamo lo shiatsu agiamo sostenendo la naturale omeostasi dell'organismo.

La società attuale orientata allo *Yang* pone la donna in una posizione orizzontale di travaglio che taglia la polarità *Yin/Yang*. Non si partorisce accovacciate, ma sul lettino. Non c'è da

stupirsi se oggi si ricorre al parto cesareo o all'aiuto farmacologico per dare una spinta artificiale affinché la donna, che non riesce più ad avere un travaglio veloce e soddisfacente, possa mettere al mondo i propri figli. L'aiuto che la Medicina Tradizionale Cinese può dare in questa prima fase della vita del neonato è basilare: riprisitinare le ancestrali conoscenze del nostro rapporto con l'universo. La *Terra* è anche nutrimento e come la *Madre Terra* ci nutre, così la madre ci allatta e ci dona nutrimento attraverso il sostegno dei meridiani dello *Stomaco* e della *Milza Pancreas*, deputati alla funzione di acquisizione e trasformazione del cibo. Nella fase di allattamento essi producono il *Sangue* che successivamente viene trasformato nel cosiddetto *sangue bianco*, cioè il latte materno. La fase dell'allattamento è parte della gravidanza, intesa in senso più ampio, cioè in quel periodo che comprende i 9 mesi che passano dal concepimento, e i successivi 9 mesi dopo il parto, necessari per lo svezzamento.

La fase *Terra* vera e propria comprende la fase ricettiva della gravidanza, a cui segue il travaglio e il parto, cioè la fase di transizione dallo *Yin* allo *Yang*, e successivamente la fase della *Terra nutritiva*, che rappresenta la fase attiva della gestazione.

Anche questa parte attiva della *Terra* non è più propriamente vissuta: pensiamo agli ostacoli all'allattamento, alla ridotta relazione proprio-cettiva tra madre-bambino in questi

9 mesi fino al momento in cui il neonato di norma si rende indipendente, sia nel nutrimento con lo svezzamento, sia nella deambulazione passando dalla posizione carponi alla posizione semieretta.

Riportare l'equilibrio tra *Cielo* e *Terra* nel travaglio e nel parto vuol dire quindi ricreare l'uomo nuovo, donando al neonato quel momento di pace e serenità che gli necessita per affrontare la sua vita con una solida *Terra* che lo accoglie e a cui egli si affida per essere sostenuto e nutrito.

Simbolicamente diciamo che la *Terra*, nostra madre ancestrale, deve essere rispettata affinché l'uomo sia nuovamente in grado di vivere sotto questo *Cielo*.

