

Tutte le malattie hanno la loro radice nello Shen.

Nella Medicina Tradizionale Cinese (MTC), la mente e il corpo non sono entità separate. Sono manifestazioni diverse di una singola forza vitale.

Shen Tuina Qigong: le radici spirituali della guarigione esplora la connessione indissolubile tra lo Spirito (Shen) e la materia, dimostrando come i disturbi psichiatrici più severi possano essere affrontati non solo sopprimendo i sintomi, ma riallineando le energie del corpo.

A livello dello yin e dello yang siamo al livello del due, di ciò che può essere percepito ed analizzato, mentre con gli spiriti siamo a livello dell'uno, dell'unità originale.

— Ling Shu, Cap. VIII

I Tre Tesori: L'Ecosistema dell'Esistenza

Non esiste vita completa senza l'interazione continua e fluida dei Tre Tesori. Essi rappresentano i tre diversi stati di condensazione dell'energia umana, dalla forma più densa a quella più rarefatta.

SHEN (Lo Spirito): La condensazione più rarefatta e Yang. Coscienza, intelletto, equilibrio affettivo e luce dello sguardo.



QI (L'Energia): Il tronco attivo, il respiro, la forza motivante. Genera e trasforma, muovendosi costantemente tra materia e spirito.

JING (L'Essenza): La dotazione vitale profonda. Eredità costituzionale (DNA) e fondamento fisico. È l'acqua profonda e fluida che radica la vita.

Lo Shen domina Jing e Qi dai quali è generato; la salute mentale richiede radici profonde.

La Bussola dell'Anima: I 5 Spiriti (*Wu Shen*)

Nella visione orientale, la psiche non risiede solo nel cervello, ma è distribuita e radicata negli organi interni. Un trauma d'organo è un trauma dell'anima.



Scontro di Paradigmi: Occidente vs. Oriente

Psichiatria Occidentale

Visione del Sintomo:
Etichette DSM
(F20-F29, Schizofrenia, Psicosi).
Focus sul deficit biochimico cerebrale.

Le "Voci" (Allucinazioni):
Sintomo patologico privo di senso,
da sopprimere chimicamente o
diagnosticare come disturbo cerebrale.

Link Mente-Corpo: Dualistico.
Trattare il cervello per curare la mente
(Farmacologia, Elettroshock storicamente).

Approccio Terapeutico:
Soppressione farmacologica dei sintomi
positivi; Psicoterapia spesso inefficace nelle
fasi acute.

Visione Orientale (MTC)

Visione del Sintomo:
Squilibrio sistemico profondo.
Shen denutriti, ostruiti o instabili a
causa di *Calore*, *Vento* o *Stasi*.

Le "Voci" (Allucinazioni):
Spostamento dell'*Hun/Po*. Il trauma
produce un distacco degli spiriti
dalle loro radici corporee.

Link Mente-Corpo: Olistico.
Curare gli organi (*Fegato*, *Cuore*, *Reni*) e i
meridiani per ancorare fisicamente la mente.

Approccio Terapeutico:
Sblocco somatico-spirituale. *Tui Na*,
Qi Gong, nutrizione e ripristino
del *libero fluire* di *Qi* e *Sangue*.

Il Crogiolo: Un Caso Clinico di Psicosi (Diankuang)

Il Deficit Iniziale (Jing)

Nascita estremamente travagliata. Un Jing (Essenza) costituzionalmente vulnerabile e incapace di trattenere i patogeni in latenza.

Il Fuoco Esterno

Partecipazione reiterata a riti di capanna sudatoria dei nativi americani. Il calore estremo innesca un Eccesso di Fuoco in un sistema già in Stasi di Qi di Fegato.

La Rottura dello Shen

Il Vento interno e il Calore disperdono lo Shen. Transizione improvvisa da uno stato di compenetrazione naturale a terrore, psicosi e voci incontrollabili.

La teoria incontra la pratica. Il libro analizza dettagliatamente il caso di P.T., una donna colpita da un grave episodio psicotico nel 2007, caratterizzato da sdoppiamento della personalità, allucinazioni visive e uditive ("voci cattive") e privazione del sonno.

L'Andare e Venire dell'Hun: L'Anatomia di un'Allucinazione

Nella MTC, le "voci" non sono semplicemente cortocircuiti chimici. Sono una **dislocazione spirituale**.

Gli **Hun** (le anime eteree, responsabili del pensiero inconscio e dei sogni) sono di natura **Yang** (ascendente e volatile). Devono essere ancorati al **Fegato** tramite lo Yin e il **Sangue**.

Quando intervengono traumi profondi o un calore estremo (come la capanna sudatoria), il legame si sfilaccia. L'Hun perde il suo ancoraggio corporeo e inizia a vagare verso l'alto e l'esterno.

Il Risultato Clinico:

Allucinazioni, iperonirismo, distacco dalla realtà e voci (spiriti che non ritornano al loro luogo di appartenenza).



Perché la psicoterapia tradizionale ha fallito nel caso di P.T.?

Non si può persuadere o "parlare" a uno spirito che si è sganciato dal proprio corpo. Quando il Qi è bloccato e l'Hun è disperso, l'intervento cognitivo verbale non trova **radici fisiche** a cui aggrapparsi.

La psiche fratturata necessita di un intervento meccanico, energetico e somatico per richiamare lo spirito nella sua casa. La soluzione delineata nel libro si basa su una Triade Somatico-Spirituale:

1. Tui Na

2. Qi Gong

3. Tai Ji Quan

1. Tui Na: L'Ancoraggio Fisico e Clinico

Il primo passo verso la guarigione è passivo. Il terapeuta utilizza il massaggio e la digitopressione per ripristinare l'infrastruttura energetica e sedare il caos interno.

Eliminare il Vento di Fegato (GB20, LR3): Calmare le scosse alla testa, l'agitazione e disperdere il calore accumulato.

Muovere il Qi (GB34, PC6): Sbloccare la Stasi di Fegato, liberando il torace dall'oppressione e dall'ansia.

Nutrire il Jing (KI3, KI6): Rinforzare la radice vitale (Acqua) danneggiata dal trauma della nascita, per ancorare saldamente il Fuoco in eccesso.

Calmare lo Shen (HT7): Stabilizzare il Cuore, il Centro di Comando.



2. Qi Gong: La Coltivazione Interna Adattiva

L'autotrattamento è essenziale: "Il trattamento agisce per il 40%, ma l'autotrattamento lavora per il 60%." (Dr.ssa Ma Xuzhou).

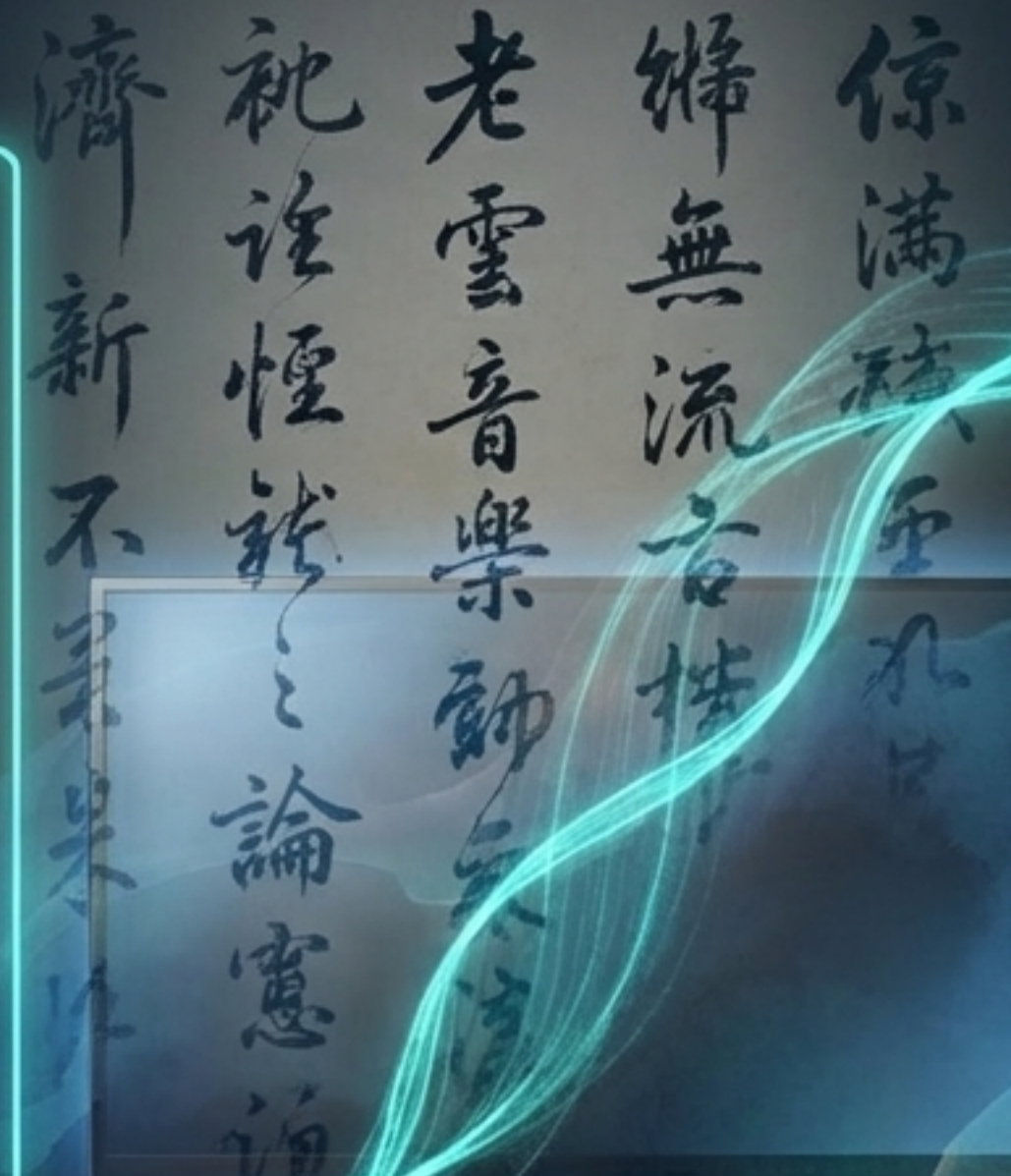
Tuttavia, i pazienti psicotici necessitano di adattamenti clinici vitali.

Le pratiche buddiste basate sull'eccessiva visualizzazione e trascendenza sono pericolose, potendo aggravare la "Qigong deviation deviation" (Zou huo ru mo) e spingere la mente ulteriormente fuori dal corpo.

L'Adattamento Pratico

Nel caso di P.T., si sono privilegiate sequenze dinamiche e corporee (Wubaomen, Ba Duan Jin).

Per sopravvivere alle "voci" disturbanti durante la pratica solitaria, si è introdotto **uno stratagemma non convenzionale: praticare con la televisione accesa** per distrarre la mente allucinatoria, permettendo al corpo di eseguire i movimenti di regolazione del Qi.



3. Tai Ji Quan: Il Radicamento Spaziale e Terrestre

Mentre il Qi Gong lavora sulla circolazione interna, il Tai Ji Quan (stile Yang) fornisce il radicamento spaziale esterno.

È una pratica a basso rischio per le psicosi rispetto alla meditazione profonda, poiché sposta il focus dall'interiorità allucinatoria alla fisicità del movimento nello spazio.

La Connessione con la Terra:

"State spingendovi in avanti, operando una connessione tra il corpo e la terra... ponendo i vostri movimenti in connessione con il terreno, con la vita." (Jeffrey C. Yuen)

Il movimento lento, consapevole e radicato richiama l'energia verso il basso (Yin), bilanciando l'eccesso di energia ascendente e caotica (Yang/Vento) che alimenta la psicosi.



La Triade Terapeutica

TUI NA

Intervento Clinico
Passivo.
(Sblocco dei Meridiani,
Eliminazione del Vento,
Sedazione del
Calore).

QI GONG

Coltivazione
Energetica Attiva.
(Armonizzazione del
Respiro, Regolazione
Interna del Qi).

TAI JI QUAN

Radicamento Spaziale.
(Connessione Corpo-Terra,
Consapevolezza Motoria,
Focus Esterno).

LO SHEN ANCORATO

L'integrazione completa.
Il rientro dello spirito nella materia.
L'equilibrio psicofisico ripristinato.

Sintesi: L'Integrazione Somatico-Spirituale

Non puoi “medicare” o “parlare” a un trauma che risiede nello Spirito e nell'Energia.



Spirito
(Mente/Shen)

Energia
(Qi/Meridiani)

Corpo
(Organi/Jing)

1. L'Origine

Il trauma profondo (deficit di Jing, eccesso di Calore) non spezza il cervello, ma sfilaccia il legame tra corpo e Spirito (Shen).

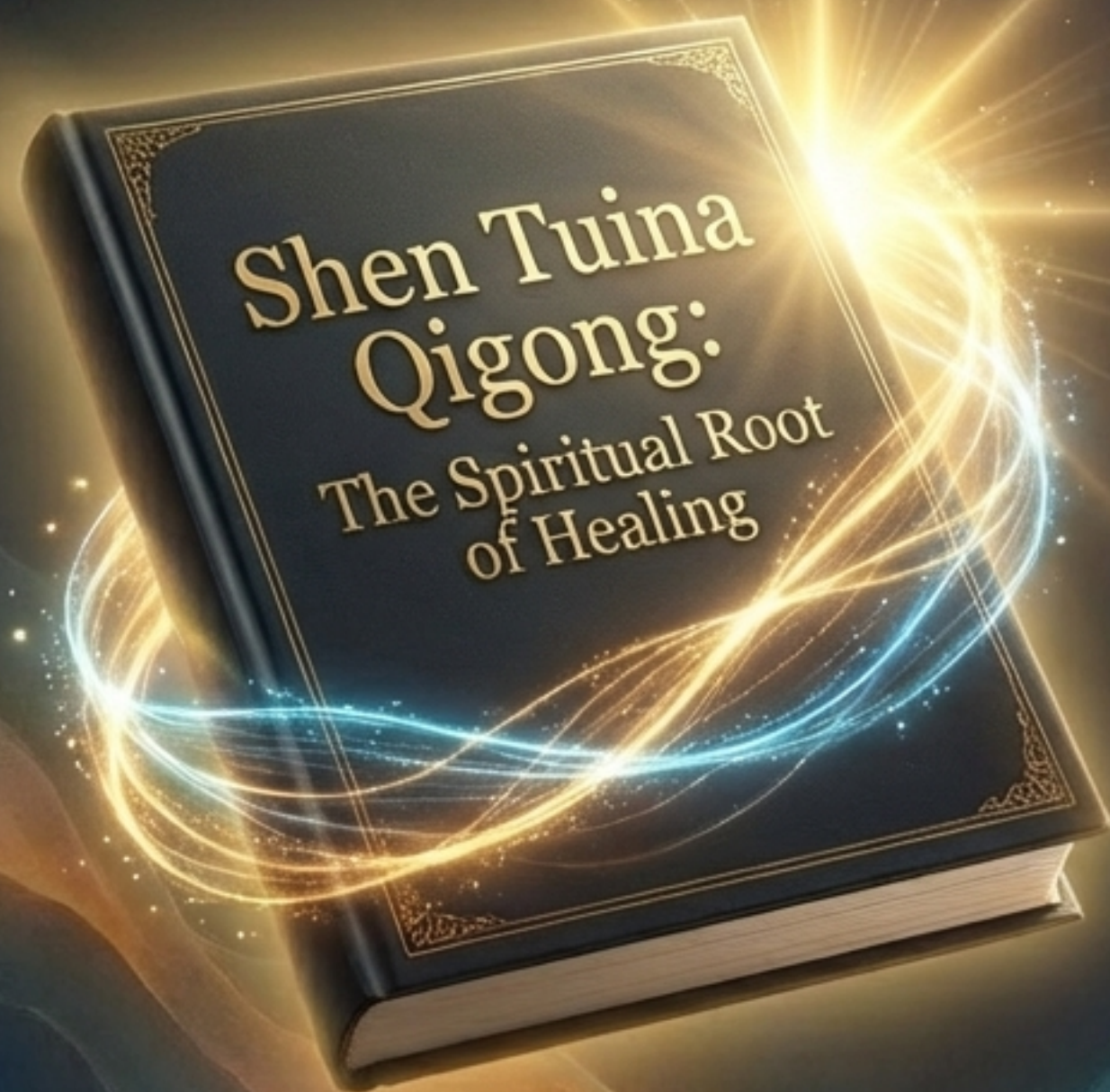
2. L'Errore

Affrontare la psicosi solo chimicamente (Psichiatria) o solo verbalmente (Psicoterapia) ignora il veicolo stesso dello Spirito: l'Energia (Qi).

3. La Soluzione

Usare il Corpo Fisico (Meridiani, Punti di Pressione, Stanza, Respiro) come un'ancora fisica irresistibile per richiamare l'anima nomade (Hun) indietro nella sua vera dimora.

Scopri la Radice Spirituale della Guarigione



'**Shen Tuina Qigong**' non è solo un manuale teorico; è una mappa testata sul campo per navigare i labirinti più oscuri della mente attraverso la saggezza millenaria del corpo.

- ◆ **Filosofia Applicata:** Una profonda decodifica dei 5 Spiriti (Shen) e della loro influenza sulle psicopatologie moderne.
- ◆ **Casi Clinici Reali:** L'analisi dettagliata e i protocolli di trattamento per disturbi psicotici, schizofrenia e traumi prenatali.
- ◆ **Strumenti Pratici:** Schemi di Tui Na, adattamenti specifici di Qi Gong e pratiche di Tai Ji Quan per terapeuti e per l'autotrattamento.

Un'opera essenziale per agopuntori, terapeuti olistici, psicoterapeuti e chiunque cerchi soluzioni profonde e sistemiche per la salute mentale.

[Leggi un Estratto](#)

[Acquista il Libro](#)