

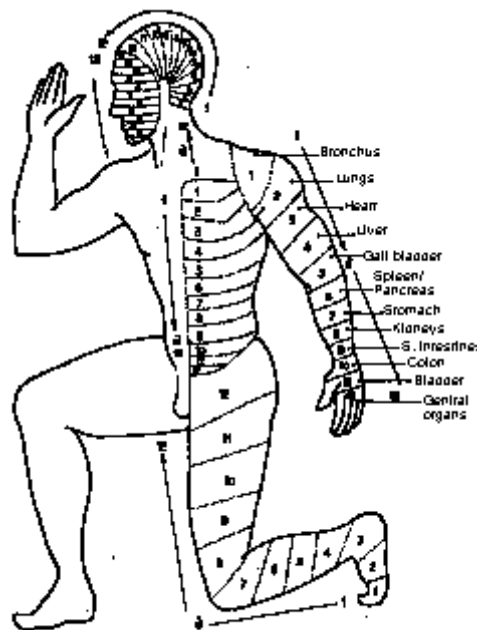


LE ZONE SUZUKI COME INTEGRAZIONE AL TRATTAMENTO SHIATSU

Di Veronica Howard (membro del registro del registro insegnanti della Shiatsu Society, Co-direttore del London College of Shiatsu)

Traduzione di Massimo Cantara

Allo stesso modo di Oliver Cowmeadow (articolo pubblicato su Shiatsu Society Magazine, estate 2003), anche io ho trovato l'uso delle Zone di Hirata molto valido se inserito all'interno dei miei trattamenti Shiatsu. A parte il loro effetto del tutto empirico, le Zone ci aiutano a completare ed approfondire la nostra conoscenza dei meridiani rendendo più completo il nostro lavoro; altro punto a favore è rappresentato dall'estrema facilità del loro impiego. Ho studiato le Zone in Giappone, e al London College of Shiatsu abbiamo insegnato il trattamento dei meridiani e delle Zone; (usando una versione delle Zone di Hirata), fin dal 1988.



Il nostro insegnante, Takeo Suzuki, è uno dei molti discepoli di Masunaga che ha continuato un proprio cammino contribuendo notevolmente allo sviluppo dello Shiatsu attuale. Tra i vari contributi, Suzuki Sensei ha adattato le Zone di Hirata in particolar modo introducendo quelle del TR e MC e sviluppando un sistema che usa le Zone insieme ai meridiani per ottenere un maggior effetto di riequilibrio tra il KYo ed il Jitsu.

Suzuki Sensei ha compreso che se l'energia in un particolare meridiano si trova in una condizione Jitsu, l'energia nell'area corrispondente sarà anch'essa nella medesima condizione Jitsu, lo stesso

vale anche per le condizioni di tipo Kyo. Suzuki ha compreso pure che se l'energia Jitsu di un meridiano veniva rilasciata, lo stesso avveniva anche nella corrispondente area.

Le Zone, che sono essenzialmente delle bande orizzontali, ed i meridiani si sovrappongono formando dei punti di incrocio. Questi incroci possono essere usati nel trattamento per facilitare un rilascio energetico tramite l'uso combinato di un meridiano Jitsu contattato nel punto di incrocio nella Zona Kyo o viceversa di un punto di incrocio di un meridiano kyo contattato nella Zona Jitsu. Le Zone possono anche essere usate incidentalmente come strumento di valutazione energetica; un rilascio nel meridiano Jitsu nella Zona Kyo, per esempio, può servirci come ulteriore conferma della nostra valutazione di Hara.

Visto che le Zone lavorano con gli squilibri energetici inerenti Kyo e Jitsu allo stesso modo dei meridiani, noi possiamo sviluppare un trattamento esclusivamente tramite il contatto con le relative zone kyo e Jitsu. Il metodo usato è quello di contattare la zona kyo e quella Jitsu contemporaneamente, con un tipo di pressione neutra, non-direttiva ed equilibrata; esso permette all'operatore di portare un certo grado di immobilità nel trattamento, condizione utile, e per lo più indispensabile, al rilascio energetico. Tale rilascio energetico viene percepito dall'operatore come una sorta di vibrazione o pulsazione che normalmente tende ad aumentare di frequenza per poi diminuire e scomparire gradualmente. Questa pulsazione si chiama "Hibiki" in Giapponese, che normalmente viene tradotto come "eco". Questo modo di lavorare con le Zone può essere incluso in uno schema di trattamento arricchendolo e dotandolo di maggiore flessibilità. Le Zone possono essere utilizzate anche da sole indipendentemente dal trattamento shiatsu in special modo quando sarebbe difficile od inappropriato eseguire un normale trattamento, per esempio quando il cliente fosse impossibilitato a mantenere una qualsiasi posizione da sdraiato o ci trovassimo di fronte ad una persona con dolore tale da non sopportare alcun tipo di pressione.

Le Zone possono anche essere usate direttamente per il trattamento di aree doloranti o infiammate. Quando contattiamo, a turno, ognuna delle tre aree relative al trattamento dei dolori (IT, MP, VB) e l'area di dolore, il cliente spesso ci darà atto che il dolore diminuisce o scompare del tutto. Se ci troviamo davanti ad un dolore acuto, questo potrebbe anche ripresentarsi con la stessa intensità, ma di solito tenderà a regredire con ulteriori trattamenti per poi gradualmente scomparire. Il numero di trattamenti dipenderà dalla gravità e dal tempo intercorso tra i trattamenti e l'inizio del disturbo. Le Zone utilizzate per il trattamento degli stati infiammatori (P, MP, F), funzionano alla stessa maniera, da considerare il fatto che generalmente si ottiene, come effetto iniziale, una acutizzazione del processo flogistico con conseguente aumento del dolore che tende poi a diminuire riducendosi radicalmente.

Le Zone possono essere anche usate in maniera del tutto empirica. Per esempio la Zona Fegato rilascia le tensioni del collo, sia dei muscoli che dei meridiani di quell'area; la zona vescica biliare è molto efficace nel trattamento delle disarmonie delle spalle e così via. Molto interessante da notare è che tutti questi fenomeni possono avvenire indifferentemente a prescindere che la zona sia Kyo o Jitsu.

Le Zone possono anche essere utilizzate insieme agli tsubo, anche in questo caso tramite l'uso di pressioni leggere e costanti favorendo in questo modo un allentamento del Qi direttamente nello tsubo coinvolto. La Zona Kyo ha un'azione di riequilibrio energetico sul punto sia che questo si trovi su di un meridiano Kyo o Jitsu o su qualsiasi altro meridiano.

Possiamo inoltre lavorare direttamente su muscoli tesi, ipertonici o fibrotici contattando il muscolo e la Zona kyo, questa modalità ha un importante effetto decontratturante sul muscolo preso in considerazione.

Nel mio lavoro di ricerca, mi sono servita delle zone per un approccio puramente energetico fuori dal corpo, includendo anche un lavoro sui Chakra. Questo tipo di approccio a mio avviso si rivela

molto utile specialmente quando ci troviamo a trattare persone o aree non disponibili ad un contatto fisico.

Personalmente ho trovato il lavoro fuori dal corpo in associazione con le Zone molto efficace per tutte quelle condizioni difficili da trattare o da interpretare.

Dopo quindici anni di lavoro con le Zone considero questo approccio parte essenziale del mio trattamento shiatsu. tramite questa tecnica si ha la possibilità di ampliare la nostra capacità di interagire con i sistemi energetici dei nostri clienti, sistemi che comunque hanno un elemento in comune :interagiscono con il potenziale Kyo-Jitsu del ricevente creando un movimento dinamico di riequilibrio energetico. Credo che ogni operatore Shiatsu interessato all'ampliamento delle proprie conoscenze, senza tuttavia discostarsi da quello che è l'impostazione teorica del proprio stile, possa trovare nello studio delle zone di Hirata/Suzuki fonte di stimolo e di studio.