

Indirizzo Internet:  
[www.shiatsuxin.it](http://www.shiatsuxin.it)  
E-mail:  
[scuola@shiatsuxin.it](mailto:scuola@shiatsuxin.it)

# xin

informa

SCUOLA DI FORMAZIONE

## Il racconto del 1° Convegno nazionale Shiatsu Xin



**È** un venerdì 13 di settembre e partecipare al convegno *Curare e guarire, come vie di conoscenza* si rivela a tutti gradito, il pienone lo dimostra. Più di 150 persone iscritte, operatori e studenti provenienti da diverse città, felici di esorcizzare il trauma da "rientro dalle vacanze" e prendersi subito tre giorni da dedicare a se stessi, allo shiatsu, per poi ripartire a pieno ritmo.

Sulla scalinata del Centro Carraro, un grande ma piacevole complesso circondato dal verde e situato sul Lungadige di Verona, facce abbronzate e sorridenti accolgono i partecipanti. E' un'occasione d'oro per rivedere insegnanti, colleghi, compagni di corso, o semplicemente persone con cui in passato si è condivisa un'esperienza o scambiato un trattamento. C'è in ogni caso una sensazione di "vicinanza e comprensione", una sottile consapevolezza circa l'importanza di quel che condividiamo e vogliamo continuare a coltivare.

La Segreteria organizzativa del convegno continua a lavorare per la buona riuscita di questa prima edizione.

Dopo la sistemazione nelle stanze ampie, luminose e pulite, il pomeriggio scorre con le diapositive su **Spirito e Natura in Giappone** di Graziana Canova Tura. Sono immagini semplici ma affascinanti, il commento è aggraziato e porta con leggerezza in quell'atmosfera magica e densa d'antiche tradizioni, dove i fenomeni naturali sono ancora oggi in stretto rapporto con l'uomo e la sua spiritualità.

Si cena tutti insieme in una grande sala la cui acustica rimanda le nostre voci amplificate creando un brusio da scolaresca; il cibo è buono e la gioia di stare insieme ci rende ben disposti e tolleranti verso piccoli disguidi organizzativi e qualche malumore dei camerieri. L'indomani il programma è vasto e molti vanno presto a dormire...

Poco più tardi dell'alba un bel gruppo di matutini un po' assonnati accoglie l'invito di Franco Bottalo e l'opportunità di praticare **Qi Gong**. L'erba è umida e profumata, il sole sta salendo... anche il corpo si sveglia in quei dolci movimenti guidati dal respiro che incessantemente si espande e contrae.

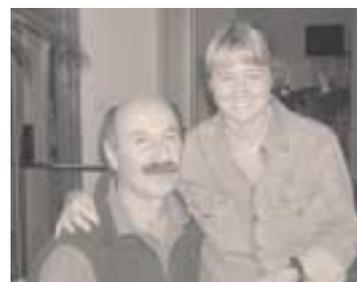
La mattinata di sabato prevede la partecipazione a scelta ad uno dei quattro seminari tenuti simultaneamente da docenti e collaboratori Shiatsu Xin.

**Haragei: attingere la forza e andare verso** di Massimo Beggio porta l'attenzione su qualcosa di così grande che può modificare radicalmente non solo la qualità del "premere" ma l'atteggiamento verso la vita.

**Ascolto e rilascio delle fasce** di Susanna Castellani sottolinea l'importanza dello strato fasciale sottocutaneo; grazie alle funzioni fisiologiche di collegamento, movimento e protezione e quale conduttore d'energia, consente il contatto delle tensioni dell'organismo, in superficie e "a portata di mano".

**Le emozioni attraverso l'espressione corporea** di Elena Fiamenghi è un cammino emozionale, un'esperienza psicosomatica che conduce all'esternazione ed alla resa ai sentimenti, tramite movimenti, uso della voce, vibrazioni proprie o del "compagno di viaggio", per scoprire che non è poi difficile, se consapevoli, sciogliere una tensione, liberare un'emozione trattenuta, avere più vitalità.

**I Punti Fantasma** di Claudio Tura espone le caratteristiche e la dislocazione di particolari punti in cui possono insediarsi blocchi energetici causando disagi psichici e manifestazioni fisiche di dolore, spesso senza un motivo scatenante.



Il dover scegliere un solo tema dei quattro proposti crea qualche difficoltà e l'impressione di "perdere" il resto, ma tutti alla fine escono più che soddisfatti raccontando agli altri la propria esperienza. La pausa pranzo è arricchita da un sole caldo estivo, da gustare stesi sull'erba o passeggiando lungo il fiume.



“Meglio solidi dubbi che fragili certezze”... mai come in questo momento il significato di queste parole, motto della Scuola, risulta chiaro e di conforto. E nel sano sentimento di inadeguatezza che proviamo, siamo però pronti a cogliere occasioni come questo convegno per guardarci dentro, imparare, migliorare. E a chiusura dei lavori, forse per compensare la mancanza nel programma di spazio dedicato ai trattamenti... baci a profusione, occhi lucidi, sorrisi e abbracci: morbidi, timidi, languidi, fiduciosi, possenti, consolatori, bisognosi di calore...

Molti di noi volgono il pensiero a Nadia e la stringono forte.

Diversi i temi trattati e gli stimoli forniti dalla conferenza pomeridiana di **Gino Boriosi** e **Padre Luciano Mazzocchi**, le cui note biografiche sono più che eloquenti. Il primo, medico antroposofico ed esperto in medicina cinese, parla della malattia come cammino di consapevolezza e della cura come via di conoscenza, della risonanza tra i fenomeni naturali esterni ed interni all'uomo, di un approccio terapeutico non spersonalizzato per far sì che il rimedio getti luce sulla malattia e le ridia dignità. Il secondo, missionario, conoscitore del Giappone e animatore de "La Stella del Mattino", Comunità cristiana nel dialogo Vangelo Zen, ha profuso passione riportando e collegando le citazioni del Vangelo che meglio rappresentavano i concetti di compassione, guarigione, fede e condivisione della sofferenza. Entrambi esperti di gran cultura, dimostrano umiltà e disponibilità e rispondono "a cuore aperto", sia dal punto di vista medico che spirituale, alle domande provenienti dal pubblico, in un dibattito dai temi emozionanti e sentiti.

La serata di sabato scivola tra quattro passi nel centro storico di un'affascinante Verona by night, un salto al festival latino-americano e danze improvvisate in sede.

Oltre al **Qi Gong**, nella "primissima" mattina di domenica è possibile praticare una meditazione **Zazen** e molti condividono questo momento al di fuori dei lavori.

Manca l'ultimo intervento, **Un commento al capitolo 77 del So Wen** "Le cinque mancanze del tera-

**pista**". Con la nota capacità di esprimere semplicemente argomenti intricati e complessi ed una dote oratoria insuperabile nei ritmi e nei contenuti, Franco Bottalo guida i "partecipanti" nei significati profondi dell'antico testo che, spesso senza giri di parole, pone l'accento sulle lacune che tutti conosciamo: diagnosi, trattamento, deduzione, sincerità, studio. Nutrire la vita, essere radicati nel nostro cuore e in quello del paziente, andare in profondità e volteggiare come le nuvole, essere attenti e preparati, sinceri con se stessi e compassionevoli con gli altri, pren-

**Elisa Rossi**  
**SHEN**

**Aspetti psichici nella medicina cinese: i classici e la clinica contemporanea. Collaborazione sinologica di Laura Caretto**  
Casa Editrice Ambrosiana  
Maggio 2002



*Di un libro dal titolo così fascinoso e intrigante per prima cosa diremo che era atteso da tempo.*

*Dell'autore, che anche come Scuola conosciamo da anni, diremo che ci garantisce la serietà del lavoro e la competenza nella materia trattata.*

*Sentivamo la mancanza di un'opera di questo livello e di questa ampiezza perché sappiamo, e lo troviamo scritto anche nell'in-*

*roduzione al libro, che "... Chi si occupa di malati e in particolare chi utilizza medicine non convenzionali è ben consapevole di quanta parte abbiano gli aspetti psichici nei disturbi riferiti dai pazienti".*

*Il libro muove da un lavoro di ricerca, e di nuova traduzione dall'originale, di quanto è contenuto dell'argomento nei testi classici.*

*Questo lavoro è stato reso possibile dall'importante contributo di Laura Caretto, che ha una grande conoscenza della lingua oltre che della Medicina Tradizionale Cinese.*

*Procede quindi per interessanti capitoli dedicati alle basi di teoria generale ("Emozioni e movimenti del Qi" - "Anime psichi-*

*che: Shen, Hun, Po, Yi, Zhi") per poi aprirsi ad approfondimenti sugli aspetti patologici legati a problematiche di tipo emozionale e sugli approcci terapeutici.*

*Il tutto è accompagnato dall'ampia descrizione di molti casi clinici tratti dall'esperienza personale di Elisa Rossi e presentati con puntualità e precisione, ma anche con calore e grande umanità.*

*Una sezione finale lascia spazio agli interventi ed ai contributi di autori italiani e stranieri contemporanei su argomenti diversi, ma sempre relativi al tema degli Shen.*

*Nel concludere questa breve presentazione di quest'opera riportiamo una nota che abbiamo particolarmente condiviso, tratta dalla prefazione al libro: "... Questo è più di un libro di agopuntura o di un manuale clinico per il trattamento di disturbi psichici. Collegando esperienza clinica personale e impegno profondo nello studio dei classici, le autrici hanno creato un modello che mostra come sviluppare la medicina cinese in Occidente. Questo è un risultato importante".*

## Sono arrivati i Camuni

Così simpaticamente Franco Bottalo ci ha accolto.

Un po' accaldati e spaesati siamo entrati nel sogno di un fine settimana all'agriturismo a Borgo Priolo.

Quando sono entrata in palestra con i miei compagni e silenziosamente abbiamo steso le stuoie, il mio sguardo è andato subito alla ricerca di Susanna, che con un sorriso ci ha scaldato i cuori. Da lì è cominciata l'avventura. Eravamo un'ottantina provenienti da varie città, ma il silenzio regnava assoluto, un silenzio pronto ad accogliere le parole di Franco Bottalo, perché tutto fosse assorbito, un po' per brama di conoscenza, un po' per metterci a confronto e capire.

Ma era solo lo Shiatsu lo scopo di questo seminario? Penso di no... perché io ho appreso molto di più, ho appreso qualcosa che solo così si poteva apprendere ... "La semplicità", l'umiltà che rende così grande l'essere umano.

Franco Bottalo, i Camuni ti ringraziano. Come ringraziano tutti gli insegnanti che ci hanno seguito in quel fantastico fine settimana colmo di inconvenienti davvero fantastici e carichi di gioia.

Concludendo in simpatia, le gocce che cadevano vistose dal soffitto hanno creato un gran guazzabuglio che mi è rimasto impresso, ma soprattutto la premura di Franco nel cercare dei secchi di fortuna.

*Elda Damiani*

## Un week-end residenziale vissuto come insegnante

Ho aspettato con una certa trepidazione questo momento e, mano a mano che mi preparavo a questa esperienza, si amplificava la sensazione che sarebbe stato per me qualcosa di importante. Fare parte di un gruppo, prima come allieva, e ora come insegnante, porta già di per sé molta ricchezza, figuriamoci il ritrovarsi per due giornate in un grande gruppo di allievi e insegnanti. Ed eravamo davvero in tanti a fine maggio nell'agriturismo "La Torretta" di Borgo Priolo. Devo confessare che la presenza e i riscontri affettuosi, non solo di altri insegnanti conosciuti, ma anche del gruppo di allievi che seguio da due anni in Val Camonica sono stati rassicuranti e hanno creato il presupposto per una fervida occasione di scambio nel grande gruppo. Uno scambio/incontro a più livelli: tra allievi di diversa provenienza, ma uniti dal fatto di far parte della stessa scuola; tra insegnanti della stessa scuola, ma allo stesso tempo ognuno con la propria individualità; tra allievi e insegnanti che ancora non si erano mai incontrati. La condivisione dei momenti di studio e del tempo libero insieme alla disagiata organizzazione della "Torretta" e agli eventi tragicomici ad essa legati hanno creato un'atmosfera molto particolare: un attimo di panico, ma poi tanto coinvolgimento, entusiasmo ed... energia di gruppo. Alla fine la fatica di sempre ad andarmene, a lasciare il grande cerchio senza qualche lacrima... mentre alla bocca salivano delle parole, così da sole senza cercarle. Avevo bisogno di qualcuno a cui comunicarle e che le accogliesse, in modo da poter partire e staccarmi da questa esperienza giunta a conclusione. E così ho trovato Franco. "Sono fortunata perché faccio parte di Shiatsu Xin", gli ho detto e per me non c'era altro da dire. Ci siamo intesi.

*Susanna Castellani*