



Massaggio, geomanzia ed interpretazioni dei sogni in Medicina Tibetana

*"Possiamo dare infinite interpretazioni a un riflesso confuso nell'acqua.
Ma l'immagine che dà origine a quel riflesso, è soltanto una"*

Ivo Naldi

Autori: Carlo Di Stanislao e Rosa Brotzu

Riassunto: La Medicina Tibetana si basa su una dottrina cosmologica che vede l'intero universo come aggregazione di particelle infinitesimali, ognuna delle quali contiene la natura e le potenzialità dei quattro elementi: aria, acqua, fuoco e terra. La terapia si basa su diverse tecniche riunibili in cinque categorie: dieta, comportamento, farmaci, terapie esterne e chirurgia. Il massaggio è una pratica dotata di azione molto valida in corso di svariate affezioni. Nell'articolo si analizzano anche l'arte geomantica e l'interpretazione dei sogni.

Parole chiave: Medicina Tibetana, Kuneye, Sa che, interpretazione dei sogni.

Abstract: The Tibetan Medicine is based on a cosmological doctrine that sees the entire universe like infinitesimal particles aggregation, that they contain the nature and the potentialities of the four elements: air, water, fire and earth. The therapy is based on various techniques divisible in five categories: diet, behavior, drugs, external therapies and surgery. The massage is a practical one equipped of action much valid one in course of varied affections. In the article to the geomantia art and the interpretation of the dreams are analyzed also.

Key words: Tibetan Medicine, Kuneye, Sa che, interpretation of the dreams.

La medicina Tibetana nasce come scienza autonoma nell'VIII secolo[*], integrando e armonizzando in una sintesi originale e organica le conoscenze delle altre medicine asiatiche e mediorientali, sulla base di un sistema medico autoctono le cui origini risalgono a circa duemila anni a.C.

La medicina Tibetana si basa su una dottrina cosmologica che vede l'intero universo come aggregazione di particelle infinitesimali, ognuna delle quali contiene la natura e le potenzialità dei quattro elementi: aria, acqua, fuoco e terra. Queste, interagendo nella dimensione dello spazio, considerato come un quinto elemento, generano i tre umori: Vento, Bile e Flemma, che possiamo considerare come i regolatori delle funzioni fisiologiche dell'uomo e degli altri esseri viventi.

La condizione di salute e malattia, sia fisica che psichica, dipende dall'equilibrio e dalla reciproca interazione di tali umori, che non sono da considerare come "semplici", ma piuttosto come funzioni complesse. La diagnosi si avvale di sistemi d'indagine originali, finalizzati a identificare la natura e la sede degli squilibri.

L'esame più importante si attua attraverso la lettura del polso, che consente di analizzare lo stato dei tre umori (gnepha)[+] che sono essenziali per la vita e il mantenimento del sistema psico-fisico.

Ognuno di essi è formato da 5 tipi principali con funzioni biologiche specifiche.

La medicina Tibetana riconosce il fattore psicologico come la causa principale di squilibrio per ognuno dei 3 gnepa.

La terapia si basa su diverse tecniche riunibili in cinque categorie: dieta, comportamento, farmaci, terapie esterne e chirurgia. In particolare la ricca farmacopea è composta da prodotti complessi, ottenuti da fonti vegetali, minerali e animali, preparati con tecniche specifiche.

La medicina Tibetana è scienza scritta e largamente documentata, anche in molti testi e studi occidentali; è diffusa e praticata in Tibet, Cina, India, Mongolia, Buthan, Sikkim e Russia[#].

Massaggio (Kuneye)

Il Kunye è di origini autoctone e antichissime: se ne trova menzione nel Bum Shi, il primo testo scritto di medicina tibetana, attribuito al mitico Sangs-rgyas sMan-gyi-bla risalente a circa 4.000 anni fa, anche se la sua origine sembra addirittura riconducibile all'età della pietra, quando gli uomini cominciarono a sperimentare i possibili rimedi per curare varie malattie e forme di malessere: massaggio, pressione e percussione con le mani, applicazioni di compresse calde o fredde, uso di cibi e bevande che sembravano avere virtù curative, eccetera.

Quando, cioè, ancora non esistevano laboratori per produrre farmaci, gli uomini acquisirono, attraverso l'esperienza derivata dalla attenta osservazione della natura, la conoscenza dei poteri di guarigione insiti nelle piante, nelle cortecce, nei minerali ecc.

Impararono a guarire usando le mani o sostanze molto semplici come burro, oli, erbe medicinali e pietre. Un'altra importantissima origine del Kunye, così come di tutta la materia medica tibetana, consiste nella conoscenza della circolazione delle energie presenti nel corpo umano e nel mondo esterno che molti yogi, veggenti, esseri illuminati acquisirono tramite visioni e percezioni dirette.

Attraverso il Kunye è possibile guarire o perlomeno lenire un gran numero di disturbi e malattie, mentre sono pochissimi i casi in cui il Kunye è controindicato.

Il Kunye consta di tre fasi: ku, nye e chi.

- Ku è l'applicazione di olio o burro cui vengono aggiunte sostanze medicinali che variano a seconda del tipo di paziente e di sintomatologia. Talvolta invece di olio o burro si usano decotti a base di erbe medicinali.
- Nye è il massaggio vero e proprio che consiste nello strofinare, impastare e picchiettare pelle, muscoli e tendini. Nel Nye rientra anche il lavoro sui punti attraverso la digitopressione che viene praticata in modo molto diverso rispetto ad altre tecniche impiegate in altri tipi di massaggio. I punti sono di due tipi: quelli in cui c'è dolore o che evidenziano un determinato tipo di problema e quelli che, pur non essendo necessariamente dolorosi, rivestono una funzione particolare all'interno del sistema energetico del corpo.
- Chi è l'applicazione finale di farina, (di ceci, piselli, orzo e simili) allo scopo di rimuovere l'olio che, se viene lasciato sulla pelle troppo a lungo, può provocare degli scompensi.

Sono parte del Kunye anche le tecniche sui meridiani.

Nel massaggio tibetano esistono poi diverse metodiche per riequilibrare i chakra e il percorso dell'energia più sottile (chiamata lha in tibetano) attraverso la visualizzazione di lettere e colori.

Oltre al massaggio, la medicina tibetana prevede l'impiego di molteplici tecniche quali l'applicazione di fomenti, la coppettazione, l'impiego di conchiglie e pietre, la moxabustione, la tecnica dell'ago d'oro, la balneoterapia e l'uso di compresse calde o fredde a seconda dei vari disturbi.

Il Kunye può anche essere usato a scopo preventivo per rimanere in buona salute, mantenersi giovani e armonizzare le funzioni dei cinque elementi che sono alla base della formazione del corpo fisico.

Il Kunye è particolarmente indicato dopo una sessione di Yantra yoga. Il termine Yantra deriva dalla radice sanscrita Yam che significa "supportare", "sostenere", "tenere su" l'energia inerente a qualche oggetto o idea. In senso lato, uno Yantra può essere una macchina, uno strumento come quelli usati nelle varie scienze (l'astronomia, l'architettura ecc.).

Gli Yantra mistici sono fondamentalmente delle forme geometriche astratte e si considerano dei supporti per la meditazione. Più precisamente lo Yantra mistico è la rappresentazione di una certa divinità (intesa come livello di vibrazione energetica). L'essenza-forma della divinità è espressa nello Yantra, come l'essenza-suono è espressa nel Mantra; Mantra e Yantra sono strettamente correlati. La scienza del Mantra e dello Yantra costituisce l'ossatura principale del Tantra, l'antichissima tradizione di evoluzione dell'uomo attraverso una visione cosmica.

L'uomo, l'essere umano, è il microcosmo che è parte e ingloba in sé il macrocosmo e viceversa; non esistono distinzioni fra le due realtà. In ogni Yantra troviamo così una simbologia ambivalente, che associa l'aspetto della coscienza cosmica a quello individuale della coscienza umana.

Ogni Yantra si sviluppa intorno a un punto centrale che è chiamato Bindu. Questo punto centrale rappresenta sia il principio assoluto da cui la manifestazione-creazione ha avuto luogo, sia il centro del sé di ogni individuo. Così lo Yantra, simbolicamente, ci dice che il centro spirituale di ogni individuo è il centro stesso dell'universo.

Ecco che ogni azione, fatto, avvenimento, pensiero, possono dall'adepto del Tantra venire traslati su un piano divino; questo significa dare un senso di sacralità a ogni azione che noi tendiamo a ritenere puramente fisica.

L'atto del mangiare, per esempio, se fatto meccanicamente, non è altro che uno dei tanti gesti che compiamo per la nostra sopravvivenza; ma, effettuato con la coscienza di introdurre nel nostro essere parti dell'universo che si trasformeranno per divenire parti di noi, ecco che il tutto acquisisce una dimensione psichicamente molto diversa.

Il piano di coscienza cambia, nulla è più banale, tutto acquista un senso cosmico (vorremmo dire trascendente, se questa parola non fosse stata troppo abusata).

Troviamo i primi segni, le prime incisioni di Yantra, nella civiltà di MohenjoDaro e Harappa (tra il 2000 e il 3000 a.C.). Si tratta di rappresentazioni soprattutto del simbolo solare (la svastica) che rappresenta il fluire ciclico della vita, dell'energia.

Un altro simbolo importantissimo che troviamo da tempi ancora più remoti è il triangolo inverso, cioè con la punta rivolta verso il basso, che da sempre è la rappresentazione dell'energia cosmica riproduttiva, l'energia che crea e sostiene continuamente ogni forma: la Shakti, la Grande Dea Madre universale.

Geomanzia (Sa che)

Sa che in tibetano significa analisi della terra ed è una disciplina di tradizione autoctona che risale all'epoca dell'antico Regno dello Shang Shung, culla della civiltà tibetana.

A quel tempo era diffusa e praticata la tradizione sciamanico-spirituale Bon-po particolarmente sensibile allo studio e alla scoperta delle energie presenti nell'ambiente e attive all'interno del corpo umano.

Tale conoscenza si è poi integrata perfettamente nell'insegnamento spirituale buddhista che si diffuse in Tibet nel settecento dopo Cristo a molti secoli di distanza, perfezionandosi e approfondendosi nel tempo. Il "sa che" studia le caratteristiche delle energie presenti nel territorio (fiumi, alberi, rocce, montagne, strade) e l'influenza positiva o negativa che possono esercitare sull'ambiente e sugli esseri che vi dimorano.

Il sa che presuppone anche una conoscenza di base dei principi fondamentali della medicina tibetana, dell'astrologia, della teoria dei cinque fondamentali e nel corso vengono trattati tutti gli argomenti che mettono in grado lo studioso di stabilire un corretto rapporto energetico con il proprio habitat, correggendo le eventuali interferenze che possono bloccare un'armoniosa circolazione dell'energia.

I punti principali trattati nel corso che si articola in due livelli sono i seguenti:

- Relazione tra geomanzia (sa che) e medicina tibetana, tra corpo e universo.
- Rapporto tra microcosmo e macrocosmo.
- Osservazione del paesaggio e dell'ambiente circostante in generale.
- Significato della posizione degli alberi, delle strade, degli incroci, studio della forma delle rocce, degli arbusti, caratteristiche dei corsi d'acqua.
- Analisi dell'ubicazione della propria casa, esterno ed interno. Come bloccare l'interferenza di energie negative che possono pregiudicare lo stato di buona salute.
- Pratica: osservazione di un luogo per scoprirne le caratteristiche. Analisi di piantine di case e appartamenti per individuarne aspetti positivi e negativi in base all'ubicazione, le direzioni, la destinazione d'uso dei locali.

Interpretazione dei sogni

Nella medicina tibetana, lo studio e la ricerca sui sogni, come metodo ulteriore diagnostico ai fini di una corretta comprensione della personalità del paziente e dei suoi problemi, fanno parte di una tradizione molto antica della quale si ritrovano le tracce nei quattro Tantra della

medicina.

I sogni possono essere il risultato della "impressione" sulla pellicola della nostra coscienza delle azioni, delle emozioni, delle esperienze e dei ricordi della veglia così come nella coscienza sottile si annidano le tracce karmiche che, lasciando un segno preciso, influenzeranno le nostre future rinascite.

I sogni però possono essere anche profetici o diventare dei momenti significativi in cui la chiarezza della mente può manifestarsi e dare precise indicazioni sulla pratica spirituale.

Nel seminario viene spiegato come individuare la differenza tra questi tipi di sogni e come interpretarli.

Mentre durante lo stato di veglia le varie coscienze sensoriali sono proiettate verso l'esterno, pronte a rivolgersi verso l'oggetto della percezione, durante il sonno vengono riassorbite e la coscienza sottile, al momento del sorgere dell'attività onirica, comincia a "viaggiare" lungo i canali energetici e i chakra del corpo e, laddove si ferma o si blocca, determinerà il sorgere di sogni particolari influenzati parzialmente dalle tracce dell'esperienza diurna, ma anche e soprattutto dall'energia degli elementi che scorrono lungo quei canali o presiedono a quel determinato chakra.

Nel caso di particolari patologie, i sogni saranno in relazione ai vari squilibri degli umori e degli elementi: ad esempio, per una persona caratterizzata dagli elementi aria e terra, sarà naturale sognare fiumi, acque in piena, mari più o meno calmi e agitati, mentre per una persona caratterizzata dall'elemento fuoco o vento, sogni simili possono indicare affezioni ai reni, alla vescica o comunque uno squilibrio dell'elemento acqua.

I sogni possono poi avere diversa natura a secondo del momento della notte nel quale si manifestano: i cosiddetti sogni di "chiarezza" si verificano all'alba, i sogni legati ad eventuali negatività o influenze provenienti dalle energie esterne avvengono nelle prime ore dopo mezzanotte e così via.

Bibliografia

- Arca G.: *Medicina Tibetana*, Ed. Red/Studio Redazionale, Como, 1995.
- Burang T.: *L'arte di guarire nella medicina tibetana*, Ed. Astrolabio, Roma, 1976.
- Clifffort T.: *Medicina tibetana del corpo e della mente*, Ed. Mediterranee, Roma, 1991.
- Dönden Y., Kelsang J.: *Il tantra della medicina tibetana. L'insegnamento orale segreto delle otto branche della scienza della guarigione*, Ed. Astrolabio, Roma, 1980.
- Namkhai N., Sampel T.: *La grande guarigione. Insegnamenti di medicina tibetana*, ed. Astrolabio, Roma, 2001.
- Parfionovic Y., Dorje G., Meyer F.: *Antica medicina tibetana. Tavole miniate del «Berillo azzurro» di Sangye Gyamtso (XVII secolo)*, Ed. Zanfi Logos, Modena, 1994.
- Resmini C., Guarneri L.: *Men-tse-khang. La medicina tibetana*, ed. MIR, Milano, 1999.

Indirizzo per chiarimenti

Carlo Di Stanislao

E-mail: amsaaq@tin.it

Note

[*] La tradizione Medica Tibetana fu importata in Tibet dall'India con l'avvento del Buddhismo nel VII sec. Grazie al Re Songtsen Gampo. Nei secoli, la tradizione Medica in Tibet, oltre all'Ayurveda classico venne arricchita dai contributi della conoscenza Cinese e Persiana.

[+] Aria (lun), Bile (thripa) e Flemma (peken).

[#] A Leningrado esiste una Facoltà di Medicina Tibetana con medici Buriati.