



TITOLO DELLA TESI:

Reni e Sessualità: dalla Radice della Vita al Progetto dell'Anima

Elaborato finale in Naturopatia di
Valeria Molfese

Relatore: *Dott.ssa Susanna Garavaglia*

N. Registro Scuola: FORM-1635-NA

Dicembre 2022



Centro di Ricerca Erba Sacra
*Associazione di Promozione Sociale per la Conoscenza e lo Studio
di Discipline orientate al Benessere Psicofisico della Persona*
www.erasacra.com



INDICE

Titolo: Reni e sessualità: dalla Radice della Vita al Progetto dell'Anima

Introduzione

- 0.0 Contesto e motivazioni personali sulla scelta del tema
- 0.1 Obiettivi
- 0.2 Metodologia
- 0.3 Sintesi dei capitoli

Capitolo 1: IL PROGETTO

- 1.0 Premessa: connessione tra il Macrocosmo e il Microcosmo
- 1.1 Connessione con il Tutto attraverso la Visione della Fisica quantistica
- 1.2 Dal Progetto universale al Progetto individuale: il ruolo dell'energia sessuale
- 1.3 La comunicazione quantistica e l'Acqua
- 1.4 Embriologia energetica cinese e il ruolo del Perineo
- 1.5 Dal progetto energetico alla materializzazione dell'individuo: l'Embriologia come strumento
- 1.6 La derivazione embriologica dell'apparato urinario e genitale
- 1.7 Processo formativo dell'apparato urinario e delle gonadi

Capitolo 2: IL RENE

- 2.0 Premessa
- 2.1 Fisiologia dell'apparato urinario
- 2.2 Il Rene nella Medicina Tradizionale Cinese: la Loggia Acqua
 - Rene e sede del Jing
 - Rene e Volontà
 - Rene: radice e seme
 - Rene e i suoi orifizi
 - Rene, ossa, denti e capelli
 - Reni e Acqua
 - Rene, paura e meccanismo di reazione attacco-fuga
 - Rene: la paura di morire o paura di vivere?
- 2.3 Rene sinistro e rene destro: il complesso di Elettra e di Edipo

- 2.3 Simbolismo del rene e psicosomatica
- 2.4 Reni, spiritualità e spunti meditativi

Capitolo 3: APPARATO RIPRODUTTIVO, ENERGIA SESSUALE E SESSUALITÀ

- 3.0 Il ruolo biologico della sessualità: la conservazione della specie
- 3.1 Anatomia e fisiologia dell'apparato genitale
- 3.2 Il cervello sessuale
- 3.3 Il sistema di neurotrasmissione piacere-dolore
- 3.4 Sessualità, sviluppo psicoemotivo e iridologia
- 3.5 Sessualità e meridiani secondo la medicina tradizionale cinese
- 3.6 Disfunzioni sessuali
- 3.7 Sessualità e spiritualità
- 3.8 Sessualità e simbologia
- 3.9 Sessualità e interazione tra i Campi energetici

Capitolo 4: L'ENERGIA SESSUALE COME STRUMENTO DI MANIFESTAZIONE DEL PROGETTO DELL'ANIMA

- 4.0 Tantra e sessualità
 - Il massaggio tantrico rituale kashmiro
- 4.1 La Sessualità nel Taoismo
 - L'orgasmo maschile e femminile nel taoismo: dall'orgasmo ordinario a quello Superiore
 - Energia orgasmica e onda orgasmica
- 4.2 L'utero nel taoismo e la visione integrata contemporanea di Sajeewa Hurtado.
 - Donne: sovrane del piacere.
- 4.3 La corazza come adattamento del corpo in chiusura al piacere

Capitolo 5: RENI E SESSUALITÀ: RIMEDI NATUROPATICI

- 5.0 Visita e colloquio naturopatico
- 5.1 Visita iridologia
- 5.2 Alimentazione naturale, Scienza dello stile alimentare e Dietetica cinese
- 5.3 Fitoterapia
- 5.4 Aromaterapia: olii essenziali

- **5.5 Floriterapia: i fiori di Bach**
- **5.6 Tecniche di riflessologia**
 - **Riflessologia plantare**
 - **Riflessologia auricolare**
 - **Trattamento Karsai e riflessologia degli organi genitali**

Conclusioni

Bibliografia, Sitografia e Materiale Didattico

Ringraziamenti

INTRODUZIONE

- **0.0 Contesto e motivazioni personali sulla scelta del tema**

La tesi finale del mio percorso triennale in Naturopatia è intitolata "*Reni e sessualità: dalla Radice della Vita al Progetto dell'Anima*". Essa si origina da un mio bisogno: approfondire la tematica motrice che mi ha spinto a iscrivermi a questo iter formativo e lavorativo.

Prendo perciò spunto dalla mia storia personale per poter spiegare la scelta di questa tesi e con questa introduzione conduco gradualmente il lettore verso l'analisi che desidero trattare, spiegando da quali basi conoscitive attingo e con quale terminologia e metodologia svolgerò questo lavoro finale di approfondimento.

Tutto è iniziato quando, a ventiquattro anni mi è stata diagnosticata una malattia renale recidivante che mi ha portato, tra ricoveri e cure, a fermarmi per alcuni mesi dalle mie consuetudinarie abitudini di allora, ponendomi nelle condizioni di riflettere in modo diverso sulla mia esistenza. Sentivo per me non soddisfacenti le spiegazioni che la medicina tradizionale aveva fornito sulle cause della malattia, sul perché mi ritrovassi così giovane in un letto di ospedale: ricevevo risposte vaghe e per me non esaustive.

La medicina classica è uno strumento essenziale per salvarci la vita, per curarci dalle malattie e nei disturbi in acuto, ma ha una visione che si limita al corpo fisico e alla mente che vengono, inoltre, divisi e trattati separatamente. Ha, quindi, una visione meccanicistica con cui si pone l'attenzione sulla malattia, perdendo di vista l'essere umano nella sua interezza ed unicità. Per i disturbi funzionali cronici questa medicina ha, inoltre, pochi strumenti validi per sostenere la salute e poche risposte per far sentire l'individuo protagonista di ciò che sta vivendo.

Iniziiò, così, la ricerca di altri strumenti di conoscenza che potessero offrirmi risposte con una visione più ampia dell'uomo a livello globale, per comprendere più a fondo la condizione che stavo attraversando. Più indagavo, più mi sentivo coinvolta e più mi appassionavo.

Capii, così, che poteva essere l'occasione, non solo, per comprendere me stessa in modo più approfondito e il messaggio che i miei reni avevano per me, ma per fare dei miei approfondimenti una professione. Intrapresi, a quel punto, il mio percorso di studi in una scuola di Naturopatia che ha una visione scientifica, umanistica, filosofica e metodologica, che mi ha permesso di conoscere l'essere umano oltre che come un corpo fisico, come l'interconnessione di quest'ultimo con un corpo mentale, emotivo, energetico e spirituale. Un uomo che fa parte costantemente di un Tutto universale, eppure unico e speciale nella sua individualità.

Oltre alla patologia renale, inoltre, avevo problemi con la mia sessualità, con la capacità di provare piacere e avevo difficoltà a capire il senso della mia vita, il mio posto nel mondo.

Attraverso la mia esperienza personale e il mio intuito sentivo che i miei reni, la mia sessualità e il mio progetto individuale di Vita, ossia la mia missione, fossero strettamente connessi gli uni agli altri.

Grazie agli studi di questi anni, ho trovato supporti teorici e conoscitivi che mi hanno permesso di valorizzare e di sostenere questa mia ipotesi, che, così, diventa il fulcro della mia tesi, come appunto il titolo indica.

- **0.1 Obiettivi**

L'obiettivo del mio lavoro di approfondimento è, quindi, analizzare e mettere in evidenza i collegamenti da me riscontrati tra l'energia renale e l'energia sessuale e su quanto questa connessione energetica sia legata alla realizzazione del proprio progetto personale.

Desidero:

-dare una visione naturopatica in merito, attraverso un'analisi multidisciplinare;

-offrire spunti di riflessione e di comprensione che considerino l'uomo come un individuo multidimensionale e vadano oltre la convenzionale visione meccanicistica;

-fornire chiavi di lettura partendo da una base conoscitiva generale di processi che regolano la fisiologia dell'essere umano affinché su di essi, il singolo possa prendere spunto per riflettere sulla propria personale condizione e contestualizzare l'unicità della propria esistenza.

Dalla mia esperienza personale e della mia formazione professionale, nasce questo rielaborato che spero possa dare un sostegno ad altre persone che manifestano nella loro vita un disturbo renale, piuttosto che un disagio nel vivere la propria sessualità, o che sentono la paura della morte (propria del rene) che è allo stesso tempo una paura del vivere, quindi una paura di esprimersi nel mondo seguendo la propria Natura.

Desidero offrire una prospettiva alternativa alla malattia e al disagio degli apparati urinario e genitale e dare un input per ricercare dentro di sé l'opportunità evolutiva che la vita sta offrendo attraverso di essi. Comprendere il messaggio che si sta esprimendo attraverso i disagi è importante per lavorare su di sé, per imparare a non arrendersi ai sintomi in modo vittimistico, ma ad avere la forza per prendere in mano la propria esistenza e sentirsi protagonisti e creatori della stessa.

Aspiro, inoltre a proporre dei rimedi per prendersi cura della propria energia renale e sessuale, non solo in caso di malattia, ma anche per la prevenzione primaria della propria salute e per essere fautori della propria rinascita attraverso il piacere.

- **0.2 Metodologia**

Condurrò questa tesi con il linguaggio proprio della Naturopatia istituzionalizzata in Italia dalla norma 11491 del 2013.

È una Naturopatia che nel 2013, grazie alla legge 4/13 e alla norma di cui sopra, assume il riconoscimento di professione, permettendoci di affermare il nostro ruolo all'interno della società e di

esercitarlo guidati da linee guida condivise. Questo ci permette di avere un linguaggio comune di confronto, quindi uno strumento di evoluzione per l'intera categoria e per offrire garanzie ai nostri clienti. Il 2013 per la nostra professione è stato un anno importante, determinando un cambio di paradigma con il passaggio da un approccio empirista, dogmatico e autoreferenziale tipico della Naturopatia moderna, all'approccio scientifico e umanistico della Naturopatia contemporanea attuale.

Le fondamenta scientifiche sono essenziali perché offrono un linguaggio oggettivo con cui poter interpretare i processi a livello biologico e sia perché la scienza è un piano comune di confronto che permette a noi naturopati una permeabilità di comunicazione anche con le altre professioni che si occupano dell'uomo.

Utilizzerò, quindi, linguaggi e contenuti acquisiti da materie di studio scientifiche che hanno fatto parte del mio percorso, come:

- Anatomia e Fisiologia;
- Fisica e Fisica quantistica;
- Sistemi di omeostasi;
- Biologia e Biologia molecolare;
- Chimica e Biochimica;
- Embriologia e Organogenesi;
- Iridologia;
- Scienze della nutrizione.

La chiave filosofica umanistica (di cui la Naturopatia si fa portavoce), invece, permette di approcciare all'essere umano, considerandolo come un essere multidimensionale, in cui tutti i suoi piani esistenziali (il suo corpo fisico, il suo corpo mentale, il suo corpo emotivo o astrale e il suo piano spirituale o causale) sono connessi e interdipendenti l'uno all'altro. L'Uomo, inoltre, viene visto sempre parte della Natura e, in quanto tale, risponde alle sue stesse leggi di regolazione: la sua esistenza è connessa ai cicli naturali e a tutti gli altri uomini. È per questo che l'Uomo è sempre contestualizzato anche nei suoi rapporti relazionali affettivi e nell'ambiente sociale in cui vive.

Le materie a cui attingerò per veicolare i contenuti proposti in chiave filosofica umanistica sono:

- Info-bio-antropologia;
- Filosofie delle medicine tradizionali e alternative (ayurveda, cinese, taoista, omeopatia, antroposofica);
- Anatomia simbolica;
- Bioenergetica;
- Psicosomatica e Linguaggio degli organi;
- Semeiotica;
- Alimentazione naturale e scienza all'alimentazione;

- Metodologia naturopatica;
- Arteterapia.

Importante specificare che la Naturopatia considera i disturbi, i sintomi e le malattie come un linguaggio da interpretare, anziché qualcosa da inibire. Sono degli alleati per comprendersi ed evolvere piuttosto che un nemico da sconfiggere.

Questo è possibile in quanto il focus è sulla ricerca della causa del disturbo, che va ricercata nel vissuto emotivo profondo della persona, quello che lavora nell'inconscio e di cui l'individuo non è consapevole, ma che con la sua costanza, scava a fondo come una "goccia cinese".

È un vissuto emotivo che va ricercato nelle relazioni affettive, nei gesti che reitera ogni giorno, nella sua capacità di riconoscere, utilizzare e affermare all'interno dell'ambiente in cui vive i suoi bisogni e le sue qualità che lo rendono un individuo unico e speciale. La ricerca della causa è fondamentale per poterla consapevolizzare e trattare; questo permetterà di mobilitare le energie cristallizzate che impediscono alla persona di esprimersi per quella che è la sua vera natura, sentirsi una risorsa per l'ambiente e sentire a sua volta l'ambiente come favorevole.

La Naturopatia si occupa della salute dell'uomo e della sua capacità di prendersi la responsabilità della sua vita e viverla come protagonista e sovrano delle sue scelte, delle sue relazioni, del suo percorso di crescita: affinché ciò che desidera e che profondamente custodisce nel suo DNA, possa essere sempre più coerente e in sintonia alla vita che vive.

La Naturopatia è, così, un'alleata per sostenere l'individuo nella sua specifica costituzione e per rinforzare la sua capacità di autoguarigione, la sua forza vitale e la capacità di regolazione omeostatica del suo organismo.

Il Naturopata è un professionista che affianca la persona nel percorso di consapevolezza di sé dell'individuo e lo sostiene nel colmare le distanze tra la sua personalità (risultato delle stratificazioni dei meccanismi di difesa e di sopravvivenza) e l'autenticità della propria Anima e del progetto che essa porta con sé.

Per fare questo la Naturopatia ha vari strumenti, dalle cui conoscenze attingerò nella stesura della tesi. Come:

- Iridologia;
- Tecniche di riflessologia e di auto trattamento;
- Fitoterapia;
- Floriterapia;
- Alimentazione;
- Educazione allo stile di vita;
- Meditazioni, respirazioni e archetipi.

- **0.3 Sintesi dei capitoli**

- *Nel primo capitolo*, svolgo un'analisi sul concetto di Progetto universale e Progetto personale: partendo da una visione macroscopica universale per arrivare a quella microscopica dell'uomo, attraverso un excursus filosofico – simbolico - energetico e scientifico.

È mio intento delineare in che modo siamo connessi al Tutto e al Progetto Universale dal punto di vista della fisica quantistica e in che modo, secondo la medicina cinese, il progetto energetico e informativo universale va a formare il progetto energetico informativo individuale.

E come, attraverso l'Embriologia, questa informazione diviene materia, e va a costituire il nostro corpo fisico. Mi soffermerò sulla derivazione embriologica dell'apparato urinario e dell'apparato genitale e sul ruolo che essi hanno rispetto al progetto personale.

- *Nel secondo capitolo*, pongo l'attenzione sui reni analizzandoli dal punto di vista:

- anatomo-fisiologico, per comprendere la struttura e la funzione;
- della Medicina Tradizionale Cinese, approfondendo il legame con le emozioni e con le tematiche che la Loggia Acqua (di cui il rene fa parte) porta con sé;
- simbolica e psicosomatica e spirituale, per comprendere i messaggi che l'apparato urinario esprime, che sono essenziali da consapevolizzare per la propria evoluzione.

- *Nel terzo capitolo*, tratto della sessualità, partendo anche qui da un'analisi anatomo-fisiologica dell'apparato genitale, passando al ruolo della sessualità sia per la riproduzione della specie che come fonte di piacere.

Soffermerò la mia attenzione su dei meccanismi che possono avvenire durante la crescita, quindi nella fase di strutturazione della personalità, che possono influire nel creare delle alterazioni al meccanismo fisiologico della sessualità vissuta come fonte di piacere.

- *Nel quarto capitolo*, attraverso le conoscenze millenarie delle tradizioni tantrica e taoista e una visione moderna integrata, desidero soffermarmi sulla possibilità di consapevolizzare l'energia sessuale come fonte di evoluzione, come energia di rivitalizzazione e di autoguarigione.

In che modo l'energia sessuale può essere utilizzata per sostenere i processi coscienziali e favorire una vita vissuta nel piacere in accordo al proprio progetto personale.

- *Nel quinto capitolo*, desidero offrire degli spunti sugli strumenti pratici naturopatici per poter sostenere l'apparato urinario e l'apparato sessuale, e mantenere in uno stato fisiologico la loro energia.

Capitolo 1: il PROGETTO

- **1.0 Premessa: connessione tra il Macrocosmo e il Microcosmo.**

“Il macrocosmo e il microcosmo sono costruiti esattamente sul medesimo progetto. Prendete tutta la responsabilità sulle vostre spalle e sappiate che voi soli siete i creatori del vostro destino. Tutta la forza e tutto l’aiuto di cui abbisognate sono dentro di voi. Perciò createvi voi stessi il vostro avvenire”.
1

La citazione qui riportata mi permette di introdurre l’intento di questo primo capitolo: fornire degli spunti di approfondimento per analizzare in che modo l’uomo è una parte del Tutto, come egli resta collegato al Progetto universale attraverso il suo Progetto individuale. In questo processo, inoltre, come può l’energia sessuale -energia creativa per eccellenza- permettere all’uomo di assolvere con più facilità alla manifestazione del suo progetto individuale? Qual è il ruolo del rene in tutto ciò? Procediamo per passi.

Fin dall’antichità, attraverso una conoscenza mistica esperienziale e intuitiva, le filosofie e le religioni hanno sostenuto ciò che le scienze moderne (in particolar modo la fisica quantistica) stanno affermando in termini logici e razionali: l’uomo non è scisso dalle altre forme viventi e la sua esistenza è connessa e interdipendente a tutto il resto dell’Universo. L’uomo, così, è una parte, è un frattale evolutivo del Tutto: ossia esso riproduce nel suo piccolo, nel suo microcosmo, quello che è già nel macrocosmo universale. A sua volta l’uomo è il macrocosmo del suo mondo microscopico: dei suoi organi e delle sue cellule.

C’è quindi una correlazione tra l’Universo, l’uomo, i suoi organi e le sue cellule e le particelle più piccole di cui è costituito.

Questa tematica è stata affrontata in modo eccelso da F. Capra nel libro *“il Tao della Fisica”*, in cui l’autore scrive: *“La caratteristica più importante della concezione del mondo orientale è la consapevolezza dell’unità e della mutua interrelazione di tutte le cose e di tutti gli eventi, la constatazione che tutti i fenomeni del mondo sono manifestazioni di una fondamentale unità. Una realtà ultima indivisibile che si manifesta in tutte le cose e della quale tutte le cose sono parte: la fondamentale unicità dell’Universo non è solo la caratteristica principale dell’esperienza mistica ma anche una delle più importanti rivelazioni della fisica moderna. Più si penetra in profondità la materia e più è chiaro. I costituenti della materia e i fenomeni fondamentali a cui essi prendono parte sono tutti in rapporto reciproco, interconnessi, interdipendenti: non possono essere compresi come entità isolate ma solo come parti integrate del Tutto.”*

Propongo in seguito un excursus attraverso varie culture e discipline antiche in cui la visione mistica dell’unità di tutte le cose era già presente.

Come spiega il Dr. J. Cannello, nelle sue lezioni di Spagyria, parlando della cabala ebraica ²:

¹ consciousjourneys.com

² Dr. J. Cannillo, Biologo Ricercatore specializzato in genetica molecolare e citopatologia. Dottore in Chiropratica. Alchimista e

“Nel principio c'era solo Dio. Dio, Ein Sof, era la totale divina presenza/luce, la Luce dell'Infinito (o luce senza pensiero). C'era solo Dio prima della creazione, quando Dio decise di creare qualcosa dal nulla: aveva bisogno di creare spazio, qualcosa che non era Dio. Dio a quel punto si svuota contraendo la sua infinita luce creando uno spazio concettuale per la creazione dell'Universo. In un flash cosmico, Dio si condensa in un punto di infinita densità ed energia, chiamata la contrazione (Tsimtzum). Poi esplose in tutte le direzioni il Bin Bang Cosmico, con questa contrazione della luce infinita, Dio si sacrifica per la creazione, è un ATTO di AMORE DIVINO. Diventa conoscibile solo quando si manifesta, cioè si proietta all'esterno. Così, Dal Big Bang è iniziato l'auto-specchiarsi di Dio, noi siamo il suo riflesso, un grande specchio, Dio che incomincia a vedere sé stesso attraverso noi e la nostra esperienza. Dio è l'eterna unità, il bene incommensurabile è il Tutto nel Tutto. L'essenza abissale è un profondo incommensurabile spazio vuoto, un insondabile abisso senza fine. Questa essenza inconoscibile è chiamata Caos Divino ed Essenza Prima di tutti i principi e tutti i creati. La base di tutte le cose non è che il nulla, la casa di quell'unità che è Dio.”

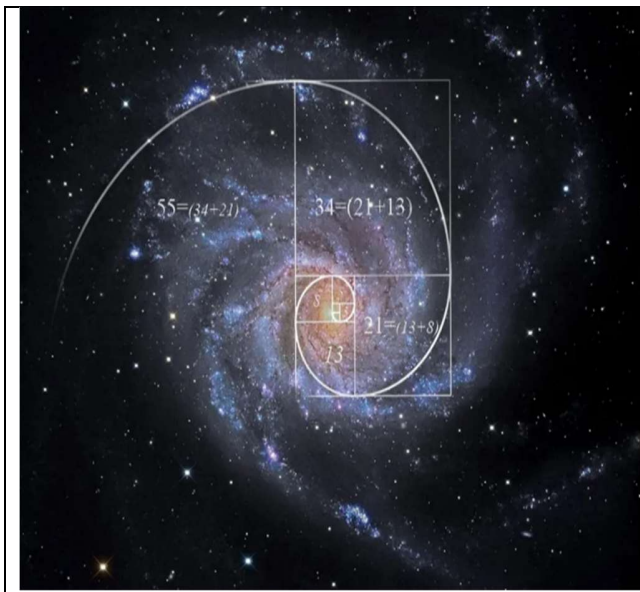
Nella tradizione cosmologica druidica, l'origine dell'Universo veniva attribuita a un campo energetico che aveva una sua potenzialità creativa ed era definita con il termine di “*Baktà primordiale*”: esso si compresse su se stesso diventando estremamente piccolo e questo gli generò una forte pressione interna di cui si liberò con un' eruzione energetica, generando un fenomeno ondulatorio in espansione che si propagò in tutte le direzioni, dando vita all'esistenza (una teoria affine a quella dell'attuale Big Bang). In questo processo si vennero a creare vortici di “*Baktà secondario*” che raffreddandosi davano origine a varietà energetiche di ogni genere da cui sarebbe sorta poi la materia, l'uomo, le leggi della vita e lo spazio-tempo. Tutto, così, risultava esistente già nella vibrazione primordiale che era la matrice all'origine del tutto e che continuava a esistere e a permeare della sua vibrazione l'intero creato. In questo modo, non esisteva differenza tra l'individuo e il resto di quanto esisteva in natura. Tutto era legato a questa stessa matrice vibrazionale e quindi rispettivamente comunicante nello stesso stato fenomenico. Non esisteva neppure la distinzione di passato, presente e futuro, ma solo un eterno presente. Tutto si rivelava come una identica cosa che aveva avuto origine dal Suono primordiale. Il Suono primordiale aveva dato vita a tutto quanto esisteva attraverso una vibrazione che si era estesa all'infinito, come una corda vibrante crea le note e le melodie e le espande nello spazio sino ad essere rilevate dagli individui che le ascoltano e di cui essi stessi sono costituiti. (Nel paragrafo dedicato alla visione attuale della fisica quantistica vedremo come la visione druidica sia stata una teoria antelitteram delle visioni cosmologiche attuali).

Citando ancora F. Capra e “*Il Tao della fisica*”: “*l'idea del Tutto in ogni cosa e di ogni cosa nel Tutto ha trovato la sua elaborazione più alta nella scuola buddhista. Il Buddhista non crede in un mondo esterno che esiste separatamente. Il mondo esterno e il mondo interno sono per lui due facce di uno stesso tessuto in cui i fili di tutte le forze, di tutti gli avvenimenti di tutte le forme di coscienza e degli oggetti sono intrecciati in un'inestricabile rete di relazioni infinite e reciprocamente condizionate*”.

La visione della Medicina Tradizionale Cinese (MTC) e del Taoismo sono notevoli da citare ai fini dell'argomento trattato in questo paragrafo oltre che saranno due importanti strumenti di analisi di questa tesi. L'MTC considera la Terra un essere vivente. Come la Terra, e l'intero Universo, anche

l'essere umano è attraversato da meridiani in cui scorre un'energia che ci rende strettamente connessi a tutto ciò che ci circonda. L'uomo è una manifestazione di un'energia universale e l'ordine e le leggi della biologia umana rispettano quelle cosmiche. L'uomo è costituito dagli stessi elementi presenti in Natura e la sua fisiologia (quindi il rapporto esistente tra i vari organi) è regolata dagli stessi cicli di creazione, distruzione ed evoluzione della Natura stessa. Per il Taoismo l'intera esistenza dal livello macroscopico a quello più piccolo è la manifestazione di due forze di polarità opposta (Yin e Yang) che interagiscono costantemente in un movimento e in un continuo mutamento che dà origine al Tao, il principio universale di tutte le cose, la complementarità di tutti gli opposti della natura.

Iniziando ad introdurre il concetto sopra trattato dal punto di vista razionale, la Matematica stessa ha messo in evidenza le proporzioni che si ripetono nelle forme naturali esistenti, di cui un esempio è il numero Φ (=phi) 1,618, proprio del rapporto aureo della successione di Fibonacci, che è uno dei numeri più discussi in quanto è presente in contesti apparentemente non collegati tra di loro, dalla botanica, all'anatomia, dall'architettura, all'informatica. Questo, definito come il numero della proporzione divina, ha portato l'uomo a intravedere un rapporto matematico e geometrico tra ciò che è più grande e ciò che è più piccolo, un rapporto che si ripete all'infinito attraverso infinite suddivisioni e infinite moltiplicazioni. Il numero *phi* sembrerebbe una conferma del rapporto esistente tra Dio e la Natura, tra il Macrocosmo e il Microcosmo, tanto da essere considerato come una firma del creatore stesso.



“La matematica è l’alfabeto in cui Dio ha scritto l’Universo. La filosofia naturale è scritta in questo grandissimo libro che continuamente ci sta aperto innanzi agli occhi, io dico l’Universo, ma non si può intendere se prima non s’impara a intender la lingua e conoscer i caratteri nei quali è scritto. Egli è scritto in lingua matematica, e i caratteri son triangoli, cerchi ed altre figure geometriche, senza i quali mezzi è impossibile a intenderne umanamente parola; senza questi è un aggirarsi vanamente per un oscuro labirinto.”
(Galileo Galilei)

Immagine tratta dal web: Microsoft Bing

Nell'analisi dell'Unità del Tutto, è fondamentale integrare anche la visione della Biologia. La stessa etimologia del termine “biologia” è importante: “*bio*=” *vita*” e *logos*= “*logica, discorso*”, quindi Biologia intesa come “*il discorso logico sulla Vita*”. Esiste, infatti, una logica perfetta, un intento preciso che regola l'organizzazione della materia: ogni forma esistente ha una corrispondenza biunivoca e specifica con la funzione che svolge: in Natura, nulla è superfluo, nulla è casuale, tutto è perfetto e tutto è correlato e ha un suo senso specifico affinché la vita possa essere mantenuta e perpetuata per come la conosciamo.

Attraverso lo studio della cellula – l'unità base della vita- si comprende come essa sia regolata (nelle strutture, nel metabolismo, nel ciclo vitale, nell'evoluzione, nella gerarchizzazione) dalle informazioni contenute nel DNA; inoltre, i nucleotidi, ossia le unità di base del DNA sono le stesse per tutti gli esseri viventi: esiste un codice di base informativo comune.

Un altro aspetto importante che emerge è che ogni organello cellulare svolge nel piccolo le funzioni che a livello organico vengono svolte dagli organi. Esiste, ad esempio, una corrispondenza funzionale tra il mitocondrio e i polmoni, tra i ribosomi e il fegato, tra la membrana cellulare e la pelle, e così via. Oltre a questo rapporto funzionale tra microcosmo cellulare e macrocosmo organico, con la Biologia si comprende anche l'importanza del concetto di differenziazione, specializzazione e unicità che ogni tipo di cellula ha. Una cellula renale e una epatica, ad esempio, hanno strutture e funzioni diverse. Affinché l'intero organismo possa funzionare in modo ottimale, è necessario che ogni tipo di cellula rispetti la propria natura, ossia svolga le funzioni specifiche che la sua struttura le consente di fare. Esiste in Natura un connubio e una specificità importante tra la struttura e la funzione. In più per mantenere questo ordine organico, esiste quello che in info-bio-antropologia è definito "*patto o intento comune*": le cellule nei passaggi evolutivi che hanno permesso l'evoluzione degli organismi da un livello unicellulare a livelli pluricellulari sempre più evoluti, hanno "deciso" di unirsi e di collaborare tra loro al fine di portare avanti un bene supremo, ossia quello dell'intero organismo di appartenenza. In questo modo ogni cellula, pur portando dentro di sé il DNA completo, quindi l'informazione del Tutto, si specializza e svolge un ruolo specifico e cede ad altre cellule sue funzioni, beneficiando dei vantaggi dati dal lavoro comunitario. Questa collaborazione biologica permette un'ottimizzazione energetica dell'intero organismo, nonché il mantenimento ottimale dello stato di salute.

Questo meccanismo di specializzazione e di "*intento comune*" che avviene a livello microcosmico cellulare ha la sua corrispondenza anche a livello macroscopico tra il Progetto Universale e il Progetto specifico di ogni Anima (come analizzerò nel terzo paragrafo 1.3 del capitolo 1).

- **1.1 Connessione con il Tutto attraverso la Visione della Fisica quantistica**

"Tutti i cambiamenti della fisica moderna portano in un'unica direzione, verso una visione del mondo che conduce tutti nella stessa direzione: verso una visione del mondo che somiglia molto alle concezioni del misticismo orientale. (...) È nel mondo subatomico che le corrispondenze tra il misticismo e la fisica moderna sono sorprendenti". F. Capra, "il Tao della Fisica", edizione del 1995

"Ciò che troveremo sarà una conferma, una visione più raffinata della saggezza antica". Oppenheimer-Scienza e pensiero comuni, Boringhieri, Torino 1965

"Il grande contributo scientifico alla fisica teorica dopo l'ultima guerra può essere un indice dell'esistenza d'un certo rapporto fra le idee filosofiche presenti nella tradizione dell'estremo oriente e la sostanza filosofica della teoria dei quanti". Heisenberg- Physics and Philosophy- il Saggiatore, Milano 1961

La fisica quantistica è lo strumento scientifico di maggior rilievo, in questa epoca evolutiva che stiamo vivendo, per sondare le verità dell'Universo da un punto di vista logico razionale. La fisica quantistica

sta arrivando oggi alle stesse conclusioni a cui i mistici di tutte le culture antiche erano arrivate millenni fa. I mistici facevano esperienza diretta della realtà e partendo dalla loro interiorità e attraverso la meditazione e l'intuizione arrivano a sondare l'unità di tutte le cose e alla consapevolezza che la loro coscienza era parte di questo tutto intelligente. I fisici, partendo dall'analisi razionale del mondo esterno e utilizzando i metodi di analisi logica e scientifica stanno sondando il mondo subatomico e arrivando alle stesse conclusioni.

La fisica quantistica sviluppata nell'ultimo secolo ha cambiato i paradigmi della fisica classica generando

*“una vertiginosa espansione delle frontiere della conoscenza scientifica.”*³ La fisica moderna, infatti, ha rivoluzionato il linguaggio utilizzato per descrivere la Natura: si è passati dalla visione classica delle leggi lineari di causa-effetto con cui si descriveva la realtà a livello macroscopico, dove le particelle avevano posizioni e velocità ben definite, a una visione microscopica subatomica caratterizzata dalla duale natura ondulatoria (regolata da funzioni d'onda) e particellare della materia oltre che probabilistica: *“le particelle non esistono in punti definiti con certezza, così come gli eventi atomici non avvengono con certezza in momenti precisi e in mondi definiti, ma mostrano tendenze ad avvenire.”*⁴

Con la *Teoria dell'elettromagnetismo* di Maxwell, sono state scoperte i quattro tipi di forze conosciute fino ad ora (interazione gravitazionale, interazione elettromagnetica, interazione elettrone-forte e interazione elettrone-debole) e si è compreso che ciascuna forza è l'effetto dei movimenti di specifiche particelle; è stato sviluppato il concetto di Campo, che è onnipresente ed è il veicolo di tutti i fenomeni materiali esistenti. È il vuoto -in cui si muovono le particelle- che diventa uno spazio dinamico e incurvato, un luogo di interconnessioni di complessità infinita tra realtà apparentemente separate in cui le *“particelle si creano e si distruggono generando un flusso incessante di energia in un processo senza fine che dà origine alle strutture stabili che formano il mondo materiale. Questo a sua volta non rimane statico ma oscilla con movimenti ritmici. L'intero Universo è quindi impegnato in un movimento, in un'attività senza fine, in un'incessante danza cosmica di energia”*⁵.

“Il mondo appare così come un complicato tessuto di eventi in cui diverse specie di connessioni si alternano si sovrappongono e si combinano, determinando la struttura del Tutto”. **Heisenberg**

“E' nel passaggio da una dimensione all'altra che entità che appaiono separate e non conciliabili vengono unificate (teoria della relatività).” **F. Capra**

In questa visione rivoluzionaria, lo spazio e il tempo perdono la loro linearità, sono relativi, e si aprono nuovi scenari di conoscenza sugli infiniti mondi pensabili e sulle diverse dimensioni dell'esistenza possibili, ciascuno ad energia e a stato di coscienza sempre più elevati. Si apre così una nuova visione della realtà in cui gli eventi non avvengono più in successione lineare, ma passato, presente e futuro sono onnipresenti.

In questa visione scientifica in costante evoluzione, assume un ruolo fondamentale anche l'individuo, ossia l'osservatore dei fenomeni che diventa un partecipatore della realtà: l'individuo diventa parte stesso della realtà che osserva, modificando attraverso la sua osservazione le proprietà della fisica atomica di ciò che osserva. Con la fisica quantistica, quindi, viene messo in crisi anche il concetto di realtà oggettiva.

³- IL SOGNO DELL'UNITA' DELL'UNIVERSO- Steven Weinberg- Mondadori DeAgostini

⁴ F. Capra, *“IL TAO DELLA FISICA”*, edizione del 1995

⁵ F. Capra, *“il Tao della Fisica”*, edizione del 1995

Come spiega il fisico Steven Weinberg nel suo libro *“Il sogno dell’unità dell’Universo”*, nonostante la fisica abbia fatto passi da gigante, le sue scoperte restano ancora limitate, provvisorie e incomplete; ciò è dovuto sia al fatto che *“ogni nuovo progresso richiede lo studio di processi le cui energie sono irraggiungibili con le attrezzature sperimentali esistenti”* e sia perché i fisici per affrontare la complessità dei fenomeni naturali esistenti e poterli descrivere creano modelli che studiano razionalmente fenomeni isolati: *“i concetti utilizzati per descrivere la Natura non sono aspetti della realtà ma creazioni della mente, sono parte della mappa e non del territorio”*⁶.

“Ciò che osserviamo non è la Natura in se stessa ma la Natura esposta ai nostri metodi di indagine”.

Heisenberg

Eppure, Weinberg spiega che dietro tutte queste teorie parziali esistenti, i fisici intravedono l’esistenza di una *“teoria finale”*, come una verità profonda, unica, immutabile e con una validità illimitata che possa raggruppare tutte le possibili deduzioni e tutti i modelli di analisi del reale realizzati fin ora e che sia il punto di origine di qualsiasi altra verità universale sulla Natura.

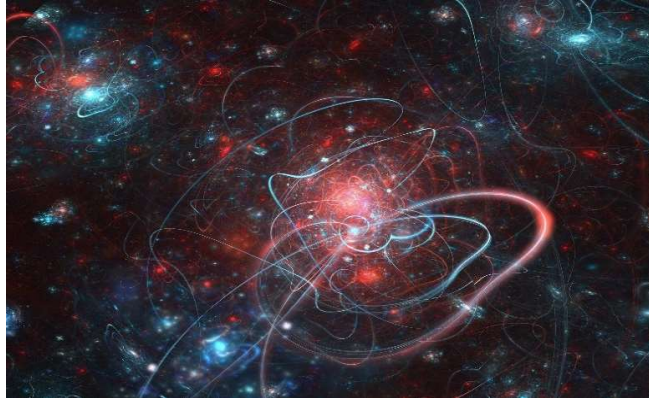
Dagli anni Trenta, infatti, si è cercato a più riprese di giungere a una teoria di ‘tutte’ le particelle elementari, e il tentativo è proprio quello di arrivare a una Teoria del Tutto, a una grande unificazione delle leggi universali che unifichi tutte le equazioni fisiche conosciute.

In tale ottica è importante rifarci alla ***Super String Theory***, una teoria quantistica che non è stata ancora dimostrata ma potrebbe spiegare come si forma ogni elemento che conosciamo: energia, materia e forze fondamentali. Secondo questa *“le entità fondamentali dello spazio-tempo non sarebbero puntiformi ma piccole ciocche di “stringhe” a una dimensione”*⁷; i *quark* - le particelle che fino a questo momento non sono ancora riusciti a dividere ulteriormente- sarebbero formati da un insieme di filamenti di energia e non da comuni particelle più piccole. Questi filamenti di energia sono simili a corde (da qua il nome di «stringa», dall’inglese *string* significa «corda»). Ognuna di queste corde vibra in modo diverso: in base al proprio tono vibrazionale, i filamenti di energia producono particelle diverse. Un filamento di energia che potrebbe essere paragonabile a una cordicella in continua vibrazione, paragonabile alla corda di un violino. Come quest’ultima può vibrare in modi diversi producendo differenti note musicali, anche i filamenti delle stringhe di realtà possono vibrare a frequenze diverse producendo, a seconda dell’intensità vibrazionale, particelle con massa e proprietà diverse tra di loro. La vibrazione di queste corde sarebbe così alla base della materia, dell’energia, dello spazio e del tempo, quindi delle diverse realtà possibili. Infatti, è fondamentale sottolineare che questa teoria presuppone un Universo costituito da una sola dimensione temporale e da 10 dimensioni spaziali (anziché le tre che convenzionalmente consideriamo, nella nostra consuetudinaria visione tridimensionale della realtà). Questo potrebbe dimostrare l’esistenza dei multi-universi possibili, così come, una volta compreso il meccanismo vibratorio delle stringhe, si potrebbe comprendere come intervenire nella loro vibrazione, generando la materia e l’energia desiderati, assumendo un ruolo di co-creatore attivo consapevole della vita che si vive.⁸

⁶ Il tao della fisica - F. Capra, edizione del 1995

⁷ DAL QUARK AL COSMO- Ledermann, Schramm- Zanichelli editore

⁸ La teoria delle stringhe (in parole semplici) e le 11 dimensioni | One Mind (manuelmarangoni.it)- articolo scritto sulla base del video del fisico Brain Greene sulla Teoria delle (<https://youtu.be/jCwsh9fJkxE>)



La teoria delle stringhe, immagine tratta da bing.com

Secondo le attuali teorie, l'Universo è in un perenne stato vibratorio e il timbro vibratorio universale primordiale che si conserva in esso è dato dall'esplosione del Big Bang: questa vibrazione interconnette tutte le particelle esistenti e può essere considerata come una radiazione cosmica di fondo. L'intera materia, quindi, è energia e vibrazione (questo lo aveva già dimostrato Einstein nella **Teoria della relatività** con l'equazione: " $E=mc^2$ ") e tutto nell'Universo è collegato da questa vibrazione cosmica.

Con le **Teorie dell'Etere**, viene proposta "*l'esistenza di un mezzo, una sostanza o un campo che riempie lo spazio, ritenuto necessario come mezzo di trasmissione per la propagazione di forze elettromagnetiche o gravitazionali. Potrebbe esserci un mezzo con proprietà fisiche che riempiono lo spazio 'vuoto', un etere, che consente i processi fisici*"⁹

"Il campo esiste sempre dappertutto non può mai essere eliminato: esso è il veicolo di tutti i fenomeni materiali." **F. Capra**

Tradizionalmente, il concetto di campo era inteso come una regione spaziale in cui avviene qualcosa; grazie alla fisica quantistica esso assume la connotazione specifica di "campo di forze", dove grazie al **fenomeno dell'entanglement** o dell'azione a distanza tra gli oggetti, un corpo modificando il proprio comportamento può modificare istantaneamente qualsiasi altro corpo ovunque. Esiste così una rete di legami invisibili tra tutti gli elementi in tutto l'Universo.

Nel 1944, il padre della **Teoria dei quanti**, Max Planck, ha stravolto il mondo scientifico affermando l'esistenza di una matrice energetica da cui tutto ha origine, dalle stelle alle galassie, dai più lontani universi al DNA. Questa è stata definita la "*Matrice di Planck*" o la "**Matrice Divina**" e rappresenta, nella teoria, la rete energetica che sostiene e unifica l'Universo. Questa è una forma di energia quantica che andrebbe a sostituire il concetto precedente di "spazio vuoto": essa, infatti, è un'energia che esiste ovunque in ogni momento da sempre; è un "pieno" intelligente che permea di sé ogni cosa, manifestandosi più che come un qualcosa che unisce il tutto, come una costante o come un continuum

⁹ <https://it.wikipedia.org/>

del Tutto, che riporta all'Unità di base.¹⁰ Esiste, così, un campo unico, unificato, che unifica il Tutto. Ogni cosa nell'Universo, è parte di un campo intelligente di energia che unisce le cose.

“Tutta la materia trae origine e vita in virtù di una sola forza. Dobbiamo presupporre che dietro a questa forza esista una Mente cosciente e intelligente. Quella Mente è la matrice di tutta la materia”.
Max Planck, 1944.

Un passaggio importante da sottolineare per comprendere le conclusioni di Planck, è che già nel 1905 con la teoria della relatività, Einstein ha fornito un'unificazione matematica nella triade Energia, Materia e Informazione. Attraverso la formula $E = mc^2$, infatti, i tre principi si trasformano l'uno nell'altro: la materia è energia condensata, l'Informazione è Energia allo stato potenziale, proprio come l'Energia è Informazione in atto.

“Tutto è energia ed è tutto ciò che esiste”. **Einstein, 1905**

Le onde, infatti, si prestano a veicolare informazioni attraverso una modulazione delle loro proprietà (frequenza e lunghezza d'onda). L' Energia trasmessa può diventare informazione e le sue onde di trasmissione sono il più efficace mezzo di comunicazione esistente.

Etimologicamente il termine informazione significa “mettere in forma” e la forma rappresenta ciò che un insieme aggiunge alla somma degli elementi che lo costituiscono, ossia le relazioni tra i costituenti. La messa in forma deriva dunque dalle relazioni che si stabiliscono in un certo ordine tra gli elementi di un insieme.

Se, quindi, si è arrivato a comprendere che l'intero Universo è in uno stato vibratorio, e il campo elettromagnetico è ovunque, si può dedurre che **l'intero Universo è un campo di informazione**. Di qui i seguenti studi di Planck che gli hanno permesso di definire il campo come una *“mente cosciente e intelligente”*: essa contiene l'informazione che guida e stabilisce l'ordine dell'intero Universo, della strutturazione della materia e dell'intera esistenza.

Come viene scritto nell'articolo “Matrix Divina, la Rete Energetica dell'Universo” pubblicato nel gennaio del 2022 sul sito www.fisicaquantistica.it: *“la Matrix divina è un qualcosa all'interno del quale ogni evento che si determina in un solo punto ha il potere di riflettersi “non localmente” in ogni altro punto, oltre a rispecchiarsi ovunque, e di avere un effetto su ogni cosa dell'intero sistema universale (detto UNO). Se si pensa quindi all'Universo come programma, gli atomi ne rappresentano i bit di informazione: essi sono on, in quanto materia allo stato fisico visibile, oppure off, in quanto onde invisibili.*

Siamo un programma di coscienza dell'infinita matrice cosciente, che ci fa essere a nostra volta programmatori della nostra vita. Questo, perché noi siamo un ologramma di quell'immenso Olomero che è la Matrice Divina. In altre parole, è lo stesso processo per cui ogni parte di un tutto contiene l'immagine dell'originale intero, anche se in scala ridotta. La natura olografica dell'Esistente usa questo principio per condividere all'istante e a-dimensionalmente l'informazione, istruendo la modalità in virtù della quale ogni parte di sé rispecchia indissolubilmente l'Intero, in modo che l'Intero in ogni sua parte sia Uno, sia pure in scala ridotta. L'Uno è strutturato in modo che le sue

¹⁰ Matrix Divina, la Rete Energetica dell'Universo – Fisica Quantistica e Conoscenze al confine

informazioni non locali agiscano simultaneamente dappertutto, secondo un progetto universalmente vivente e intelligente. Ovviamente la modalità di ricezione del programma universalmente cosciente dipende dal nostro programmatore interiore, ovvero dalla nostra specifica, personale “taratura”.

E come scrive ancora l'autore Gregg Braden nel suo libro “La Matrix Divina: Un ponte tra tempo, spazio, miracoli e credenze”: la Matrix Divina è il campo energetico che è sempre stato ovunque ed è sempre esistita fin dai tempi del Big Bang, “*la Matrix è il creato, è il nostro mondo. È anche tutto ciò che esiste nel mondo. Nella Matrix divina noi siamo il contenitore di tutto ciò che esiste, è il ponte che unisce le creazioni dei nostri mondi interiore ed esteriore. È noi e tutto ciò che sperimentiamo e creiamo attraverso l'essenza di una misteriosa tela quantica*”.

Fabio Marchesi nel suo libro “La fisica dell'Anima”, definisce il campo universale con il nome di “*Campo Purico*” o “*Anima madre*”; esso, infatti, è **un campo di informazione primaria, pura, oggettiva e costruttiva in continua espansione e in continua evoluzione** in cui sono presenti tutte le informazioni esistenti necessarie per guidare l'evoluzione e a cui tutte le strutture che ne fanno parte possono attingere.

*“Tutto ciò che esiste ha un'essenza assoluta, un'Anima indipendente da tutto, anche dallo spaziotempo, perché è informazione Pura. Le “istruzioni per l'uso” che servono a tutto ciò che si manifesta con un corpo fatto di materia e di energia nello spaziotempo sono Informazioni Pure: non hanno peso, non hanno massa non hanno spaziotempo. È in relazione simultanea e contemporanea con l'essenza di ogni cosa esistente. Il Campo purico è pura intelligenza tendente all'evoluzione. Un Campo onnipresente che contiene tutte le informazioni che servono a ogni cosa e che, grazie ad esse, può esistere e sapere come comportarsi per continuarlo a fare”.*¹¹

L'Universo, quindi, può essere considerato come un'Anima cosciente universale che si evolve sulla base di un Programma intrinseco nella sua stessa essenza: il **Progetto universale**.

¹¹ “La fisica dell'Anima”, Fabio Marchesi, tecniche nuove, terza edizione ampliata

- 1.2 Dal Progetto Universale al Progetto Individuale: il ruolo dell'energia sessuale consapevole

"In questo momento, siamo vivi. E, ve lo giuro, in questo momento noi siamo Infinito." ¹²



13

Abbiamo visto nel precedente paragrafo come la fisica quantistica spiega razionalmente l'unità progettuale del Tutto e come l'informazione del macrocosmo sia presente nel microcosmo. Ora è mio intento passare dalla visione macroscopica universale, oggetto di trattazione dei due paragrafi precedenti, alla visione microscopica dell'Anima individuale.

Come scrive ancora Fabio Marchesi, nel libro *"la Fisica dell'Anima"*, *"il modello quantistico della realtà dimostra indirettamente l'esistenza di campi onnipresenti nello spaziotempo che per coerenza chiamiamo Anime. Ogni campo esiste indipendentemente dal corpo fisico a cui può essere o no associato."* Differentemente, però, ogni corpo fisico esistente ha il suo campo elettromagnetico, la propria Anima individuale, ed esiste proprio grazie a questa, in cui sono presenti tutte le informazioni derivanti dal Campo Purico universale o Anima Madre. Nell'Anima individuale sono così presenti tutte le informazioni che guidano l'esistenza dell'entità secondo un principio evolutivo costruttivo, in armonia con tutto l'Universo.

Ogni Anima individuale, quindi, ha una sua specifica progettualità, un suo **Progetto Individuale**, che è parte della progettualità dell'Universo. Possiamo immaginare come se l'Universo e il suo Progetto fossero un grande organismo umano costituito da tante cellule unite tra di loro da un *intento comune*, da un patto condiviso di evoluzione a cui hanno scelto volontariamente e coscientemente di aderire. Ognuno con il proprio compito e la propria unicità rappresenta una tessera del mosaico dello stesso quadro: l'opera d'arte finale può avere senso e completezza solo se ogni tessera è al posto giusto, svolgendo la sua specifica missione, in relazione alle altre.

¹² "Noi siamo infinito", film di Stephen Chbosky.

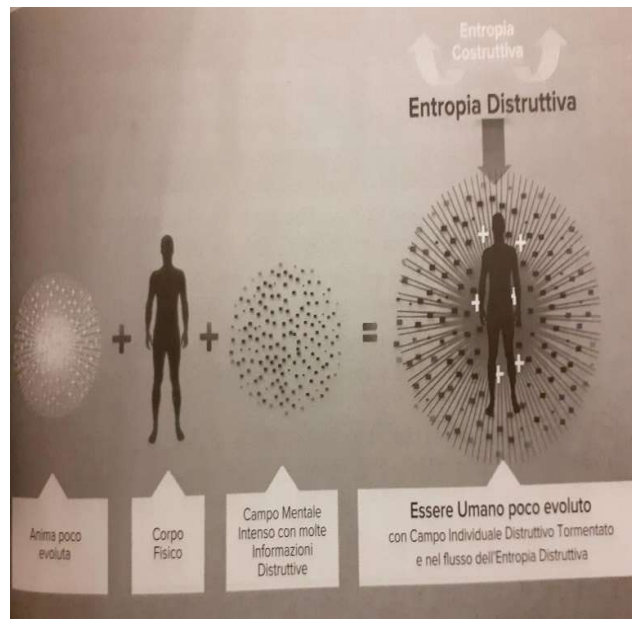
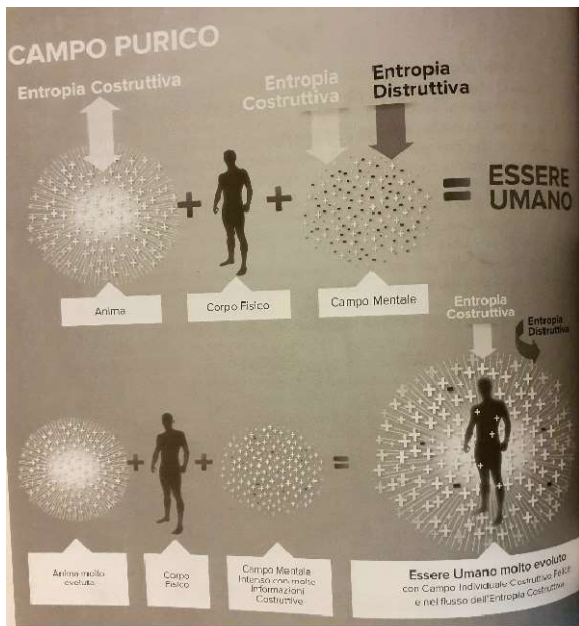
¹³ Immagine tratta dal web (consciousjourneys.com)

“Ogni cosa che ci accade, ogni esperienza che viviamo fa parte di noi stessi prima che la viviamo, rientra direttamente o indirettamente in un nostro Progetto. Questo, felicemente o infelicemente, consapevolmente o inconsapevolmente, può o meno essere realizzato, MA SE SI RIESCE IN QUESTO, LA PROPRIA VITA ESPRIME IL SUO SENSO. Il proprio Progetto è la migliore espressione di sé. Ma bisogna riuscire almeno ad accorgersi di averlo, un Progetto. Non è obbligatorio realizzarlo, nessuno vi è costretto: siamo nel possibilismo puro. Non esiste futuro prevedibile, né destino che non sia modificabile, non vi è legge e niente e nessuno a cui dover sottostare. Siamo nel possibilismo puro; per questo serve una nostra azione diretta, attiva e consapevole per riuscire a realizzare ciascuno il proprio Progetto, non lottando continuamente, ma il più felicemente possibile. Ogni essere umano ha un Progetto che è normalmente più evoluto della capacità di comprensione della sua mente e anticipa il meglio di quello che può essere. È individuale: ciascuno si è scelto il proprio in base alla propria natura, al proprio livello di evoluzione, ai propri legami, alle proprie vocazioni e ambizioni, ma ogni Progetto ha una cosa in comune con quello degli altri: è in sintonia con la natura della realtà ed è colto a dare il proprio contributo per migliorarla, farla evolvere, generando cambiamenti che fanno bene a sé stessi ma anche agli altri e al sistema <realtà> in cui possiamo vivere”.¹⁴

A differenza di altre entità esistenti il cui campo individuale è costituito da sola Anima, l'essere umano è un essere multidimensionale, in cui il proprio campo energetico, oltre a quello di informazione pura (che si può definire anche come *corpo causale*), è costituito anche dal *corpo mentale*, e dal *corpo emotivo o astrale*. Le emozioni che si provano e i pensieri che si hanno (a livello sia conscio che inconscio) modificano lo stato vibrazionale del campo individuale e possono essere dei veicoli per facilitare o limitare il passaggio informativo dal piano dell'Anima a quello fisico.

Il campo mentale e il campo emotivo, infatti, possono creare un'interferenza sia costruttiva che negativa: quando il campo emotivo e il campo mentale contengono informazioni in sintonia con quella dell'Anima, si crea un'Entropia Costruttiva che permette all'individuo di aumentare il proprio potere creativo sulla realtà, attingendo con maggiore facilità alle informazioni della propria Anima e a vivere con gioia ed entusiasmo le azioni consapevoli volte a realizzare il proprio Progetto individuale.

¹⁴ La fisica dell'Anima, Fabio Marchesi



15

Il Campo individuale, a seconda delle informazioni che ha e della sua vibrazione, è unico e irripetibile ed è in continua contrazione o espansione a seconda della qualità dei nostri pensieri e delle nostre emozioni. Quando il proprio pensare interagisce costruttivamente, armonicamente con l'informazione contenuta nell'Anima (che è sempre informazione costruttiva), la pulsazione viene percepita come piacere, gioia, entusiasmo, facendo espandere il Campo individuale. Una percezione di paura o infelicità è dovuta a pensieri distruttivi che non sono armonici con l'informazione dell'Anima, questo determina una contrazione del Campo individuale. Più il campo personale è contratto e più è difficile per l'individuo:

- accedere alle informazioni contenute nella propria Anima, quindi comprendere il senso profondo della propria esistenza e delle vicissitudini che egli vive;
- cooperare volontariamente per realizzare la propria missione, assumendosene la *responsabilità* (dove “*res = cosa*” e “*sponsare = sposare*” quindi “*responsabilità = sposare la cosa*”, quindi scegliere con amore la missione della propria Anima grazie alla quale si esiste e compiere azioni per poterla realizzare.)

In chiave evolutiva, possiamo comprendere quindi sempre di più il valore che l'individuo ha nell'ottica della fisica quantistica: egli non è solo un osservatore della realtà ma un partecipatore cosciente della creazione e della manifestazione.

Nel percorso evolutivo personale dell'individuo è una tappa fondamentale riconoscere questo ruolo attivo che ognuno ha nella realtà che vive, così come riconoscersi co-creatori della propria esistenza e quindi comprendere come lavorare consapevolmente su se stessi per la trasmutazione delle proprie emozioni e dei propri schemi mentali acquisiti e trasformarli in costruttivi. Questo processo costante su sé stessi permette di accedere a un background di informazioni pure sempre maggiore e di poter

¹⁵ Immagini tratte dal “la Fisica dell'Anima”, Fabio Marchesi, terza edizione ampliata – tecniche nuove

allineare in modo consapevole la propria esistenza al volere della propria Anima.

La Naturopatia, in tal senso, può essere considerata come uno strumento importante per l'individuo. L'etimologia stessa della parola può essere interpretata come “*sentire, essere in sintonia con la natura*” o anche “*vedere la natura delle cose che saranno*”. La Natura è quindi intesa come l'essenza della propria Anima che è a livello potenziale e che può essere realizzata attraverso le esperienze della vita. Il Naturopata collabora con l'individuo per ripristinare e mantenere l'armonia psico-emotiva, energetica e fisica dell'individuo e per sostenerlo a rimuovere quei blocchi che si presentano nella sua esistenza che gli impediscono di vivere una vita felice in sintonia con la propria Verità profonda.

“L'uomo è felice quando vive esperienze in sintonia con la sua natura: la felicità è la condizione normale di ogni Anima. (...) Presto ti accorgerai di quanto la felicità che tu stesso puoi generare e diffondere all'esterno è molto più profonda, stabile e intensa di quella che puoi ricevere da altri e dall'esterno. (...) La felicità è il segnale di costruttività, di allineamento con l'Anima”¹⁶.

Nel terzo e quarto capitolo tratterò dell'energia sessuale di come questa energia, se utilizzata in modo consapevole, può nutrire in modo profondo il piacere per l'esistenza e la propria felicità. Essa può essere utilizzata come catalizzatore per:

- aumentare il proprio quantum energetico e raggiungere più facilmente i propri desideri;
- espandere il proprio campo individuale;
- accedere più facilmente alle informazioni della propria Anima;
- manifestare e creare la propria vita nel modo più coerente per la realizzazione del proprio Progetto personale.

L'energia sessuale, infatti, è l'energia creativa per eccellenza che l'essere umano dispone: attraverso di essa l'uomo può creare la vita. Essa corrisponde a livello macroscopico, con l'energia creativa presente nell'Universo che permette la creazione del Tutto.

Tratterò, pertanto, in che modo l'energia sessuale può essere utilizzata per essere dei co-creatori consapevoli della propria realtà.

- **1.3 La comunicazione quantistica e l'Acqua**

Come già trattato sopra, esiste un collegamento quantistico tra l'Universo e l'individuo. Questo collegamento ha un notevole riscontro anche a livello biologico. Nella comunicazione quantistica gioca un ruolo fondamentale l'Acqua, che a livello organico viene gestita dal Rene (oggetto di trattazione specifica nel secondo capitolo).

¹⁶ La fisica dell'Anima, Fabio Marchesi

Ricercatori del MIT “*Massachusetts Institute of Technology*”, uno degli istituti scientifici più importanti negli Stati Uniti, hanno pubblicato una ricerca nella quale hanno dimostrato che a livello fisico, chimico, biologico e cosmologico, l’acqua nella forma di cluster di pentadodecaedro schiacciato, emette una radiazione di frequenza elettromagnetica nell’ordine dei Terahertz, che è vicino all’infrarosso ed emette un segnale radio.

Secondo questi studi, emerge che nell’Universo esistono dei contesti astrofisici in cui l’acqua esiste ed è sottoposta ad uno schiacciamento che genera una radiazione nell’ordine del Terahertz:

- nella creazione di stelle, dove avviene una grande compressione;
- durante la compressione costante presente nei buchi neri (dove sembrerebbe che ci sia acqua liquida nei suoi confini per l’energia ed il calore che si genera dentro di essi).

Questo può portare a ipotizzare che le onde lunghe nella scala dei Terahertz siano il background frequenziale della Coscienza universale.

A livello biologico, invece, lo schiacciamento dell’acqua nella sua forma di cluster pentadodecaedrica è un fenomeno costante che permette alle molecole dell’acqua di attraversare il canale interno dei microtubuli cellulari, in condizioni fisiologiche della cellula sana.

Bisogna specificare che l’acqua ha la capacità di formare legami deboli con altre molecole di acqua e di unirsi in cluster, ossia dei raggruppamenti molecolari che possono avere un numero piccolo o grande di molecole di acqua. Più a lungo l’acqua rimane ferma, più grossi sono i clusters che si formano ed essa assume una consistenza sempre più viscosa; più l’acqua scorre, invece, più si dinamizza e più questi raggruppamenti diventano piccoli e l’acqua è più fluida, più viva, in uno stato fisiologico che permette la vita cellulare in modo fisiologico.

I grossi cluster molecolari, infatti, non vanno bene per le nostre cellule perché ne destabilizzano le strutture, inducendo ad alterazioni funzionali che possono condurre a malattie.

Nelle cellule, le molecole di acqua attraversano l’interno della struttura dei microtubuli, quindi passano in dei nano spazi. Questo è possibile solo quando l’acqua è nella sua forma pentadodecaedrica: è, infatti, la forma che subendo una compressione (in questo caso quella delle pareti del microtubulo) permette l’organizzazione delle molecole di acqua in una struttura spiraleggiante sottilissima che ricorda quella del Dna (è una scoperta che può lasciar ipotizzare che la struttura del Dna si sia strutturata proprio su quella dell’acqua).

I microtubuli compongono il citoscheletro che, oltre ad essere la struttura che permette il sostegno e il movimento degli organelli nella cellula, costituisce anche il sistema di comunicazione tra le cellule. L’acqua pentadodecaedrica schiacciata che attraversa i microtubuli è, così, alla base anche della comunicazione quantistica tra cellule: l’acqua compressa in questa forma, infatti, genera l’emissione di un flusso di fotoni che permette il fenomeno quantistico della **superconduzione informativa**, basato sul **principio della Condensazione di Bose-Einstein**.

La compressione, inoltre, genera proprio nelle nostre cellule, l’emissione di una frequenza elettromagnetica compresa tra 1 e 6 Terahertz: una cellula sana emette quindi un segnale radio che va in risonanza con il campo universale!

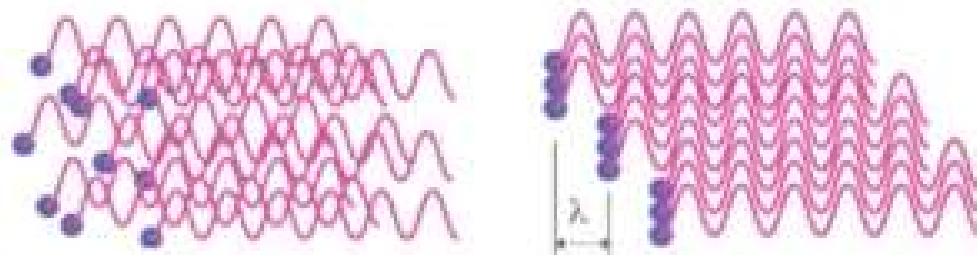
Come spiega il professor J. Cannillo nelle lezioni di fitoterapia Spagyrica, se l’acqua diventa più

grande e più viscosa, può determinare una modifica e una compromissione nella struttura proteica dei microtubuli, in particolar modo delle proteine Tau che garantiscono la stabilità dei microtubuli. Se il microtubulo degenera ciò influenza anche la qualità del passaggio informativo tra il Dna delle cellule dello stesso organismo, nonché il passaggio informativo dal livello cellulare biologico al campo di informazioni della propria Anima e anche la comunicazione con l'intero Universo. Oltre che sono tanti gli studi che ormai dimostrano che l'alterazione della struttura dei microtubuli è alla base di tante malattie degenerative come l'Alzheimer, determinando la perdita della memoria specialmente nelle zone dell'ippocampo e dell'amigdala e questo comincia ad accadere nei neuroni dove si trova la coscienza.



È importante sottolineare un altro aspetto legato alla coerenza dell'acqua cellulare: in condizioni fisiologiche l'acqua viene mantenuta in una *coerenza quantistica* attraverso il potassio cellulare assumendo una forma di cluster in struttura esagonale e coerente. L'esagono è una struttura ottimizzata capace di far procedere velocemente l'informazione e la coerenza è alla base della Vita.

Se l'acqua cellulare si modifica per fattori esogeni ed endogeni, questo determina una de-coerenza quantistica, quindi l'alterazione della fisiologia cellulare e organica.

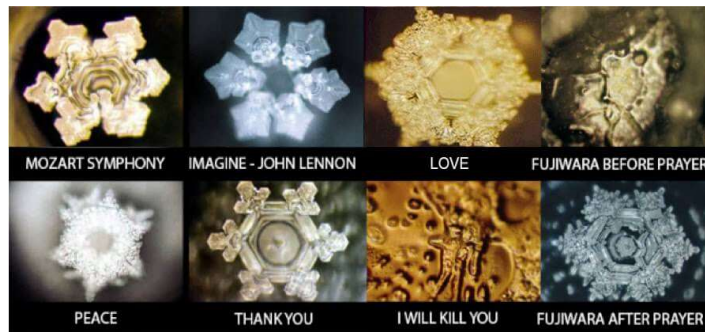


L'acqua, infatti, nella sua qualità di aggregarsi in cluster molecolari è molto sensibile agli stimoli chimico-fisici ed elettromagnetici a cui viene sottoposta. La forma dei cluster di acqua si modifica, infatti, a seconda delle sostanze e dei campi elettromagnetici con cui le molecole vengono a contatto. Quando avviene un contatto chimico con le molecole di un'altra sostanza, si crea una collisione tra le molecole di acqua e le molecole della sostanza e il cluster si deforma e la sua struttura assume una nuova forma che mantiene, appunto la memoria della deformazione, quindi la memoria dell'informazione di quella sostanza.

Per quanto riguarda l'influenza dei campi elettromagnetici sui cluster d'acqua, noti sono gli esperimenti del giapponese Masaru Emoto sulla memoria dell'acqua e su come l'"Acqua informata" potesse essere

utilizzata per curare le persone. Sottoponendo l'acqua a frequenze diverse, essa cambia completamente la forma dei suoi cluster: essi assumono delle forme regolari geometriche e armoniose quando sottoposte a vibrazione d'amore, di felicità, di gioia, di gratitudine; strutture caotiche se l'acqua è

sottoposta a vibrazioni come la paura, la rabbia, la guerra.



17

Sto sottolineando questo in quanto l'essere umano è costituito per il 70-80% da acqua e si può comprendere quanto sia importante un lavoro di consapevolezza e di trasformazione dei propri pensieri e delle proprie emozioni profonde e di quando queste possano influenzare anche il proprio campo energetico individuale e, quindi, facilitare il passaggio informativo coscienziale. Coltivare in modo consapevole l'energia sessuale può essere ancora uno strumento per portare nella coerenza della frequenza dell'amore il proprio organismo e vivere pienamente la propria vita secondo la missione del proprio progetto individuale.

- **1.4 Embriologia Energetica cinese e il ruolo del Perineo**

Tutto ciò che è stato detto in termini di Scienza moderna, la Medicina Tradizionale Cinese lo aveva già espresso in termini filosofici-energetici più di 2500 anni fa.¹⁸ La Medicina Cinese nasce da un'osservazione della realtà che analizza il rapporto diretto tra Uomo e Natura. I suoi principi filosofici sono racchiusi nel Tao e tutte le trasformazioni energetiche esistenti sono incluse nella teoria dei 5 elementi (vedi capitolo 2).

L'obiettivo di questo paragrafo è analizzare come la cultura taoista ha spiegato il collegamento ancestrale tra Universo e Uomo e come il sistema energetico informativo sia precedente alla realtà manifesta.

Andrò a porre il focus, inoltre, su come a livello embriologico energetico, secondo la visione della Medicina Tradizionale Cinese, sussista il collegamento tra energia sessuale ed energia renale.

Secondo la visione taoista, è dal *Caos primordiale* che si origina la vita. Il caos primordiale è definito *Hun Dun* e i due ideogrammi che lo compongono hanno il simbolo dell'Acqua: a indicare che la Vita nasce dall'Acqua, nell'oscurità attraverso uno sforzo di radicamento (si tratta di qualità universali che, come si potrà vedere nel capitolo 2, sono caratteristiche che a livello microscopico sono proprie del rene).

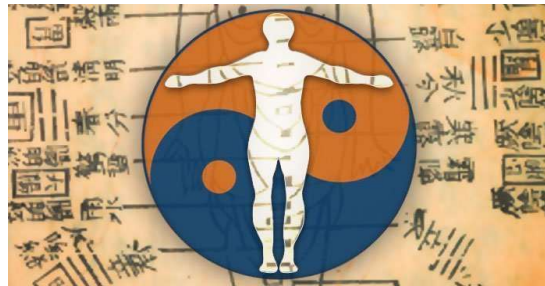
In questo stato di indifferenziazione preesistente alla creazione, sarebbe apparso il soffio originale

¹⁷ Immagine da bing.com

(*Yuan Qi*) che, con un movimento di espansione, avrebbe dato origine al Cielo, alla Terra e a uno spazio intermedio, dove si sarebbero manifestate tutte le forme della creazione.

“Due essenze si abbracciano, forma (Xing) e spirito (Shen) sono allora completi, questi sono i soffi riuniti del Cielo e della Terra, il loro nome è Uomo”.

(Huainanzi)



*Unione del cielo anteriore e del cielo posteriore*¹⁹

Nell'Uomo, le emanazioni di questa triade (Cielo, Terra e spazio mediano) sono rappresentate da una trinità energetica, chiamata i “**Tre Tesori**”, composta da *Shen*, *Qi* e *Jing*.

Lo **Shen** è lo Spirito che dal Cielo insemina la Terra; si manifesta nell'essere umano al momento del concepimento e guida il *Qi* nella formazione dell'essere a partire dall'essenza dello *Jing*.

Il **Qi** è l'energia, è il soffio per eccellenza, racchiude in sé tutte le energie esistenti. Il *Qi* primordiale è la fonte di energia universale: da essa derivano i *Qi* individuali, la quantità energetica di cui ogni essere è dotato alla nascita.

Lo **Jing**, anche chiamato essenza, quintessenza, vitalità, è il codice: “*il modello di ogni vita e la base del suo mantenimento*”. E', quindi, il codice genetico-energetico ereditato dalla madre e dal padre al momento del concepimento; esso, risiedendo nel Rene, determina un passaggio energetico informativo dai reni dei due genitori ai reni del nascituro: c'è un trasferimento delle memorie familiari dal lato materno e paterno che resterà nel nuovo individuo per tutta la Vita.

Il termine *Jing* viene inoltre attribuito anche ai liquidi più preziosi dell'organismo: la saliva, la bile, le lacrime, e - soprattutto - i gameti: ovulo e spermatozoo. Nell'ottica cinese, quindi i liquidi sono una forma di energia molto importante che va tutelata e risparmiata (è il principio su cui sono stati sviluppate le teorie taoiste e tantriche sulla ritenzione del seme a scopo evolutivo).

L'unione dei tre fattori *Jing*, *Qi* e *Shen* dà luogo alla formazione della cellula primordiale, (dall'unione di cellula uovo e spermatozoo) dalla quale deriverà il corpo umano attraverso una serie di scissioni Yin-Yang. Queste avvengono sotto l'influenza di forze direttrici: i meridiani energetici, che rappresentano l'impalcatura sul quale il corpo fisico si sviluppa. Proprio come analizzato nell'ottica della fisica quantistica, quindi, anche nell'ottica cinese esiste un progetto energetico sotteso al piano fisico reale che lo precede e lo guida.

¹⁹ Immagine da Bing.com

L'Interazione tra *Jing*, *Qi* e *Shen*, avviene costantemente per tutta la vita dell'essere. Ogni momento, da qualche parte nel nostro corpo, nel fisiologico rinnovamento cellulare, i Tre Tesori si riuniscono e si ricombinano e ripropongono la creazione originaria da cui deriviamo.

“Non c'è cosa più misteriosa della formazione di un essere vivente. Come a partire da due cellule che in un istante fondono tutte le loro sostanze e che pur così rapidamente si dividono; come a partire da questa sostanza amorfa si possa formare un essere umano uguale a tutti gli altri eppure, allo stesso tempo, così originale, resta un enigma”. (L'Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica, Yvonne Mollard-Marco Maiola)

Secondo la tradizione cinese, il miracolo della vita appare e in ogni istante si ricrea nel cosiddetto **Ming Men: la Porta del Destino**.

*“Nel linguaggio filosofico, [Ming Men] rappresenta l'ordine per mezzo del quale il Cielo chiama l'uomo all'esistenza e attraverso il quale fissa a lui un destino”.*²⁰

La Porta del Destino più che essere identificabile con un punto specifico del corpo, rappresenta un momento spazio-temporale, dove si manifesta e si sviluppa la vita: è l'unione del Cielo anteriore e del Cielo posteriore. Il Cielo Anteriore sono tutte le forze e le condizioni necessarie alla formazione di un essere vivente prima del concepimento; mentre per Cielo Posteriore si intende il divenire di queste forze dopo il concepimento stesso e durante tutta la vita.

*“Secondo la Medicina Tradizionale Cinese, noi riceviamo un quantitativo ben preciso di energia del Cielo Anteriore prima della nostra nascita, ossia la nostra scintilla di vita. Questo è costituito da vari fattori, tra cui l'essenza delle energie sessuali dei genitori al momento del concepimento che rende possibile lo sviluppo e la crescita del feto: con lo spermatozoo e l'ovulo vengono trasmesse le componenti energetiche dei due genitori al momento in cui è avvenuto il concepimento. Concepire un bambino in un momento di pace, amore e vitalità, condizione che condiziona positivamente lo sviluppo del feto. L'energia del Cielo anteriore è una particolare impronta individuale della forza fisica, una predisposizione verso alcune malattie, un modello di funzionamento degli organi, un'attitudine della psiche alla vita stessa. È la fonte a cui il Jing ereditato attinge la sua linfa vitale: esso si consuma via via sempre di più vivendo fino ad esaurirsi con la morte. Il Jing del Cielo posteriore si sviluppa dopo la nascita del feto e dipende dal cibo, dall'acqua e dall'aria. Questo Jing si consuma molto rapidamente tant'è che abbiamo bisogno quotidianamente di mangiare e di bere ma è possibile ricostruirlo: bisogna giocare bene le carte con il Jing del cielo posteriore per evitare di attingere alla riserva di quello anteriore. Se mi alimento in maniera sana assumo i liquidi sani in quantità giusta respiro correttamente la mia batteria ancestrale si consumerà molto più lentamente”.*²¹

La localizzazione di *Ming Men*, all'interno del corpo umano, varia a seconda delle circostanze e i vari

20 dizionario etimologico di L. Wieger, 1972 - lezione 141

21 Il potere della mente quantica, tre mosse per attivarlo, Vincenzo Fanelli – William Bishop, Macro

testi riportano varie versioni sulla sua specifica localizzazione. Convenzionalmente, viene considerato Ming Men il punto 4 di agopuntura del meridiano vaso governatore (GV-4, Ming Men 命门): nel processo spinoso tra la seconda e terza vertebra lombare, alle spalle dell'ombelico.²²

Fondamentale, per l'analisi che sto conducendo nella presente tesi, è sottolineare che, comunque, la posizione indicata varia tra l'altezza dei Reni, l'ombelico (luogo dove la vita è mantenuta, attraverso il cordone ombelicale), l'area genitale e il cosiddetto *cinabro inferiore* taoista (punto energetico basso addominale considerato radice energetica dell'uomo, nonché sede dell'energia sessuale).

“Il Rene è costituito da due organi: a sinistra vi è il Rene, a destra c'è Ming Men. Ming Men è la residenza di Jing/Shen, è la riunione di Yuan Qi. L'uomo a questo livello tesaurizza le sue essenze [Jing o sperma], la donna vi ancora il Bao (involucro della gestazione, utero)”.²³

Specificare il collegamento tra Rene e Ming men è essenziale in quanto mi permette di porre l'attenzione sullo stretto legame tra il Progetto esistenziale dell'individuo e la sua sede energetica situata nel rene e su quanto la salute o le possibili sintomatologie del rene possano essere connesse alla realizzazione o meno del Progetto dell'Anima.



È a partire dal Ming Men che i Tre Tesori iniziano a fondersi e inizia il mistero della vita.

²² Ming men (sorrisointeriore.it)

²⁴ Immagine tratta dal sito sorrisointeriore.it

Questa creazione originaria si ripropone costantemente nell' uomo e continua per tutta la vita: Jing, Qi e Shen continuano a influenzarsi l'uno con l'altro, trasformandosi e rigenerandosi per soddisfare alle esigenze vitali dell'individuo.

Al fine della tesi che sto conducendo - comprendere il collegamento esistente tra Progetto individuale, energia renale e quindi apparato urinario e energia sessuale e quindi apparato genitale- voglio sottolineare altri aspetti del procedimento embriologico energetico secondo la visione cinese, trattati nel libro "*L'Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica*" - Yvonne Mollard, Marco Maiola.

- 1) Per i taoisti, poiché la vita proviene dall'Acqua, i reni, che la gestiscono, sono i primi organi ad apparire. Il rene, nel suo aspetto *Ming Men* (quindi destro, aspetto Yang) dà origine a tutte le trasformazioni e a tutti i dinamismi che portano alla formazione dell'embrione. In particolar modo, il suo ruolo è essenziale nelle fasi di sviluppo dei reni, attraverso la formazione degli abbozzi renali nelle varie fasi embriologiche (*pronephros* (pronefro), *mesonephros*(mesonefro) e *metanephros* (metanefro). Questi abbozzi embrionali primordiali dei reni, in parte regrediscono con lo sviluppo (seppur il tragitto del meridiano del rene continua a percorrere le loro tracce) e in parte daranno origine ai reni effettivi dell'adulto e alle gonadi: chiamate dai Cinesi i "reni esterni".

- 2) I primi vasi energetici dell'organismo hanno la loro origine nel Ming Men:

- ***Chongmai***: primo a comparire al momento del concepimento; gestisce la formazione di tutto l'intero organismo; è il passaggio dal mondo delle potenzialità al mondo delle realizzazioni.
- ***Daimai***: cinge la Vita all'altezza dei Reni ed è come una cintura energetica che contiene e fascia tutte le cinture verticali, garantendo la non dispersione energetica.
- ***Renmai, Dumai***: sono il Vaso concezione e il Vaso governatore. **Il Vaso concezione è il portatore del progetto iniziale personale**; il Vaso governatore governa, appunto, i processi che permettono che l'attivazione del progetto rispetti delle regole e delle leggi necessarie al mantenimento del sistema uomo e del sistema universale.

Essi contribuiscono allo sviluppo cranio-caudale dell'embrione; occupano la parte mediale dell'organismo, uno anteriormente e uno posteriormente, costituendo insieme l'Orbita microcosmica. Un aspetto simbolico importante da sottolineare è che la somma dei punti di agopuntura dei meridiani di vaso concezione e di vaso governatore è uguale a 52: $5+2=7$. Sette quanti sono i giorni della creazione! Questi due meridiani sono fondamentali in questa corrispondenza progettuale tra il nostro microcosmo organico e il macrocosmo universale. Vaso concezione e Vaso governatore, inoltre, originatesi dal *Ming mai* all'altezza renale, si uniscono nel Perineo e nella Testa.

Per Elisabeth Rochat de la Vallée, una scrittrice che ha scritto vari libri sulla Medicina Tradizionale Cinese, il perineo, definito "*Il muscolo degli ancestri è certamente una formazione originale molto antica, facente da ponte nello sviluppo dell'individuo. Per cui, esso presiede alla formazione dell'abbozzo energetico che darà origine, in seguito, alla formazione dei meridiani muscolari: tutti i*

muscoli dell'organismo risultano quindi connessi al perineo."

La parola perineo deriva da *Perinaos*: "attorno al Tempio" e per regione perineale si intende tutta la zona delimitata dal pube, dall'inguine, dall'osso sacro e dal coccige oltre che la zona dei muscoli sessuali profondi.

È importante sottolineare come questa zona attraverso i suoi orifizi permette di eliminare dal corpo materiale "impuro" (urine, feci, mestruo nella donna) e permetta l'emissione dello sperma e delle secrezioni vaginali.

"Durante tutta la prima parte della vita embrionale, questi orifizi si presentano chiusi dalla membrana cloacale, questo per permettere a tutto lo Qi e lo Jing di essere utilizzati per la costruzione del corpo. I taoisti, nei loro sforzi per formare "l'embrione d'immortalità", si riportano nelle stesse condizioni del feto, chiudendo gli orifizi per accumulare Qi e Jing che serviranno a formare più Shen. Tutta la letteratura medica tradizionale cinese mette in guardia contro lo spreco del liquor seminale (Jing), fonte di Qi e di Shen.

D'altro canto, la tradizione stessa riferisce come l'atto sessuale sia consigliato tanto agli uomini quanto alle donne, per mantenersi in buona salute e per recuperare un buon equilibrio energetico durante le diverse malattie. In effetti, questo tipo di attività, fa circolare il Qi e stimola la formazione di grandi quantità di Jing, che conviene comunque risparmiare per vivere più a lungo." (Yvonne Mollard Marco Maiola).

Il perineo è in più strettamente legato al cervello:

PELVI	TESTA
Bacino	Cranio
Utero	Cervello
2-3 orifizi	5-7-9 orifizi
Riunione di <i>Yin</i>	Riunione di <i>Yang</i>
Riunione dei vasi straordinari	Riunione dei vasi straordinari
Si trova la porta dello "embrione di carne"	Si trova la porta dello "embrione dell'immortalità"

Tabella n.3 "Analogie tra zona pelvica e testa" - L'Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica-Yvonne Mollard Marco Maiola

Nello sviluppo embriologico, il polo cefalico e caudale si formano contemporaneamente e migrando alle due estremità dell'embrione diventano dei fulcri essenziali nello sviluppo, restando nell'adulto legati e connessi dai meridiani di Vaso concezione e Vaso governatore.

Ho desiderato sottolineare questi aspetti per sostenere l'ipotesi della mia tesi: ossia che l'energia sessuale può essere un'energia catalizzatrice per la creazione del nostro progetto individuale e della nostra realtà. Esistendo questo collegamento embriologico ed energetico tra il nostro cervello -che è la sede del Pensiero, della Mente, dell' Intenzione cosciente- e il perineo -che è il perno dell'energia

sessuale (l'energia creativa per eccellenza, che permette la manifestazione del reale, nel reale) e l'origine dell'energia muscolare dell'organismo (il concetto di muscolo è legato a quello di movimento, direzione, azione, processo)- si può comprendere come attraverso esercizi specifici l'energia sessuale può essere consapevolizzata e indirizzata verso i centri di coscienza superiori.

Da ciò può essere ipotizzabile come mai le varie culture hanno fatto della zona pelvica una zona da nascondere e di cui vergognarsi o altresì da enfatizzare e proteggere: è una zona energetica ad altissimo valore potenziale; esse è legata al mistero più profondo che custodiamo dentro di noi: la *capacità di creare*, non solo altri esseri viventi, ma anche la nostra stessa realtà. È una zona che ci fa essere dei 'Dei creatori' sulla Terra.

• **1.5 Dal progetto energetico alla materializzazione dell'individuo:
l'Embriologia come strumento**

Con la visione della Medicina Tradizionale Cinese, nel paragrafo appena concluso, ho posto l'attenzione su come il progetto energetico dell'individuo si crei prima del corpo fisico e come serva da struttura sulla quale poi la materia si va ad organizzare. Serve quindi un progetto che stabilisce un ordine e una finalità, serve un processo di azioni, di movimenti, affinché dallo stato progettuale si passi a quello materiale.

Attraverso l'Embriologia, andrò ora a porre l'attenzione su come la vita materializza un organismo attraverso la processualità dello sviluppo, soffermandomi sui collegamenti embriologici tra l'apparato urinario e l'apparato sessuale.

L'embrione è in un continuo procedimento creativo, compie continui gesti di trasformazione che gli permettono di acquisire forme specifiche; quindi, dei fenotipi che lo rendono in grado di assolvere a specifiche funzioni.

La vita, vista dal punto di vista embriologico, diventa un continuo morire alla forma precedente e un continuo rinascere alla nuova forma attraverso un processo evolutivo.

Questi concetti -alla base delle nuove scienze della *Fenomenologia embriologica e della Morfologia dinamica*- stanno generando un'importante apertura coscienziale e culturale: si sta aprendo un nuovo spiraglio di unione ed di incontro della Scienza e della Spiritualità, della Materia e dell'Anima, del Microcosmo e del Macrocosmo. Proprio attraverso lo studio del "processo del divenire umano".



“I gesti che l'embrione compie nel suo processo di sviluppo sono anche un'eco e una ricapitolazione dei gesti di sviluppo dell'Uomo come specie.

L'esistenza embrionale NON è una semplice fase passata della nostra vita, l'embrione esiste ancora dentro di noi: nella nostra esistenza inconscia e nel nostro corpo ed agisce come ANIMA”²⁵.

22-25 Dr.ssa Pandolfo Maria Pia, Specialista in Ostetricia e Ginecologia, esperta parto in casa, in acqua, VBAC, Omeopatia, Floriterapia, Kinesiologia - lezioni di embriologia anno 2020.

Nei paragrafi precedenti è stato analizzato sia in termini fisici quantistici che in quelli filosofico-energetici della Medicina Tradizionale Cinese, come alla base del tutto esista un progetto informativo che guida e sostiene la manifestazione materiale.

L'Embriologia, quindi lo studio dello sviluppo embriologico, dalla prima cellula fino alla nascita del nuovo individuo, diventa lo strumento che la natura utilizza per creare la materia biologica. Questa si viene a costituire grazie alla presenza dei cosiddetti "campi Morfogenetici": campi magnetici in cui le informazioni cosmiche primordiali restano intrappolate come in una ragnatela. I campi morfogenetici sono dei campi che appartengono a un ordine universale precostituito e sono dei campi relativi: campi integrativi che permettono di generare la forma in modo preordinato (riproducendo nel piccolo le forme, le proporzioni, le architetture del macrocosmo) a partire da un caos iniziale e di direzionare i processi di sviluppo.

Un campo morfogenetico è, così, un campo delle necessità che permette il passaggio dal vuoto alla materia sfruttando la polarità e il magnetismo intrinseci alla materia stessa.²⁶

Dalle teorie scientifiche degli ultimi anni, sembra che essi assolvano un ruolo fondamentale nello sviluppo embriologico: attraverso un ritmo specifico e ricreando un ordine cosmico avverrebbe, così, la trasformazione dalla prima cellula umana (unione della cellula uovo e dello spermatozoo) all'organismo completo dell'essere vivente.

Attraverso i campi morfogenetici risulterebbe influenzata anche l'espressione epigenetica del nostro DNA - ossia quali geni contenuti nel nostro codice genetico ogni cellula deve esprimere. In quest'ottica, i procedimenti chimici (metilizzazione, acetilazione degli istoni, fosforilizzazione, ecc) che mediano la lettura dei geni del DNA sono quindi consequenziali ai meccanismi fisici che agiscono sulla materia (campi morfogenetici, campi elettromagnetici, forze fisiche di compressione, torsione, ma anche la stessa forza di gravità, la posizione dei pianeti durante le varie fasi dal concepimento alla nascita; o le forze fisiche che si sviluppano nell'ambiente intrauterino, derivanti dalle emozioni o da eventuali traumi che la madre vive durante la gravidanza).

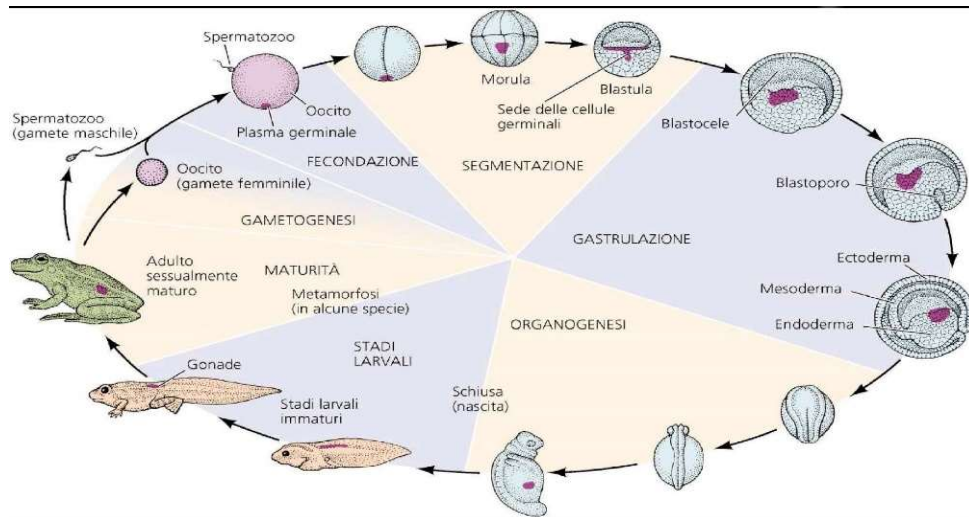
“Secondo la teoria embriologica biodinamica di Blechschmidt, non sarebbe il DNA a controllare lo sviluppo delle cellule, perché il DNA è uguale in tutte le cellule. Sono le forze fisiche esterne che comprimono il DNA e gli permettono di accendere/spengere quel determinato gene. Queste forze fisiche intrauterine (torsione o compressione), dirigerebbero, quindi, l'embrione e la differenziazione cellulare.”²⁷

Come abbiamo già visto nel primo paragrafo, ogni struttura che si crea è in rapporto alla funzione che svolge; ogni funzione risponde a una necessità esistenziale: la vita si sviluppa, così, seguendo un'economia fisiologica ottimizzata.

I gesti, inoltre, che l'embrione compie nel suo processo di sviluppo sono anche un'eco e una ricapitolazione dei gesti dello sviluppo dell'uomo come specie.

23 Dr. Alberto Caddeo, lezioni di Anatomofisiologica simbolica del 2017

“La storia della filogenesi è la storia dell'ontogenesi embrionale”



(immagine estrapolata dal materiale didattico di Embriologia della Dr.ssa Pandolfo)

• **1.6 La derivazione embriologica dell'apparato urinario e genitale**

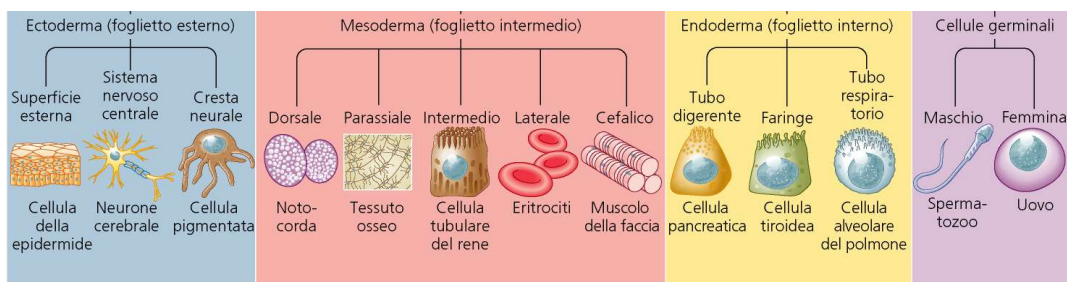
Tutti i tessuti dell'organismo adulto derivano da tre foglietti embrionali: Endoderma, Mesoderma, Ectoderma. Ciascuno di questi foglietti si è creato in una specifica fase evolutiva dello sviluppo della specie per soddisfare un bisogno vitale: è, quindi, legato a una specifica paura che la specie doveva superare. La cellula per miliardi di anni ha vissuto in ambiente acquatico, uscendo da esso ha dovuto affrontare nuove esigenze, come affrontare un nuovo ambiente, relazionarsi con gli altri e creare gruppo.

	Endoderma	Mesoderma	Ectoderma
Contesto	Se stessi: ambiente acquatico: riconoscere sé stessi	Ambiente: confrontarsi con l'ambiente non acquatico	Altri: confrontarsi e relazionarsi agli altri
Funzione primaria	SOPRAVVIVENZA	PROTEZIONE	RELAZIONE e CONTATTO
Paura primaria	Paura di morire	Paura di subire attacchi esterni	Paura della separazione
Bisogno primario	Nutrirsi	Guadagnarsi il diritto di essere nel sistema	Bisogno di creare contatto affettivo
Cervello connesso	Tronco cerebrale	Cervelletto e mesencefalo	Corteccia cerebrale
Organi derivanti	Organi incaricati della gestione metabolica	Organi preposti al mantenimento della	Preposti alla comunicazione

		struttura, del movimento e della riproduzione	
Conflitto emotivo collegato	Tutto ciò che implica una paura di morire (restare senza cibo, aria, acqua, luce, suono, essere abbandonati a sé stessi, lutti, perdite di lavoro); dover lottare per l'esistenza; la perdita di punti di riferimento o mezzi di sussistenza; sentirsi come dei pesci fuor d'acqua, non sentirsi "a casa" nel proprio ambiente.	Se non mi sento in grado di andare nell'ambiente e di essere una risorsa nasce l'autosvalutazione e la mancanza di autostima : non mi sento adeguato, non sono in grado di farcela.	Separarsi da qualcuno, da un animale, da una situazione o comunque da qualcosa per cui ne risente il contatto fisico e si perde il contatto di legame affettivo, fa sentire isolati, privati della comunicazione.

Comprendere questo risulta fondamentale: resta dentro di noi la memoria ancestrale connessa a quella paura che abbiamo vissuto nella nostra evoluzione.

Il collegamento con la derivazione embriologica risulta in Naturopatia molto importante in caso di un disturbo, di un sintomo, di una malattia: riportando l'attenzione all'origine embriologica dei tessuti compromessi, è possibile andare a comprendere l'emozione di fondo e il conflitto esistenziale che la persona sta vivendo a livello profondo.



(immagine estrapolata dal materiale didattico di embriologia della Dr.ssa Pandolfo, lezioni 2020)

Per quanto riguarda l'apparato urinario e l'apparato genitale, essi derivano principalmente dal foglietto embrionale del mesoderma. Il mesoderma a livello ancestrale si è sviluppato nel momento in cui l'individuo - dopo aver soddisfatto i suoi bisogni individuali di protezione e nutrimento legati al foglietto dell'endoderma - è pronto a confrontarsi con l'ambiente: la sua necessità ora è *guadagnarsi il diritto di essere nel sistema*.

Per poterlo fare serve che acquisisca qualità di sostegno, mobilità e forza. Se non riesce a fronteggiare l'ambiente, nasce in lui la paura di non essere in grado di farcela, quindi un senso di autosvalutazione e mancanza di autostima che fa sentire inadeguati alla vita (nel capitolo 2 dedicato al rene analizzerò in

modo più approfondito questa tematica).

Un'eccezione sono i tubuli collettori del rene di derivazione endotermica: la loro funzione è quella di mantenere inalterato l'equilibrio idrico organico. Attraverso un sistema idraulico ad alta ingegneria filtrano oltre 110 litri di acqua al giorno, eliminandone 1 - 1,30 di urina. **La regolazione dei liquidi all'interno dell'organismo è, così, legata alla paura ancestrale di ritrovarci senza una risorsa primaria per sopravvivere:** l'acqua, a livello primario, ma anche tutto ciò che per l'individuo è sostentamento primario. I meccanismi organici che prevedono la formazione di edemi e ritenzione idrica (spesso presenti anche in malattie renali) sono un meccanismo di omeostasi: si accumula acqua - elemento vitale - per tutelare e prolungare la vita il più possibile anche in condizioni di allarme (inizia ad emergere il collegamento tra acqua rene e paura).

Vista la derivazione embriologica del sistema urinario e del sistema genitale, in caso di disturbi a questi apparati, va tenuta in considerazione l'emozione di fondo che essi manifestano: anche a livello inconsapevole la persona sta vivendo una paura di morire, di restare senza un nutrimento per lei esistenziale o un senso di svalutazione e di non sentirsi all'altezza della sua esistenza e, probabilmente, di assolvere alla sua capacità procreativa e riproduttiva nell'ambiente.

- **1.7 Processo formativo dell'apparato urinario e delle gonadi**

L'apparato urinario è formato da tre componenti: i reni, le vie urinarie alte e le vie urinarie basse.

Queste tre componenti hanno diverse funzioni e anche diverse origini embrionali: i reni si originano dal metanefro, le vie urinarie alte dal mesonefro e le vie urinarie basse dal seno urogenitale (derivante a sua volta dalla cloaca, la parte inferiore dell'intestino primitivo).

Il pronefro si forma durante la terza settimana di gestazione e regredisce intorno all'ottava settimana. Il dotto del pronefro rappresenta una via escrettrice primitiva e rudimentale che scompare cranialmente per diventare il dotto mesonefrico di Wolff in posizione caudale.²⁸

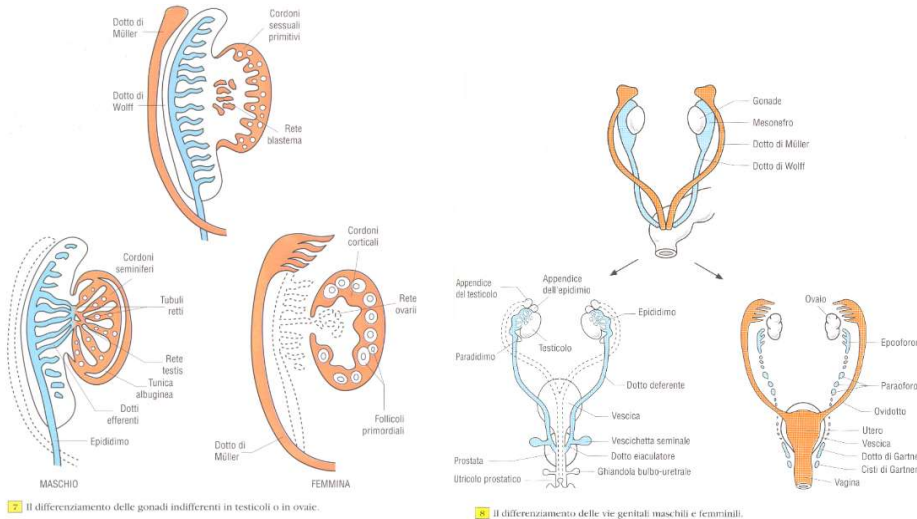
All'inizio della quarta settimana di sviluppo, il mesonefro dà origine a un sistema di tubuli o dotti che gradualmente regrediranno. La restante parte darà origine:

- ai nefroni renali;
- alla gemma ureterica, da cui deriveranno le vie urinarie alte;
- ai dotti di Wolff e di Muller: questi andranno a costituire l'apparato genitale primitivo indifferenziato.

Dal metanefro deriveranno i reni definitivi che inizialmente si trovano nelle pelvi uno vicino all'altro. Alla fine della nona settimana di gestazione raggiungono la posizione definitiva, migrando verso la parete laterale dell'addome. Durante la loro migrazione, subiscono una rotazione per cui l'ilo (la parte concava del rene), che all'inizio si trova in posizione ventrale, si rivolge medialmente.

²⁸ Embriogenesi e malformazioni dell'apparato urinario e genitale maschile - Nino Dispensa, Vincenza Alonge, Rosario Patti Alice Pavone, Rosanna Iacona

Oltre a questa derivazione dallo stesso processo embriologico che va a costituire i reni e l'apparato urinario, per quanto riguarda le vie genitali è fondamentale sottolineare che inizialmente gli abbozzi delle gonadi sono bipotenziali, perché possono svilupparsi sia in ovaie che in testicoli.



12 Il differenziamento delle gonadi indifferenti in testicoli o in ovaie.

13 Il differenziamento delle vie genitali maschili e femminili.

Nella femmina regrediscono sia i tubuli mesonefrici che i dotti di Wolff, mentre i dotti di Müller danno origine alle vie genitali femminili: le tube, l'utero e la vagina.

Nel maschio, invece, regrediscono i dotti di Müller, mentre i tubuli mesonefrici e i dotti di Wolff si differenziano nelle vie genitali maschili: il dotto di Wolff persiste e diviene dotto deferente.

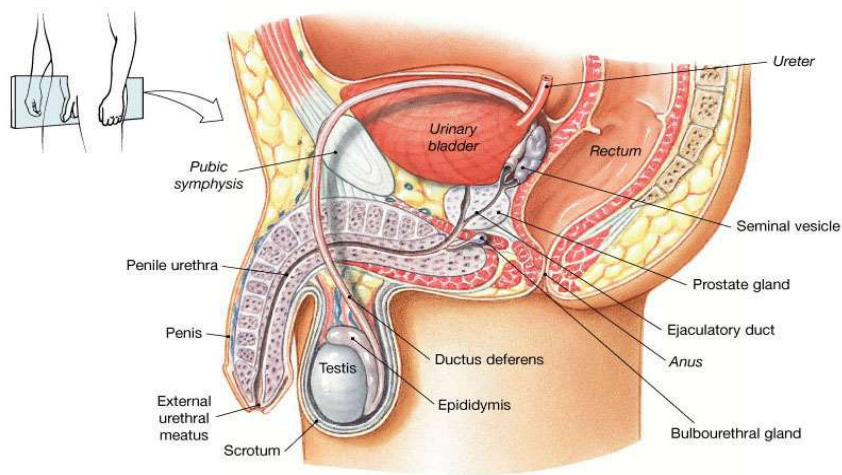
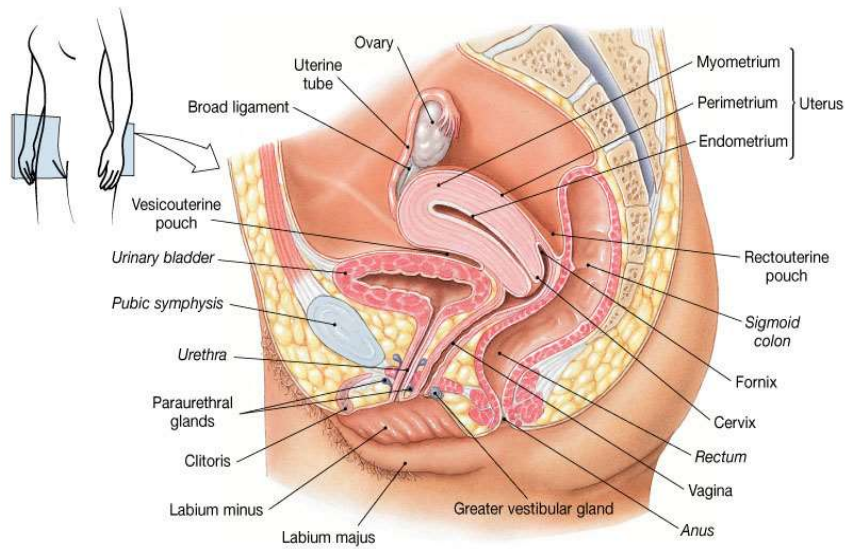
Così gli abbozzi delle vie genitali (i dotti di Wolff e i dotti di Müller) sono nettamente *unipotenziali*.

Il dotto di Wolff può differenziarsi soltanto nelle vie genitali maschili, e il dotto di Müller può differenziarsi soltanto nelle vie genitali femminili.

Questo ci permette di esprimere, ancora in altri termini, che è dentro di noi la *totipotenza* iniziale del Tutto: in questo caso la polarità femminile e maschile, a prescindere dal sesso di appartenenza.

Strutture indifferenti	Strutture maschili	Strutture femminili
gonade	testicolo, rete testis	ovaio
cellule germinali primordiali	spermatogoni	ovogoni
epitelio della cresta genitale	cellule del Sertoli	cellule della granulosa
mesenchima della cresta genitale	cellule del Leydig	cellule della teca
dotto di Wolff	epididimo dotto deferente dotto eiaculatore vescichette seminali appendice dell'epididimo	dotto di Gartner cisti di Gartner
dotto di Müller	appendice del testicolo utrículo prostatico	ovidotti, utero, cervice, terzo superiore della vagina
tubuli del mesonefro	dotti deferenti	epooforon, paraoforon
seno urogenitale	prostata, vescica, uretra, ghiandole di Cowper	due terzi della vagina, vescica, uretra
tubercolo genitale	pene	clitoride
pieghe urogenitali	uretra peniena	piccole labbra
rigonfiamenti genitali	scroto	grandi labbra

13 Il destino degli abbozzi indifferenti nelle strutture genitali maschili e femminili.



29

Capitolo 2: il RENE

• 2.0 Premessa

Il secondo capitolo ha come oggetto il Rene che andrò a trattare sotto vari aspetti. Come l'essere umano nella sua integrità, ogni nostra cellula e ogni nostro organo sono multidimensionali.

È per questo motivo che lo tratterò nel suo aspetto:

- fisico anatomico e fisiologico;
- energetico prendendo spunto dalla Medicina Tradizionale Cinese;
- simbolico-archetipale e spirituale.

Il tutto sarà svolto tenendo conto della chiave di interpretazione naturopatica umanistica, al fine di porre l'attenzione sul vissuto profondo psico-emotivo alla base di un eventuale disagio, sintomo o malattia di questo sistema.

In chiave naturopatica, è fondamentale sottolineare che il disagio, il sintomo e la malattia sono degli strumenti importanti di evoluzione e fanno parte del "*linguaggio comune con cui la natura comunica con i suoi esseri*"³⁰, sono un linguaggio che il nostro corpo utilizza per parlare con noi e per darci l'opportunità di comprendere, consapevolizzare e trasformare aspetti fondamentali della nostra esistenza. Siamo in genere abituati a considerare i nostri disagi (dai più piccoli ai più gravi sia sul piano fisico, emotivo, energetico che relazionale) come dei nemici o come delle disgrazie cadute dal cielo per opera di chissà chi o della vita; la Naturopatia ci offre invece una visione alterativa: essi sono dei nostri alleati se permettiamo loro di esprimere il messaggio che hanno per noi e se desideriamo comprendere che significato hanno nella nostra vita proprio nel momento in cui si manifestano. Sono delle opportunità che la vita ci offre per prenderci la responsabilità della nostra esistenza, del nostro progetto personale e per ritornare nella nostra piena centratura e recuperare il nostro potere personale.

L'obiettivo fondamentale della Naturopatia -come viene descritto nella NORMA UNI 11491 nel punto 3.11- è arrivare a comprendere la causa profonda del disturbo (che è rintracciabile sul piano psicoemotivo, energetico, spirituale e che si manifesta a livello fisico: la punta dell'iceberg dell'essere umano multidimensionale) e trattare la persona nella sua totalità, quindi su tutti i piani della sua esistenza, con un approccio individualizzato. Questo è importante al fine di riarmonizzare e riequilibrare i sistemi di regolazione dell'organismo e i meccanismi innati di autoguarigione, stimolare la forza vitale e sostenere la persona a compiere un percorso di consapevolezza della propria esistenza: cogliere l'opportunità nascosta nei disagi che si vivono e valorizzare la propria unicità per realizzare il proprio progetto di vita.

• 2.1 Fisiologia dell'apparato urinario

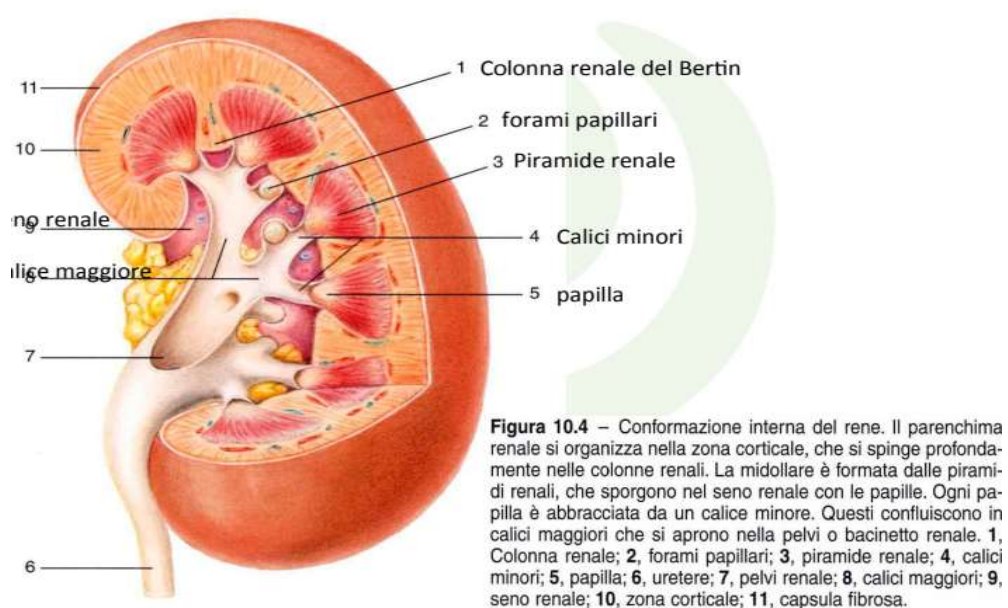
Il rene, a livello anatomico fisiologico, fa parte dell'apparato urinario, detto anche apparato escretore.

Gli organi che formano tale apparato sono:

1. ***I Reni:*** due organi di circa 10 cm posti ai due lati della colonna in sede

³⁰ Tonella Doro, materiale didattico, lezioni di linguaggio degli organi anno 2020/2021, EUNAM INSTITUTE

retroperitoneale tra la XII vertebra toracica e la III lombare. Il destro è più basso per la presenza del fegato. Sono a forma di fagiolo con una parte concava medialmente e una convessa lateralmente. Nella parte centrale si trova l'ileo renale costituito dal *peduncolo neuro-vascolare* (arteria e vena renale, fascio nervoso del sistema nervoso simpatico) dalla pelvi e dall'emergenza dell'uretere. L'unità funzionale del rene è il *nefrone* costituito a sua volta dal *glomerulo* (che agisce da superfiltro permettendo il passaggio di acqua, elettroliti e piccole molecole; non permette il passaggio di cellule del sangue né di grandi molecole proteiche) e dal *tubulo* (dove avvengono i processi di riassorbimento e di secrezione con la eliminazione di molte sostanze, compresi i farmaci). Sopra ai due reni si trovano le ghiandole endocrine surrenali.



2. **Gli Ureteri:** i due tubi fibromuscolari che collegano ciascun rene alla vescica.
3. **La Vescica:** il viscere cavo dove viene raccolta l'urina.
4. **L'Uretra:** il condotto che permette lo svuotamento della vescica, veicolando l'urina all'esterno.

Da un punto di vista fisiologico, le funzioni renali sono principalmente di tre tipi: secretorie, regolatorie, metabolico-endocrine (Tabella 1).

³¹Immagine da materiale didattico EUNAM INSTITUTE; lezioni di organogenesi e linguaggio degli organi del Dr. Marcello Monsellato

Tabella 1 - Le funzioni del rene

<i>Escretoria</i>	<i>Regolatoria</i>	<i>Metabolico-endocrine</i>
<i>Escrezione dei prodotti di scarto del metabolismo</i>	Regolazione di: <ul style="list-style-type: none"> • <i>Volume ematico circolante</i> • <i>Osmolarità dei fluidi corporei</i> • <i>Bilancio elettrolitico</i> • <i>Bilancio acido-base</i> • <i>Pressione arteriosa</i> 	<i>Attivazione della vitamina D</i> <i>Produzione di renina</i> <i>Produzione di eritropoietina</i>

1. Funzione escretoria, ossia funzione di filtrazione ed escrezione dei rifiuti cellulari attraverso la formazione, l'accumulo e l'eliminazione dell'urina.

Con le urine si eliminano sostanze organiche e chimiche idrosolubili (ormoni, farmaci, fitoterapici, sostanze chimiche, ecc.) che sono state portate via dal mare interno – ossia dall'ambiente extra-cellulare - attraverso il sistema di drenaggio del sistema linfatico.

Per mezzo della produzione dell'urina, quindi, vengono espulsi i cataboliti dell'organismo, ossia i prodotti di scarto derivanti dal metabolismo cellulare, tissutale e organico.

Tra questi cataboliti, la sostanza principalmente eliminata è *l'ammoniaca*: lo *ione ammonio NH₃* è molto velenoso per il corpo, in quanto attacca la *guaina mielinica* degli *assoni*. Questa viene prodotta ed eliminata con il *ciclo dell'urea*:

La corretta eliminazione delle scorie dall'organismo è di fondamentale importanza per permettere il mantenimento di quello che, in chiave naturopatica, possiamo dire essere un'equazione esistenziale per il mantenimento della vita in uno stato di salute:

$$\text{NUTRIMENTO}=\text{ELIMINAZIONE.}$$

La vita è un'equazione perfetta e così anche il funzionamento del nostro sistema organico. Questo, infatti, è un sistema energetico, e, come tutti i sistemi energetici, il mantenimento tra DARE e AVERE va mantenuto in equilibrio. Il rapporto tra ciò che introduciamo sotto forma di nutrimento e ciò che eliminiamo come scorie, quindi, va saputo bilanciare e gestire, altrimenti determina degli squilibri a cui l'intero sistema dovrà far fronte. Questo aumenta il dispendio energetico ed è *un costo biologico* aggiuntivo a cui l'organismo intero dovrà far fronte.

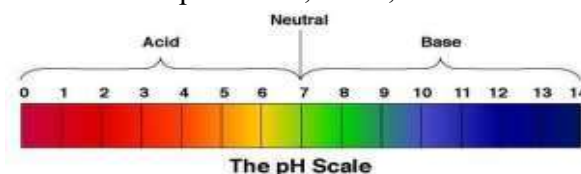
Esiste un DARE-AVERE cellulare, tissutale, sistemico oltre che un rapporto NUTRIMENTO-

ELIMINAZIONE su tutti i piani della nostra esistenza: essendo costituiti da vari livelli, il nostro nutrimento non è solo alimentare per nutrire il piano fisico, ma ci nutriamo anche con i nostri pensieri, con le nostre relazioni, attraverso le abitudini che abbiamo, la musica o le notizie che ascoltiamo: tutto ciò a cui dedichiamo il nostro tempo e la nostra attenzione diventa un nutrimento per il nostro essere. Come ciascun piano va alimentato, va anche pulito e drenato, quindi, è importante che l'individuo sappia gestire anche ciò che è necessario eliminare dalla sua vita, ciò che bisogna lasciar andare, perché è una tossina che altrimenti intossica e va ad alterare in qualche modo la fisiologia organica.

Il rene, detto ciò, ricopre un ruolo di primaria importanza in questa funzione di filtraggio sia a livello biochimico, che a livello di pensieri, di emozioni, di energie, nelle relazioni con le persone e con gli oggetti, ecc. La sua attività è coinvolta nel discernimento di cosa è utile e va, quindi, mantenuto e continuato ad alimentare nella nostra vita, da cosa, invece, è inutile e va eliminato.

2. Funzione regolatoria:

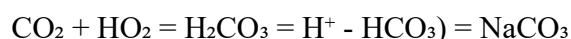
- del *volume ematico (sanguigno)*;
- dell'*osmolarità dei fluidi corporei*, ossia la concentrazione ematica di numerose sostanze (quali metaboliti ed elettroliti);
- del *bilancio elettrolitico*: la regolazione degli ioni all'interno dell'organismo è fondamentale: potassio, sodio, cloruro e bicarbonato hanno infatti un ruolo essenziale per l'integrità della struttura delle proteine, per la permeabilità delle membrane, per il mantenimento del PH, per la propagazione dell'impulso nervoso e per la contrazione muscolare;
- del *bilancio acido-base*: l'insieme dei processi fisiologici che l'organismo mette in atto per mantenere al suo interno un livello di acidità compatibile con lo svolgimento delle principali funzioni metaboliche. Grazie a questi processi, il pH (la misura degli idrogenioni) del sangue è normalmente mantenuto su valori compresi tra 7,35 e 7,45.



I sistemi tampone:

- assorbono H⁺ in caso di ambiente acido
- rilasciano H⁺ in ambiente basico.

L'anidride carbonica prodotta normalmente dalla respirazione cellulare CO₂ agisce sul pH acidificandolo, per questo va trasformato o eliminato: il rene è coinvolto nella sua trasformazione attraverso la reazione:



- del mantenimento della *pressione arteriosa* e dell'*equilibrio idrico* fondamentale per eliminare l'acqua in eccesso ingerita con cibi e bevande e quella derivante dall'ossidazione

delle molecole. L'acqua, oltre ad essere eliminata con le feci e per evaporizzazione con la sudorazione della pelle, infatti, viene escreta principalmente attraverso le urine (circa 1 litro e mezzo al giorno derivante dalla filtrazione di circa 110 litri di sangue- die).

3. Funzione metabolico - endocrina

I reni svolgono un ruolo importante anche nel *sistema endocrino*, sia come produttori di *ormoni* ad azione sistemica e locale (*Eritropoetina*, per stimolare la produzione di globuli rossi; *Calcitriolo*, versione attiva della vitamina D per il metabolismo del calcio; per il controllo della pressione sanguigna), sia come organo bersaglio di ormoni (*renina-angiotensina-aldosterone*, *vasopressina* o *ADH (antidiuretic Hormone)*, *peptidi natriuretici atriali*) che prodotti in altri siti organici ne influenzano, così, la sua funzionalità (Tabella 2).

Tabella 2 – Ormoni che influenzano la funzione renale ³²

Ormoni	Bersaglio renale	Effetti
Aldosterone prodotto dai surreni	Ansa del nefrone, TCD ³³ , DC ³⁴	Promuove il riassorbimento di Na ⁺ , la secrezione di K ⁺ ; indirettamente promuove il riassorbimento di Cl e H ² O; mantiene il volume sanguigno e riduce il volume delle urine
Angiotensina II	Arteriole afferente ed efferente, TCP ³⁵	Riduce le perdite di acqua, favorisce l'assunzione di acqua, costringe i vasi sanguigni, aumentando la pressione sanguigna. Agisce come vasocostrittore sistemico; aumenta la VFG ³⁶ ; stimola il TCP a riassorbire NaCl e H ² O; stimola la secrezione di aldosterone e ADH ³⁷ ; stimola la sete.
Ormone antidiuretico	Dotto collettore	Promuove il riassorbimento di acqua; riduce il volume delle urine; aumenta la concentrazione.
Peptidi natriuretici	Arteriole afferenti ed efferenti, dotto collettore	Dilatano le arteriole afferenti; costringono le arteriole efferenti; aumentano la VFG; inibisce la secrezione di renina, ADH ed aldosterone; inibisce il riassorbimento di NaCl dal dotto collettore, aumenta il volume di urina, riduce la pressione sanguigna.
Calcitonina	DCD	Ha effetti simili al PTH ³⁸ .
Calcitriolo	DCD	Ha effetti simili al PTH.
Adrenalina e noradrenali	Apparato luxtglomerulare, arteriola afferente	Induce la secrezione di renina; costringe l'arteriola afferente; riduce la VFG e il volume delle urine.

³²fonte: "Anatomia e fisiologia Saladin, Quinta edizione

³³tubuli contorti distali

³⁴dotto conduttore

³⁵tubuli contorti prossimali

³⁶velocità di filtrazione glomerulare

³⁷Ormone antidiuretico

³⁸paratormone

na		
Ormone paratiroideo	TCP, TCD, ansa del nefrone	Promuove il riassorbimento di Ca ² dall'ansa del nefrone e dal TCD; aumenta l'escrezione di fosfato dal TCP, promuove la sintesi del calcitriolo.

Dopo questo breve excursus fisiologico e biochimico, possiamo iniziare a comprendere la valenza che il rene ha su tutto l'organismo e quanto sia importante occuparci della sua salute.

Per quanto riguarda il focus della tesi che stiamo analizzando, ossia l'interazione tra i reni, la sessualità e il progetto personale risulta interessante sottolineare che:

- in condizioni di buona salute dell'apparato urinario, il rene elimina l'ormone ipofisario della prolattina (PRL), un ormone che è legato alla cura della prole e alla conservazione della specie. Seppur prodotto anche nell'uomo (è coinvolto infatti nella regolazione metabolica, nella regolazione dei fluidi e del sistema immunitario), è un ormone tipicamente femminile, il cui organo bersaglio è la ghiandola mammaria; svolge un ruolo importante nell'allattamento e nel ciclo mestruale della donna. In caso di funzionalità renale ridotta, questo ormone viene trattenuto e crea un sistema *feed-back*³⁹ alterato con gli ormoni principali con cui la sua quantità nel flusso ematico viene regolata (*dopamina, estrogeni e ossitocina*). Questo significa che una situazione di iperprolattinemia (ossia aumentata concentrazione di prolattina nel sangue) va a infierire sul fisiologico assetto degli ormoni sessuali che regolano l'ovulazione e le mestruazioni, portando ad amenorrea, anovulazione e disfunzioni gonadiche nell'uomo e nella donna che possono portare anche ad infertilità⁴⁰.
- essendo il rene legato alla vitamina D, esso è strettamente connesso con il metabolismo del calcio e con la densità ossea. Questa tende ad abbassarsi con la menopausa e l'andropausa, fasi strettamente legate a cambiamenti nella sessualità dell'individuo;
- la produzione di *eritropoietina* stimola la produzione di sangue che è l'elemento corporeo che più ha a che fare con la nostra identità, quindi su chi siamo, su quanto ci riconosciamo e quanto su questo discernimento preliminare viviamo una vita allineati al nostro Sé e al suo progetto.

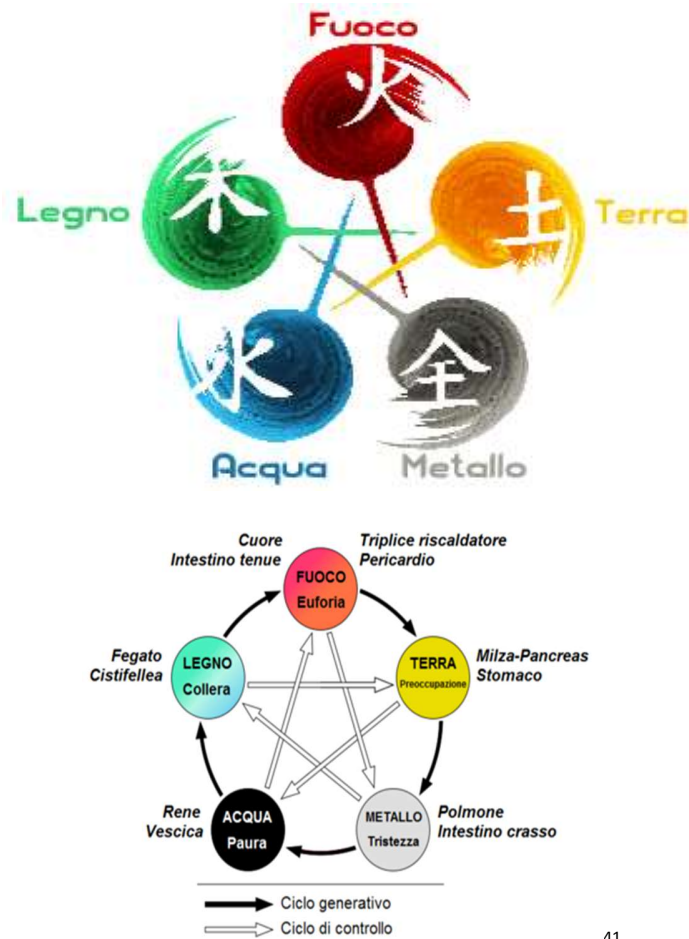
• 2.2 Il Rene nella Medicina Tradizionale Cinese: la Loggia Acqua

Vediamo ora il Rene all'interno della visione fisiologica energetica della medicina tradizionale cinese. Come già accennato nel capitolo precedente, un concetto alla base di questa filosofia è "la teoria dei cinque elementi", secondo la quale tutti i fenomeni in Natura e, quindi, nell'uomo, suo microcosmo, si possono classificare attraverso le caratteristiche dei cinque elementi esistenti. Questi sono interconnessi

³⁹Il feedback è un meccanismo di regolazione biologica secondo la quale uno stimolo o una sostanza può inibire (feed back negativo) o può far aumentare la produzione di un'altra sostanza nel sangue (feed-back positivo).

⁴⁰FIR, Fondazione Italiana del Rene

gli uni agli altri attraverso trasformazioni dirette o indirette (definite anche rapporto padre-figlio e nonno-nipote) che garantiscono la costante ciclicità dei fenomeni naturali e il mantenimento dei loro equilibri: un elemento aumenta o diminuisce per compensare le alterazioni di un altro, influenzandosi così a vicenda.



41

All'interno dell'organismo questi elementi corrispondono a cinque logge energetiche, ciascuna costituita da un binomio di un organo Yin e di un viscere Yang. Esse sono:

- Fegato-vescicola biliare (legno)
- Cuore-intestino tenue (fuoco)
- Milza-pancreas-stomaco (terra)
- Polmone-intestino crasso (metallo)

⁴¹Immagine da <https://www.bing.com>

- Reni-vescica urinaria (acqua)

In questo sistema i Reni, quindi, sono in associazione al viscere della vescica urinaria e fanno parte della loggia energetica dell'Acqua, la loggia del massimo YIN energetico: sono nutriti direttamente dall'energia del Polmone (loggia metallo), alimentano l'energia del Fegato (loggia legno) e, attraverso un legame indiretto, sono connessi alla loggia Cuore (Fuoco) e a quella della Milza-Pancreas (Terra).

Vediamo nella seguente tabella a cosa sono associati i reni e cosa gestiscono nell'ottica della Medicina Tradizionale Cinese:

ELEMENTO	QUALITÀ	STAGIONE	COLOR	SAPOR	ODORE	EMOZIONE DEPOTENZIANTE	EMOZIONI TONIFICANTI	LEGATO A:
Acqua	Freddo	Inverno	Nero	Salato	Putrefatto	Paura	Volontà Iniziativa Determinazione Prudenza Fiducia	Energia vitale Informazione Memoria Progetto Coscienza

- **Reni e sede del Jing**

I reni, come abbiamo già visto nello scorso capitolo, sono *la sede dello Jing*, dell'energia vitale ancestrale: è in loro un pacchetto energetico, un corredo che, a seconda dell'uso che ne facciamo, determina la durata della nostra Vita (gli stravizi di ogni genere, tra cui quelli alimentari o un'attività sessuale sregolata possono velocizzarne l'esaurimento).

Lo *Jing*, essendo il codice genetico-energetico ereditato, è, quindi, strettamente legato al concetto di *codice informativo*, di *inconscio personale e collettivo*, di *memoria*.

Sappiamo bene che il *codice informativo* a livello cellulare è rappresentato dal nostro DNA e che esso è legato sia alla nostra genetica (ciò che ereditiamo dai nostri genitori) ma anche alla nostra epigenetica, ossia quali caratteri fenomenologici l'individuo esprime in base alle informazioni che riceve dall'ambiente.

Fino a qualche anno fa, nella visione scientifica, vigevo l'ipotesi del *determinismo genetico*: si pensava che solo i geni di un organismo, determinassero il modo in cui un organismo agisce o cambia nel tempo e rispetto all'ereditarietà di certe malattie. Questa visione, in qualche modo, ha condizionato l'uomo nel sentirsi soccombere passivamente a un verdetto "di predisposizione familiare". Le ultime scoperte scientifiche hanno sviluppato molto il campo dell'epigenetica, ossia la branca della genetica che studia tutte le modificazioni che generano variazioni dell'espressione genica senza però alterare la sequenza

del DNA, senza provocare modificazioni nella sequenza dei cromosomi. Quindi l'epigenetica è lo strumento che controlla nella cellula la struttura tridimensionale del DNA, mediandone l'accessibilità o l'inaccessibilità alle informazioni contenute. Queste scoperte hanno determinato un cambio di paradigma radicale nella comprensione dei meccanismi della vita: con lo sviluppo sempre più imperante dell'epigenetica si sta riconoscendo, nella regolazione dei processi biologici che controllano l'espressione genica, un ruolo fondamentale all'ambiente e alle informazioni da esso derivanti. L'espressione epigenetica delle cellule e dell'individuo stesso nella sua totalità, dipende dall'interazione con l'ambiente, e per ambiente si intende sia quello in cui la persona vive (affettivo, sociale, elettromagnetico, ecc.) e sia l'ambiente interno della persona (le emozioni che proviamo, gli schemi comportamentali a cui rispondiamo, il cibo che introduciamo, il sistema di credenze del nostro inconscio a cui rispondiamo in modo automatico).

In questo senso biologico l'uomo assume un ruolo primario nella sua esistenza: è responsabile della sua vita ed è la modifica delle sue credenze interiori, delle sue emozioni, delle sue abitudini, dei suoi schemi comportamentali che modificano la sua epigenetica, quindi anche del suo stato di salute o malattia. Come scrive il biologo Bruce Lipton nel suo libro *“La biologia delle credenze”*:

“La vita dipende dalla capacità di adattarsi ai continui cambiamenti dell'ambiente e la fisica quantica sostiene che la mente controlla il corpo: se cambi mentalità, cambi la tua vita. La malattia è connessa con l'attività mentale, non con qualcosa di fisico. Il pensiero negativo è potente, così come lo è quello positivo: le cellule rispondono e reagiscono all'ambiente! Se le togliamo da un ambiente negativo e le portiamo in un ambiente positivo e sano, non necessitiamo farmaci. Per cui quello che ci serve è semplicemente cambiar stile di vita, il nostro modo di pensare, le nostre convinzioni. Cambia ambiente, cambia il tuo modo di reagire agli eventi e guarirai, perché il tuo modo di stare al mondo influenza il tuo benessere o il tuo malessere. Tutto dipende da te. Se l'ambiente e il pensiero influenzano la nostra biologia, questo può cambiare le conoscenze e le esperienze vissute fino a oggi da gran parte di noi. Infatti, ognuno di noi ha le potenzialità per creare una vita piena e traboccante di ogni dono e talento, a partire da salute, felicità e amore”

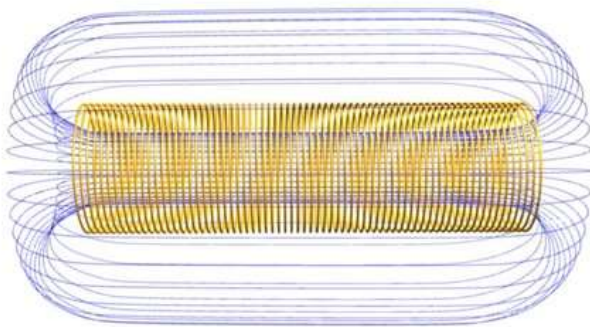
Da questa citazione prendo spunto per sottolineare che in ogni nostra cellula, nel nostro Dna abbiamo l'informazione del Tutto, siamo degli individui totipotenti e pluri-potenziati, con un infinito dentro che aspetta il nostro permesso, la nostra volontà, per manifestarsi nella realizzazione del nostro progetto individuale.

Altro concetto fondamentale che emerge è quello di *responsabilità individuale* della propria esistenza: venendo meno l'esclusività data per anni al fattore ereditario, viene meno in qualche modo la tendenza al delegare la colpa di come si è e di cosa si esprime nel mondo ai propri genitori; assume, così, un valore rilevante il lavoro interiore di consapevolezza di se stessi. Una carenza energetica renale, un vuoto dello *Jing acquisito* potrebbe così indicare una difficoltà dell'individuo a staccarsi dal modello familiare e a esprimere la propria vera natura nell'ambiente e quindi a manifestare il proprio progetto personale. Questo può determinare tensioni psicoemotive profonde nella persona che possono alterare il suo equilibrio e il suo stato di salute.

La responsabilità individuale e la trasformazione della nostra informazione genica ha, inoltre, un impatto importantissimo sulla prole, infatti la qualità dello *Jing* del nascituro dipenderà dallo stato dello *Jing* dei due genitori nel momento del concepimento (condizionato, ad esempio, dallo stato di salute o di infermità, dallo stato emotivo, da cosa si è mangiato, se si è lucidi o ubriachi, dal livello di evoluzione dei due genitori, se si sono usate o meno pratiche taoistiche e tantriche per facilitare il concepimento, ecc.): come scrive ancora *Bruce H. Lipton* “C’è però un fattore molto importante che riguarda il periodo prenatale, che ha il suo peso nella vita di una persona. La genitorialità consapevole fa una meravigliosa differenza: dobbiamo comprendere il ruolo che svolgiamo nel programmare le convinzioni dei nostri figli e l’impatto che quelle convinzioni hanno sulla loro vita.”⁴²

Proseguendo la trattazione sulle qualità dello *Jing*, essendo esso informazione, lo stesso rene è portatore energetico dell’informazione dell’individuo. Come abbiamo già analizzato nel primo capitolo, a livello quantistico è l’informazione alla base di Tutto l’Universo ed è proprio l’informazione che dà forma alla materia (come la parola “*in-forma-re*” appunto esprime). In tal senso risulta fondamentale sottolineare che il nostro DNA, oltre al più conosciuto aspetto biochimico - la sua composizione molecolare costituita da nucleotidi e proteine istoniche⁴³- ha un importante aspetto biofisico.

Come viene esposto in un articolo del portale di divulgazione scientifica epigeneticaevolutiva.it, il dottor Edward Elson, ricercatore dell’università del Maryland, ha studiato il campo elettromagnetico



del DNA, ipotizzando che il flusso di cariche elettriche che lo attraversano possa generare la forza necessaria per regolare processi biologici fondamentali. Il campo elettromagnetico del DNA sembra cambiare in base alla struttura tridimensionale che assume la cromatina: si è osservato che a uno specifico livello di compattamento, nella conformazione a 30 nm, il DNA assume una struttura a solenoide. È proprio in questa forma che il DNA, oltre alla sua capacità

già da prima dimostrata di essere un passaggio di corrente elettrica è in grado di generare un campo elettromagnetico.⁴⁴

Come sostiene Mauro Lavalle nel suo libro “*Fisica Quantistica, Fisica della Vita*”: “*Le cellule presenti nel nostro organismo sono in costante e continua comunicazione tra loro attraverso scambi di messaggi elettromagnetici con precisi effetti biologici e possono emettere e ricevere, tramite il DNA che funziona come un’antenna ricevente-trasmittente, segnali frequenziali*”.

Questo significa che attraverso i campi elettromagnetici del Dna, noi ci connettiamo al campo di informazione universale: a seconda della vibrazione che il nostro DNA genera, andiamo in risonanza

⁴²La Biologia delle Credenze, *Bruce H. Lipton*

⁴³Le proteine istoniche svolgono la funzione di compattare il DNA nel nucleo affinché la sua lunghezza di circa 2 metri, venga raggomitolata su se stessa e possa entrare nella cellula dalle dimensioni di pochi nanometri.

⁴⁴ Campo elettromagnetico generato da una struttura solenoide - Immagine da Bing.com

con specifiche informazioni del Campo informativo e comunichiamo elettro-magneticamente e quantisticamente con tutto ciò che esiste in ogni parte dell'Universo.

Rispetto a questo, quindi, il rene, nella sua fisiologia energetica è strettamente connesso alla gestione dell'omeostasi informativa e comunicativa sia a livello organico (comunicazione tra cellule, organi e apparati), sia a livello collettivo (comunicazione nel mondo, tra entità della stessa specie, tra specie, tra pianeti, tra sistemi). Ognuno di noi è portatore di una grande quantità di informazione, di cui spesso è inconsapevole: progredire nello stato di coscienza ha a che fare proprio con il consapevolizzare una parte di questo bagaglio informativo inconscio. Nei tempi moderni stiamo, inoltre, attraversando una fase di profonda rigenerazione del sistema informativo collettivo: siamo bombardati da un'ingente quantità di informazione in tutti gli aspetti della nostra Vita: l'uomo stesso continua a produrre informazione e sviluppa nuove abilità per rendere questo sapere pratico e trasformarlo, quindi, in tecnologia. Questo crea un ulteriore feedback per svegliare altre risorse dentro ognuno di noi. Tutto questo procedimento, estremamente tangibile ai giorni moderni, è sempre una dinamica renale a cui il sistema uomo ha da fare i conti e che può in qualche modo scaricare la loggia Acqua.”⁴⁵

Lo Jing, portando il codice informatico, è legato così alla memoria della Vita. Come abbiamo visto nel primo capitolo, l'acqua stessa per la sua natura è informata e mantiene le memorie: *“l'acqua si comporta come un nastro magnetizzato, conserva le informazioni ricevute e memorizza le caratteristiche della sequenza del DNA”*⁴⁶. Il rene, nella sua fisiologia energetica risulta, così, strettamente legato alla gestione e alla rielaborazione della memoria dei traumi, che risultano ovviamente legate alle nostre paure più profonde.

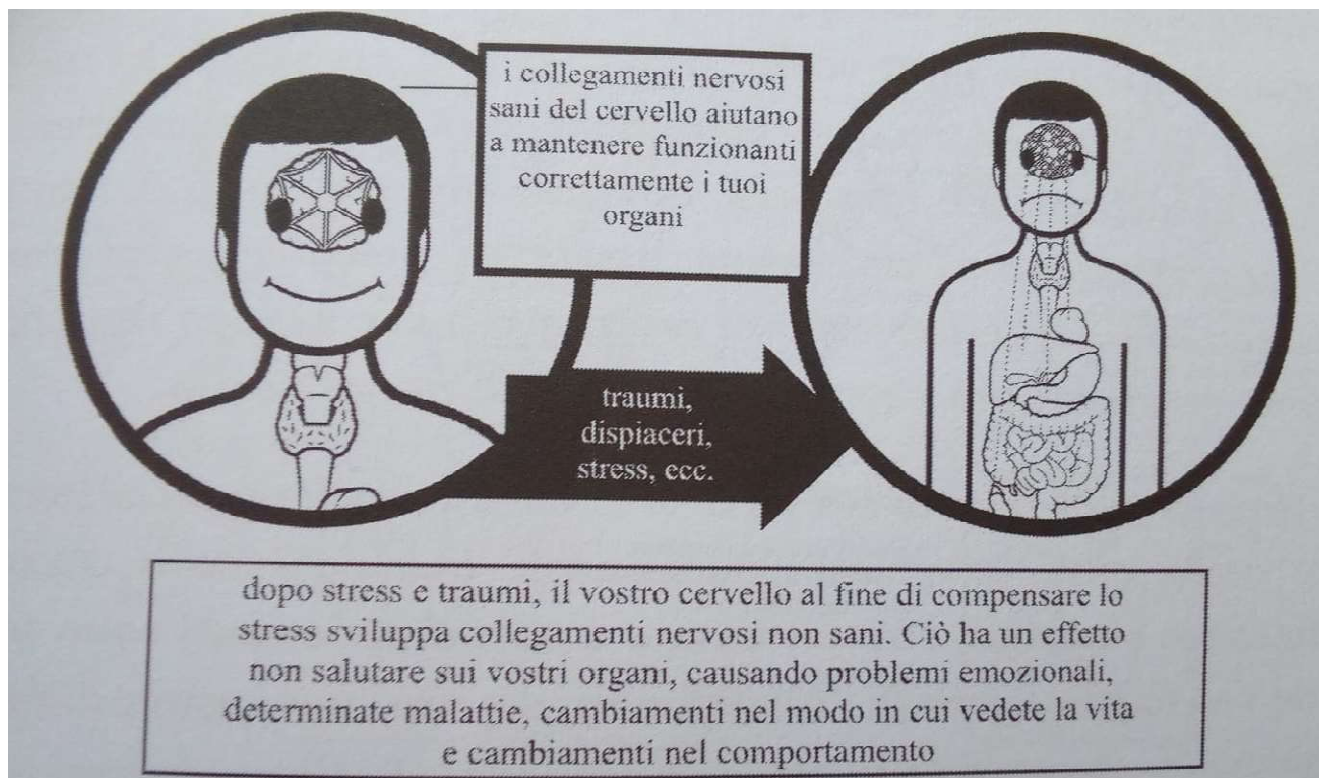
*“Le zavorre emozionali che ci portiamo dal passato eventi negativi non elaborati che rappresentano dei pesi che drenano grandi quantità energetiche sciogliere i nodi che inconsciamente abbassano il nostro quantum è fondamentale ma questo bisogna capire come percepiamo il tempo e in che modo esso è collocato a livello inconscio il proprio presente dipende da due elementi che sono il passato e il futuro il nostro presente è dato dalla somma di memorie antiche le memorie non sono altro che pacchetti olografici collocati fisicamente attorno a noi è come se intorno a noi fossero dislocate le memorie del passato e gli ologrammi delle azioni future questi ologrammi sono collocati su una linea immaginaria sulla quale è necessario lavorare per trasformare le zavorre emozionali del passato ridisegnare il proprio futuro.”*⁴⁷

⁴⁵Marko Solomon, Medico secondo la tradizione medica cinese, oncologo, ricercatore, esperto di Antropologia medica, di Info-biologia e di Nutraceutica e Infoceutica- materiale didattico EUNAM Institute, lezioni di “sistemi di omeostasi”.

⁴⁶www.epigeneticaevolutiva.it

⁴⁷ Il potere della mente quantica, Vincenzo Fanelli – William Bishop, Macro

Come spiega il Dr. Ameet Aggardwal Nd. nel suo libro *“Guarire il corpo, liberare la mente”*, qualsiasi evento traumatico di natura fisica o emotiva condiziona la nostra vita. Il nostro cervello limbico, infatti, strettamente legato alle nostre emozioni, continua a risentire di quell’evento e in modo inconscio condiziona la nostra vita, il modo di osservare il mondo che ci circonda e di godere del nostro presente pienamente. Si crea, infatti, uno squilibrio a livello ormonale e nella neurotrasmissione; questo porta l’organismo in uno stato di stress cronico, caratterizzato da una condizione di infiammazione cronica costante. Tutto ciò genera dei blocchi energetici e psico emotivi che trattengono la nostra vitalità, e ci rallentano nella realizzazione di noi stessi e del nostro progetto di Vita.



⁴⁸Come spiega la psichiatra, psicoterapeuta e counselor Erica Francesca Poli, una sindrome post-traumatica è strettamente connessa con la perdita del piacere, assolutamente fondamentale nel vivere la propria sessualità. Ancora più specifici rispetto a questa tematica sono i traumi vissuti nella sfera sessuale: un abuso sessuale nel corso della vita e di grande rilievo quelli subiti in età infantile, generano un senso di colpa, una ferita profonda nella propria autostima, come uomo e come donna, una cicatrice sulla propria identità, una profonda paura di essere violati, paura del piacere, vergogna del proprio corpo e uno stato di allarme dei sistemi limbici e di stress surrenale che crea uno stato cronico di infiammazione dell’organismo. È una memoria traumatica da rielaborare che genera stati di profonda insicurezza in se stessi, di paure e sensi di inadeguatezza anche nel vivere la propria sessualità. Si tratta di un pannello che ha tanti temi e aspetti della loggia acqua e un trauma di questo genere non rielaborato, può sfociare in alterazioni della funzionalità renale sinistra (yin, femminile: come vedremo

⁴⁸ VARIAZIONE DEL COLLEGAMENTO DEL CERVELLO A CAUSA DELLA NEURO PLASTICITA' – immagine tratta dal libro *“Guarire il corpo, liberare la mente”*, Dr. Ameet Aggardwal Nd.

nei prossimi paragrafi, è la polarità femminile della persona che, in caso di abuso, subisce un disprezzo da una polarità forte maschile aggressiva a cui non riesce a reagire, e soccombe).

In chiave naturopatica, i traumi seppur dolorosi, sono delle opportunità di crescita: essi, infatti, sono dei catalizzatori dello stato di coscienza perché permettono di prendere consapevolezza di aspetti della propria esistenza; rielaborarli significa armonizzare e integrare parti di sé, scrivere nuovi percorsi sinaptici e poter scegliere un futuro “libero” dal condizionamento di quell’evento della nostra vita. Memorizzare e rielaborare un trauma, quindi, implica un coinvolgimento importante della Loggia Acqua e quindi dell’energia dei nostri Reni, così come traumi non rielaborati possono creare blocchi energetici, e quindi manifestazioni sintomatiche a carico di questo sistema. Detto ciò, risulta, fondamentale rielaborare i traumi e le memorie emotive a essi connesse: nei prossimi capitoli tratterò sia del valore del piacere, di quanto sia importante riscoprirlo e prendersene cura per mantenere in salute il nostro cervello, la nostra fisiologia organica e stare bene con noi stessi e con gli altri; e sia analizzerò come la naturopatia può sostenere la persona nella propria consapevolezza emotiva, nei rilasci emotivi e nel trasformare le memorie traumatiche in carburante per il proprio progetto personale.

Ritornando al concetto di memoria, oltre all’aspetto traumatico, la memoria è connessa anche alla nostra storia d’Anima, quindi al progetto personale che stiamo svolgendo non solo in questa vita ma in tutte le nostre esistenze. Un Jing renale forte, una loggia acqua tonica, possono essere così un’energia che ci sostiene nella ricerca di chi noi siamo a livello animico e di qual è la missione che siamo venuti a svolgere in questa vita. Molto interessante a tal proposito risulta la *meditazione e il Reiki dei delfini di Atlantide*, un metodo di guarigione energetica canalizzato da Carolyn Lloyd che permette di connettersi alla vibrazione dei Delfini di Atlantide, la civiltà di grande saggezza che sarebbe scomparsa, secondo le leggende, sprofondando nel mare. I delfini inviavano energia di guarigione agli abitanti di Atlantide attraverso la loro aura e attraverso questo tipo di Reiki, fortemente connesso all’elemento dell’acqua, ci si ricollega a memorie antiche contenute nell’inconscio collettivo che possono essere dei catalizzatori informativi per la nostra comprensione esistenziale e per la nostra crescita personale e spirituale.

• **Reni e Volontà**

Nei reni *risiede la Volontà*, l’anima vegetativa definita *ZHI*⁴⁹, considerata la capacità di focalizzare i propri intenti su un obiettivo preciso, ma anche l’abilità, l’ambizione, la determinazione, la forza di un individuo di realizzare la missione della sua Anima.

Un vuoto renale, quindi, può avere come manifestazione anche indecisione e mancanza di volontà. Nel capitolo precedente abbiamo visto come per raggiungere un obiettivo, per portare a concretizzazione un progetto serve creare un movimento e sostenerlo con un’energia e con un’azione: senza una ferrea volontà, questo processo diventa difficoltoso. Per allineare la propria vita al progetto dell’Anima è importante affrontare con determinazione la propria personalità, le proprie emozioni, gli schemi ereditati a livello familiare, serve disciplina, serve voglia di mettersi in discussione, di lasciare che

⁴⁹L’Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica- Yvonne Mollard Marco Maiola

emergano le maschere, le corazze che abbiamo costruito per difenderci e per sopravvivere, serve volontà per seguire la missione unica che solo noi possiamo svolgere. In caso di disturbi renali, quindi, è importante interrogarsi, indagare e lavorare su di sé sulla propria volontà, sulla propria capacità di seguire quanto di più profondo abbiamo “abbandonandoci” anche con fiducia a una Volontà universale superiore e di gran lunga più saggia rispetto al nostro piccolo ego.

“Riuscire a cambiare atteggiamento mentale mentre si sta bene richiede volontà e coraggio, farlo mentre si sta soffrendo richiede volontà, coraggio maggiore, tanto maggiore quanto più grande è la paura a cui si è ceduto il controllo della propria mente.”⁵⁰

- **Rene: radice e seme**

Lo Jing, in quanto *energia primordiale*, governa la nascita, la crescita, lo sviluppo e la riproduzione. Il rene trattiene sia lo *Jing ereditato* dai genitori al momento della nascita sia l'essenza del *cielo posteriore* estratta dai cibi e dall'aria. Questo rende il rene la *radice della vita*, il *seme* da cui tutto ha *origine*. È, quindi, strettamente collegato alla *capacità di iniziativa* della persona, alla sua propensione a iniziare un qualcosa, un processo in qualsiasi ambito della sua Vita.

In quanto radice e seme, il rene è strettamente collegato alla terra da cui attinge e in cui germoglia.⁵¹ Il seme è l'emblema del potenziale energetico e creativo: in esso è contenuto e concentrato il progetto dell'essere che sarà e ha un valore riproduttivo e germinativo importante. In quanto radice, invece, è legata alla sua capacità di attingere dalla terra minerali inorganici e trasformarli in organici, quindi, il rene è legato alla *capacità di dare spirito a qualcosa che non lo ha*, da un livello non cellulare a uno cellulare: rende vivo e dinamico su un piano quantistico (energetico) gli elementi minerali che altrimenti avrebbero poco rilievo in termini biologici.

In chiave umanistica, quindi, possiamo traslare questa capacità del rene nel processo della dinamica creativa della propria vita: prendere elementi della realtà già esistenti e ricombinarli creativamente tra di loro per soddisfare i propri bisogni e creare nuove soluzioni, nuove realtà progettuali (quelli che il medico e iridologo Lucio Birello, chiama “*i nostri figli celesti*”). In tal senso l'energia del rene si va a legare con l'energia e la capacità alchemica trasformativa insita in ognuno di noi che ci permette di trasformare e creare la nostra realtà in modo consapevole.

- **Rene e i suoi orifizi⁵²**

Sempre secondo la medicina tradizionale cinese, gli orifizi legati ai reni sono l'orecchio, l'utero e gli orifizi inferiori pelvici.

⁵⁰ La fisica dell'Anima, Fabio Marchesi, tecniche nuove, terza edizione rivisitata

⁵¹Tutte le dinamiche che coinvolgono la loggia acqua sono strettamente connesse con la loggia Terra, infatti, le due logge hanno un rapporto di regolazione indiretta, nonno-nipote.

⁵²Orifizio: In anatomia, apertura che serve di sbocco o di comunicazione a un determinato canale o cavità. (dizionario Treccani).

“Gli orifizi si comportano come delle porte, che permettono la comunicazione nei due sensi tra il mondo esterno e il mondo interno. In effetti i cinque organi sono nutriti dal qi cosmico trasmesso, in gran parte, attraverso gli orifizi. Un antico testo medico, il Taisu, indica: "I suoni, i colori, i profumi ed i sapori sono come un'acqua che, venuta dall'esterno, usa i sette orifizi superiori e si riversa nei meridiani. I suoni, i colori, i profumi ed i sapori penetrano nell'interno e ci nutrono”⁵³

Il rene pertanto è legato all' udito e alla “capacità dell’orecchio di ascoltare il rumore degli organi interni”, quindi il loro ritmo, il loro ciclo vitale, le emozioni ad esse connesse, la loro agitazione o la loro armonia. Ragionando in termini naturopatici, quindi, è legato anche alla capacità di sapersi auto-ascoltare, di avere consapevolezza dei propri procedimenti interiori, aspetto essenziale nel processo di crescita e di evoluzione personale.

L'orecchio, inoltre, essendo un organo sensoriale è dotato di tantissimi recettori nervosi: questo lo rende estremamente sensibile alle stimolazioni e pertanto è una zona erogena molto importante, tanto che nel taoismo si parla anche dell’orgasmo dell’orecchio (ulteriore collegamento tra reni e sessualità, oltre che come appunto specificato sopra anche l’utero e gli orifizi pelvici sono considerati parte della loggia acqua).

- **Rene, ossa, capelli e denti**

Il rene gestisce le ossa, i capelli e i denti: le ossa sono la nostra struttura quindi la nostra capacità di mantenere una verticalità in tutte le aree della nostra vita (rettitudine fisica, emotiva, psicologica, coscienziale: requisiti fondamentali in una vita vissuta in un’ottica evolutiva, quindi nella visione del miglioramento costante di se stessi); le ossa sono legate ai reni anche da un punto di vista biologico, per la loro composizione minerale che rappresenta una riserva a cui il corpo attinge nella regolazione dei sistemi tampone acido-base dell’organismo (processo in cui il rene è coinvolto, come abbiamo visto nel paragrafo dedicato all’anatomo-fisiologia renale).

La salute e soprattutto la forza dei nostri capelli, come quella dei denti, inoltre, secondo la Medicina Tradizionale Cinese, è connessa alla forza dei reni e delle nostre riserve di energia vitale: più queste sono integre e ricche, più i capelli e i denti saranno vitali. Possiamo inoltre sottolineare che sia i denti che i capelli sono due caratteri sessuali secondari importanti.

- **Reni e Acqua**

Come abbiamo già detto, in Medicina Tradizionale Cinese la loggia del rene è connessa all’elemento dell’acqua. I reni, infatti, governano le acque del nostro organismo: sono coinvolti in quella che viene definita la “*via delle acque*”, un processo organico molto complesso che coinvolge anche milza, polmone e triplice riscaldatore per effettuare tutte le separazioni tra ciò che è puro e ciò che è impuro, ossia di scarto. Oltre questo è legato alla produzione di tutti i fluidi corporei, allo scambio tra ambiente intracellulare ed extracellulare, alla produzione di liquido cefalorachidiano, del liquido amniotico, delle

⁵³L’Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica- Yvonne Mollard, Marco Maiola

lacrime, della saliva, del liquido spermatico nell'uomo e dei liquidi vaginali nella donna. Il processo di eiaculazione, sia femminile che maschile è, così, strettamente legato alla funzionalità renale.

Nella nostra società, dove la libertà della sessualità femminile è ancora legata a molti tabù, conosciamo di più il processo maschile eppure esiste un'eiaculazione femminile, definita *squirting* di cui si parla poco. È un processo che nella donna implica una consapevolezza profonda del proprio corpo, del proprio sentire: una capacità di lasciarsi andare alle proprie pulsioni profonde, oltre il senso di colpa legato ai condizionamenti culturali, familiari e religiosi. Quelle della donna sono state spesso definite come le “*acque sacre*”.

“Olivier Jourdain ha girato il documentario “*The sacred water*” restituendo dignità e sacralità all'eiaculazione femminile, la Dottoressa Michela Fusaschi, docente presso l'Università di Torvergata, ha posto le basi attraverso le sue ricerche in Rwanda nel documentario “*The sacred water*”” (“Lo squizzo” di Maura Gigliotti, è un libro in cui l'autrice tratta il fenomeno dell'eiaculazione femminile per favorire la conoscenza e la consapevolezza su questo fenomeno spesso dimenticato. L'autrice sta collaborando con l'università di Tor Vergata nel condurre una ricerca scientifica sul fenomeno).

Sia nell' uomo che nella donna, i liquidi eiaculatori sono anche un processo di eliminazione di tossine biochimiche, psico-emotive e una liberazione delle congestioni energetiche dell'organismo.

Particolare sottolineare che nei fluidi eiaculatori sono contenute delle sostanze fondamentali per stimolare il partner alla riproduzione: in particolar modo, nel fluido seminale maschile sono contenute delle molecole organiche dette *prostaglandine*, (coinvolte in vari processi organici e in particolar modo nei processi infiammatori) che stimolano la contrazione delle vie genitali femminili, mentre nella donna un ruolo importante per la fecondazione è svolto dall'*albumina*. È grazie all'albumina che, nelle vie genitali femminili, avviene il processo che in embriologia viene definito *capacitazione degli spermatozoi*: questi acquisiscono la capacità di procreare dopo che avvengono dei cambiamenti fisiologici, molecolari e cellulari, tra cui la rimozione del colesterolo dalla loro membrana, che diventa così più fluida, aumentando la permeabilità di questa agli ioni Ca^{2+} , e di esporre recettori in grado di legarsi specificamente a un complesso di glicoproteine dell'ovocita. L'albumina a livello organico svolge ruoli importantissimi: essa, prodotta nel fegato, rappresenta il 50%-60% delle proteine plasmatiche; trasporta un'ampia gamma di sostanze nel sangue, tra cui numerosi ormoni (ad esempio quelli tiroidei, l'estrogeno e il cortisolo) e sostanze di scarto che vengono espulse tramite le urine; mantiene costante la pressione oncotica del plasma, mantenendo costante il livello dei liquidi nei vasi sanguigni ed evitandone la fuoriuscita e la diffusione nei tessuti; agisce da potente antiossidante plasmatico; funge da riserva di aminoacidi. Pur essendo prodotto dal fegato, la sua funzione quindi è strettamente connessa alla funzionalità renale: la sua alterazione, infatti, è presente in malattie renali che presentano edemi tissutali, dovuti proprio alla perdita di albumina nelle urine (condizione definita *albuminuria*).

In chiave naturopatica, rispetto a quanto appena detto, possiamo ipotizzare un altro importante collegamento tra il rene e la sessualità: la perdita di albumina nelle urine, edemi tissutali, fenomeni secchezza vaginale, piuttosto che disfunzioni eiaculatorie possono essere ricondotte a quanto la persona si percepisce come uomo e come donna, a quanta paura e insicurezza si ha nel vivere liberamente il

proprio corpo e le proprie pulsioni, a quanta fiducia si ha nella propria capacità di procreare e quanta autostima ci si riconosce nel ruolo di “capacitare” il maschile o di “contrarre” il femminile per la riproduzione della specie.

L’acqua, inoltre, è influenzata in modo importante dalle fasi lunari e la loggia del rene è la massima espressione dell’energia Yin, lunare per l’appunto. Il sangue del ciclo mestruale ha la sua componente maggiore in acqua ed è noto fin dall’antichità che la ciclicità della donna è legata alla ciclicità della luna. La scrittrice Miranda Gray ha scritto il libro “Luna rossa”, in cui “collega in modo analitico le fasi lunari alle fasi del ciclo mestruale, per svelare gli strumenti con i quali le donne possono prendere coscienza del proprio ciclo e comprendere le energie a esse associate, imparando a esaltare le qualità e le forze che contraddistinguono ogni fase del periodo mensile, vivendolo in piena armonia.”⁵⁴

Risulta, così importante, nelle alterazioni del ciclo quali amenorrea, dismenorrea, ecc., dare attenzione anche alla propria dinamica energetica renale, sostenendo e tonificando la loggia acqua sia da un punto di vista emotivo (trasformando le emozioni che la indeboliscono in quelle che le danno nutrimento, così come con altri strumenti naturopatici che vedremo nel corso della trattazione).

L’acqua è strettamente legata all’inconscio: le acque in natura, infatti, possono essere sia chiare che paludose, e anche Jung nel suo simbolismo le ha associate al “*misterioso ed articolato universo delle emozioni profonde. Le esplorazioni di tali emozioni possono provocare sentimenti di angoscia*”⁵⁵.

L’ inconscio in termini freudiani può essere definito ES:

*“L’Es (in tedesco è il pronome neutro di terza persona singolare «esso») è il fondamento della persona psichica; l’espressione psichica dei bisogni pulsionali che provengono dal corpo. L’Es è il serbatoio dell’energia vitale, l’insieme caotico e turbolento delle pulsioni, la volontà di ottenere il piacere a ogni costo. L’Es è quindi governato dal principio di piacere.”*⁵⁶

In chiave naturopatica, è particolare a tal proposito sottolineare che nella mappa iridologica (la mappa riflessa dell’intero organismo presente sulla parte colorata del nostro occhio, chiamata appunto iride) la zona riflessa corrispondente al rene sul piano fisico corrisponde con la zona psico-emotiva dell’Es (delle pulsioni profonde della persona) e con la zona energetica relativa al primo e al secondo chakras⁵⁷: connessi appunto con la riproduzione, la sessualità, la creatività, la gestione dell’acqua e il radicamento.

- **Rene, paura e meccanismo di reazione attacco-fuga**

“La paura è utile alla vita, è necessaria alla sopravvivenza del corpo perché lo predispone all’attacco o alla fuga quando è esposto a pericoli o minacce fisiche esterne. Ma la paura può uccidere la tua vita,

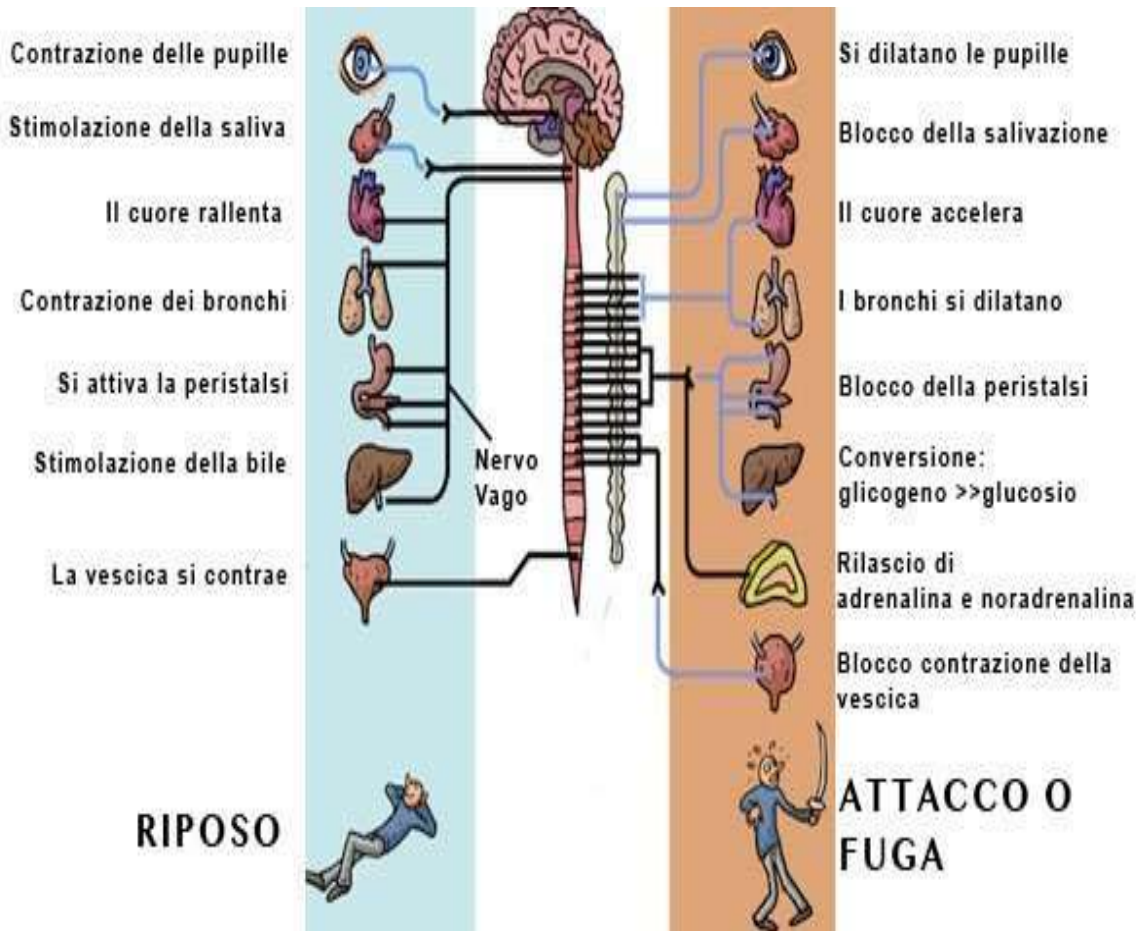
⁵⁴www.ibs.it

⁵⁵counselingitalia.it

⁵⁶Es, Io e Super-Io | Il Viaggio dell'Eroe (archetipi.org)

⁵⁷Nella tradizione indiana, i chakras (‘ruote’, ‘vortici’, ‘dischi’) sono i punti di incontro delle Nadi, ossia i canali energetici in cui scorre l’energia vitale. I principali sono sette e ciascuno è il corrispettivo elettromagnetico delle principali ghiandole endocrine del nostro organismo, i chakras sono pertanto connessi alle loro funzioni.

*quando non ha ragione di essere: quando non è l'effetto di reali pericoli o minacce fisiche esterne ma solo di una visione limitata e distorta di sé stessi, degli altri e della realtà*⁵⁸



59

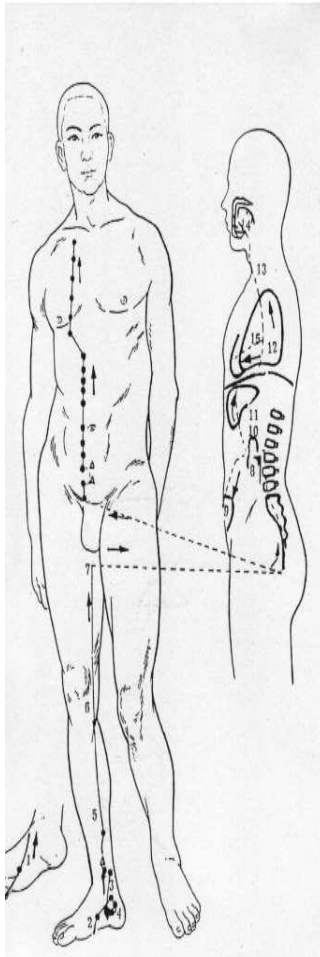
La loggia acqua, come sopra già indicato, è costituita dall'organo del rene e dal viscere della vescica e dai meridiani ad essi associati.

⁵⁸ La fisica dell'Anima, Fabio Marchesi, tecniche nuove, terza edizione rivisitata

⁵⁹ Immagine da bing.com

Meridiano di Rene

Zu Shao Yin

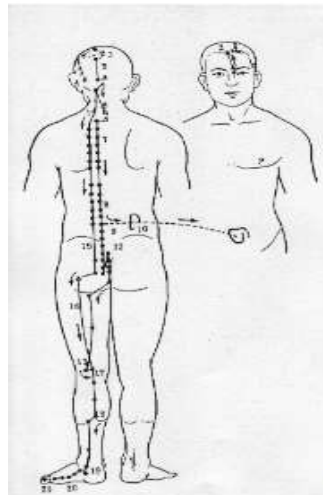


- MOVIMENTO: Acqua
- CICLO CIRCADIANO: Dalle 17.00 alle 19.00
- STAGIONE: Inverno
- DIREZIONE: Nord
- ENERGIE COSMICHE: Freddo
- MUTAZIONI: Morte e Mutazione
- COLORE: Nero
- SAPORE: Salato
- SUONO: Chuei
- VISCERE ASSOCIATO: Vescica Urinaria
- ORGANO D'APERTURA: Orecchie, Ano
- PARTI DEL CORPO: Ossa, Midollo
- EMOZIONI: Paura
- SECREZIONI CORPOREE: Bava
- STRUTTURA INDIVIDUALE: Molle placido

Decorso meridiano Rene: Composto da 27 punti riflessi, il meridiano di rene parte dal centro del piede nel punto situato tra il 2° e il 3° Metacarpo, fra le 2 cicciosità plantari. Sale in direzione del malleolo intero del piede e prosegue verso l'alto nella parte interna della gamba fino a raggiungere le natiche e penetrandovi all'interno. Riemerge sul bordo superiore del pube a mezzo cun dalla linea mediatica del corpo salendo fino al 5° spazio intercostale. Qui si apre a 2 cun dalla linea medianica del corpo fino a terminare al di sotto della clavicola nello spazio della 1° costa.

Meridiano di Vescica Urinaria

- Zu Tai Yang -



- MOVIMENTO: Acqua
- CICLO CIRCADIANO: Dalle 15.00 alle 17.00
- STAGIONE: Inverno
- DIREZIONE: Nord
- ENERGIE COSMICHE: Freddo
- MUTAZIONI: Morte e Mutazione
- COLORE: Nero
- SAPORE: Salato
- SUONO: Chuei
- ORGANO ASSOCIATO: Reni
- ORGANO D'APERTURA: Orecchie, Ano
- PARTI DEL CORPO: Ossa, Midollo
- EMOZIONI: Paura
- SECREZIONI CORPOREE: Bava
- STRUTTURA INDIVIDUALE: Molle placido

Decorso meridiano Vescica Urinaria:

Tra i 12 meridiani classici è quello più lungo. E' composto da 67 punti energetici e parte dall'angolo palpebrale interno dell'occhio, sale lungo la fronte decorrendo sulla nuca fino alla base della calotta cranica, a 2 dita dalla linea mediana della testa. Scende lungo il collo e poi sulla schiena, a un cun e mezzo (2 dita circa) dall'apofisi spinosa della colonna vertebrale, fino a raggiungere i glutei e l'osso sacro. Prosegue la sua discesa sulla parte posteriore e centrale della coscia raggiungendo i cavi poplitei delle ginocchia. (VU 40).

Qui un ramo del meridiano risale internamente sulla coscia e la schiena per andare a riemergere a lato delle scapole all'altezza della 2° vertebra toracica. (Precisamente a 4 dita dall'apofisi spinosa vertebrale). Per poi discendere nuovamente lungo la schiena, i glutei e le cosce fino a raggiungere e ad unificarsi al meridiano originale all'altezza dei cavi poplitei delle ginocchia.

Da qui scende lungo la zona posteriore e centrale del polpaccio. Si sposta posteriormente al malleolo esterno, decorrendo lungo il piede nel confine tra pianta e dorso fino a terminare all'estremità ungueale del dito mignolo dei piedi

Funzioni vescica urinaria: La Vescica Urinaria è subordinata al controllo dei reni nella gestione dei liquidi nel corpo umano. E' un organo muscolare cavo posto nel bacino, deputato alla raccolta dell'urina prodotta dai reni che vi giunge attraverso gli ureteri. L'uretra decorre attraverso un diaframma urogenitale costituito da muscolatura striata sottoposta a controllo volontario, o sfintere esterno. Il processo di emissione dell'urina, detto minzione, porta allo svuotamento periodico della vescica urinaria per mezzo di un riflesso automatico del midollo spinale. Il suo ruolo è quello di lasciare andare ciò che non è più utilizzabile e trattenere le sostanze ancora utili. E' l'ultimo filtro di abbandono per le sostanze contenute nell'urina.

L'importanza del meridiano di vescica urinaria è determinata dalla sua localizzazione fisica perché lungo il suo decorso sulla schiena sono situati dei punti di allarme detti punti SHU. La loro stimolazione è utile sia per la valutazione energetica, che come lavoro terapeutico su ogni organo e viscere. Per questo nello shiatsu e usanza dire che un buon lavoro sulla schiena equivale ad ottenere metà del risultato.

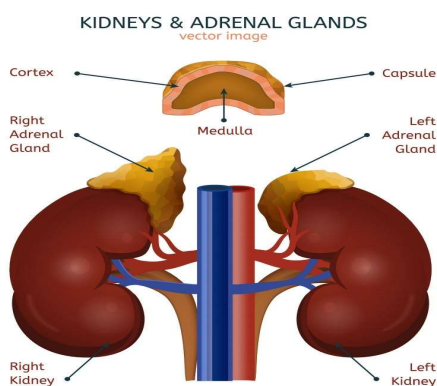
Tra le varie funzioni connesse alla vescica e al suo meridiano, desidero soffermare l'attenzione al rapporto che esso ha con il territorio.

L'uomo si muove nello spazio, quindi in un ambiente che deve costantemente valutare per il mantenimento della sua sopravvivenza: deve ricercare delle risorse necessarie a mantenersi in vita e deve valutare se le risorse che ha a disposizione sono soddisfacenti per poter procreare, proiettandosi così nel futuro e assolvendo al compito di perpetuazione della specie intrinseco in ogni animale. Oltre al sostentamento nutritivo egli deve proteggersi da eventuali attacchi esterni e saper difendere sia se stesso che la sua prole.

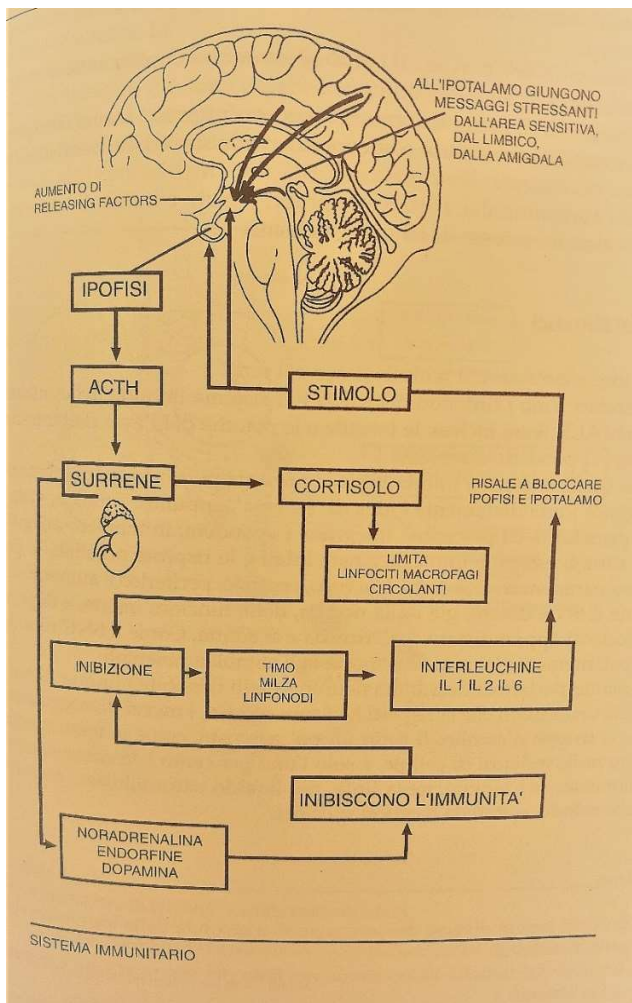
Il rapporto con l'ambiente è strettamente legato all'uomo primitivo e al cervello rettiliano atavico (il primo che si è sviluppato e che portiamo ancora oggi nella nostra struttura cerebrale). Questo cervello risponde a un *meccanismo di reazione attacco-fuga*. Quando l'animale, o l'attuale uomo si sente minacciato nella sua esistenza, può rispondere in modo automatico: o scappando o attaccando o rimanendo paralizzato. Attacca nel momento in cui sente di avere più forza del nemico ed energia per affrontare il combattimento; scappa quando si sente inferiore e percepisce di non avere abbastanza energia, forza e fiducia in se stesso per affrontare il combattimento; si paralizza se il terrore è talmente viscerale da paralizzarlo.

Il meccanismo di attacco-fuga è stato descritto da Cannon nel 1932 come “*sindrome di emergenza*” e nel 1936 da Selye come “*sindrome di adattamento*” dell'organismo a qualsiasi prova reale o percepita che genera una risposta dell'organismo aspecifica. Esso continua a regolare il comportamento dell'essere umano, anche se non ci sono più belve feroci da cui difendersi o contro cui lottare. Questo meccanismo di sopravvivenza di base ha come protagoniste le due emozioni istintuali di rabbia (legata all'attacco) e di paura (legata alla fuga e all'immobilizzarsi) ed esso è strettamente connesso con l'attività biochimica delle *ghiandole surrenali* (nell'ottica cinese, fanno parte sempre della loggia energetica dell'acqua).

I surreni affrontano lo stress con varie fasi di adattamento:



1) **fase di allarme**: caratterizzata dalla produzione di *adrenalina*, *noradrenalina* e *cortisolo* per aumentare le capacità di risposta dell'organismo di fronte a una situazione di stress, inteso come qualsiasi sovraccarico o tensione che incide sull'individuo. Questo genera l'aumento del battito cardiaco, del ritmo respiratorio, dell'afflusso di sangue ai muscoli, della glicemia, della pressione arteriosa e altri adattamenti fisiologici legati all'aumento del metabolismo: sono tutti adattamenti collegati a un'attività simpaticotonica del sistema nervoso autonomo.



2) **fase di resistenza**: se lo stimolo stressogeno si prolunga nel tempo, anche l'organismo deve fronteggiare e generare una risposta di adattamento prolungata: le surrenali producono costantemente una grande quantità dell'ormone *cortisolo*. Tuttavia, una produzione di cortisolo prolungata nel tempo ha degli effetti collaterali sull'organismo come: l'inibizione del sistema immunitario; l'aumento del livello di zucchero nel sangue attraverso la gluconeogenesi quindi attraverso la conversione delle proteine di riserva in zuccheri, con un effetto iperglicemizzante sull'organismo e con un conseguente squilibrio degli zuccheri nel sangue che genera anche il desiderio spasmodico di carboidrati; la degradazione del collagene e della matrice cellulare; un'alterazione del bilancio elettrolitico organico, che determina uno squilibrio del rapporto sodio-potassio intra ed extra cellulare; un aumento dell'acidosi tissutale che induce una demineralizzazione ossea; la soppressione degli ormoni del benessere, quali dopamina, serotonina e melatonina; la comparsa di ansia, palpitazioni, paura, alterazioni del sonno e un senso generale di malessere;

61

3) **fase di esaurimento**: questa è caratterizzata dall'esaurimento delle ghiandole surrenali: ossia i surreni esauriscono la loro normale capacità regolatoria ormonale, questo genera uno sconvolgimento a catena su tutto l'asse ormonale ipofisi-tiroide-surreni-gonadi, generando alterazioni non fisiologiche nella regolazione dei ritmi circadiani. Questo meccanismo innescato comporta un senso di affaticamento cronico, insonnia, difficoltà a restare centrati emotivamente, difficoltà di concentrazione, squilibri importanti nella glicemia che possono andare verso l'insorgenza del diabete, colesterolo alto, ipertensione sanguigna, raffreddori e influenze frequenti. Un esaurimento generale dell'organismo, inoltre, può far cedere i punti deboli dell'organismo e sfociare in malattie anche croniche.

Analizzato tutto il procedimento, quindi, comprendiamo perché l'emozione della paura è collegata al rene e perché essa scarica l'energia renale. È da sottolineare anche che gli adattamenti delle tre fasi descritte, comportano un'iperattività del sistema simpatico (componente yang del sistema nervoso autonomo) con un'ipoattività del parasimpatico (energia yin, stessa del rene).

⁶¹Immagine da: "Fisiologia energetica. Clinica energetica." libro di Ruggero Dujany

Le ghiandole surrenali sono, inoltre, molto legate anche alle ghiandole sessuali e quindi il meccanismo di adattamento allo stress influisce anche nella sfera sessuale dell'individuo. I surreni sono, infatti, strettamente legati alle gonadi, le ghiandole ormonali del sistema riproduttivo: alcuni ormoni sessuali – gli androgeni (ormoni sessuali maschili come il testosterone) e piccole quantità di estrogeni (ormoni sessuali femminili) -sono prodotti anche nella zona corticale del surrene.

Uno squilibrio dell'asse ormonale, ad esempio, può generare, nella donna una sindrome premestruale caratterizzata da forti sbalzi emotivi, mestruazioni irregolari, sviluppo di cisti ovariche, fibromi, attività sessuale dolorosa, nell'uomo carenza del testosterone e impotenza e in entrambi i sessi calo del desiderio e alterazione della fertilità.

Rispetto alla fisiologica *curva del cortisolo*, risulta inoltre di fondamentale importanza sottolineare che essa ai nostri giorni moderni è già di base sottoposta a una sostanziale alterazione dovuta all'adattamento ai ritmi prolungati della vita quotidiana rispetto al ciclo del sole e delle ore diurne. L'organismo umano, infatti, è strettamente legato ai ritmi circadiani ed è in connessione con i ritmi naturali. Nelle epoche precedenti alle nostre l'uomo si svegliava all'alba e andava a dormire al tramonto: le ore di produzione del cortisolo (è un ormone tipico delle fasi di veglia) erano limitate a quel tot di ore quotidiane. Con l'attuale prolungarsi delle nostre giornate con attività fino a notte, i nostri surreni sono già molto più stimolati che in passato e producono una grande quantità in più di cortisolo, generando un costo biologico di base aggiuntivo a cui il nostro organismo deve far fronte. Per poter fronteggiare questo, come altri cambiamenti della vita quotidiana, l'organismo risponde con un'alterazione dell'assetto della neuromodulazione e della neurotrasmissione, che si ripercuote nella nostra struttura fisica e psicoemotiva, aumentando la tendenza verso malattie neurodegenerative e problemi di infertilità (l'aumento di cortisolo in circolo di base fa aumentare i livelli di prolattina).

Oltre a questo, nella società moderna siamo costantemente sottoposti da parte dell'ambiente esterno a continue richieste che necessitano un aumento prestazionale: queste possono essere vissute con senso di stress e sovraccarico emotivo, quindi con una *paura di non farcela*, di non essere "abbastanza". Questo può generare un senso di inferiorità, un non reputarsi all'altezza del sistema e della propria capacità di guadagnarsi il proprio posto al suo interno (ritorna così anche l'emozione della *svalutazione* che, come abbiamo visto, è legata al foglietto di base da cui apparato urinario e apparato riproduttivo principalmente derivano: ossia il *mesoderma*).

La vita e le esperienze da affrontare fanno tanta più paura quanto più ci si svaluta e quanto più si ha un'autostima bassa. L'autostima è la capacità di identificare la propria identità, di riconoscere, valorizzare e utilizzare le proprie qualità, i propri talenti, gli strumenti che la natura ci ha messo a disposizione ed è strettamente legata anche al sentirsi o meno meritevoli della propria esistenza e quindi di valorizzare il proprio posto nel mondo. In condizioni di svalutazione della propria persona e di bassa autostima, qualsiasi situazione nella vita sarà vissuta con un eccessivo dispendio energetico, con uno stato di paura e ansia e tutto sembrerà più grande di sé: questo meccanismo induce l'individuo a vivere in un costante stato simpaticotonico di allarme.

Lo sviluppo dell'autostima, a livello inconscio, è molto legato ai primi anni della nostra vita e a come i genitori ci hanno fatto sentire fin da piccoli: emozioni di *disprezzo (reale o percepito come tale)* da

parte dei genitori, possono generare da adulto l'idea e la convinzione di non valere abbastanza, di non essere all'altezza e possono sfociare in una svalutazione di se stessi. Questo genera danni sul processo di apprendimento, sulla capacità di iniziativa e sulla facoltà comunicativa e di espressione di sé dell'individuo: si tende a subire la paura e a disattivare il coraggio per l'azione (tutte tematiche abbiamo già visto essere legate al rene in modo diretto o indiretto). Inoltre, non sentendosi meritevole, svalutandosi, l'individuo in modo inconscio tende ad auto sabotare i suoi sogni, una stabilità economica, l'uomo o la donna con cui poter realizzare una vita di coppia appagante e davvero soddisfacente, la fiducia nella procreazione, così come il proprio Progetto personale di vita.

Nella salute dell'apparato renale e sessuale è quindi di fondamentale importanza che la persona indaghi sulle sue paure, sul senso di svalutazione del suo non sentirsi abbastanza o sul senso profondo di non sentirsi meritevole della vita e della gioia, continuando ad attirare situazioni di dolore. È importante che l'individuo -per fronteggiare la sue ansie da prestazione nell'affrontare le sfide della sua vita percependole come delle "belve feroci" a cui può soccombere- ritorni in contatto con se stesso, riscoprendo il proprio valore, le proprie qualità, ritorni ad essere quel genitore amorevole che magari il suo bambino interiore ancora aspetta e che sia egli stesso a ricominciare ad amare ogni parte di lui-lei e a riscoprire una fiducia in se stesso, nei propri mezzi che diventano così i nuovi strumenti con cui affrontare la vita.

Un percorso naturopatico può risultare molto utile e interessante a tal proposito. Come viene citato nella norma UNI 11491 ⁶², uno dei compiti del Naturopata è sostenere la persona *"nella riscoperta e nella valorizzazione delle risorse vitali proprie di ogni individuo in ambito sociale e ambientale (...)e nel sostenerlo nella sua capacità di mantenere, ripristinare e adattare la propria integrità, il proprio equilibrio (...) fisico, energetico, psicoemotivo, spirituale e sociale"*: questo equilibrio è un prerequisito che permette *"alla persona di riconoscere e realizzare le proprie attitudini, di soddisfare i propri bisogni e di interagire adeguatamente con l'ambiente circostante."* Attraverso un approccio individualizzato all'individuo, *"si promuove la salute che è una risorsa per la vita quotidiana ed è il risultato dell'affermazione delle risorse e capacità personali"*.

Così, un percorso volto a consapevolizzare le proprie vulnerabilità e a trasformarle in opportunità e punti di forza, può essere una base per affrontare anche le proprie paure. Questo può essere l'inizio di un processo alchemico che può trasformare le proprie paure da un processo che scarica e indebolisce la nostra energia vitale a una forza e fiducia rinnovata in noi e nel nostro progetto di vita. La paura diventa, così, un trampolino di lancio verso l'esistenza (quella vissuta in modo pieno), dando la spinta iniziale affinché poi l'energia del fegato conduca ad *"aggredire la vita"* (inteso nel senso etimologico della parola *"aggredior"* che si significa *"andare verso"*).

"Quando si trova il coraggio di seguire la propria Anima, anziché cadere continuamente nelle trappole della mente, si può scoprire come ciò che poteva sembrare difficilissimo o impossibile è invece facile, giusto e naturale".⁶³

⁶²Norma del 2013 che definisce la Naturopatia e la professione del naturopata

⁶³ La fisica dell'Anima, Fabio Marchesi, tecniche nuove, terza edizione revisionata

- **Rene: paura di morire o paura di vivere?**

Legato sempre al concetto di paura e alla possibilità di soccombere alle prove della vita, il rene è legato così anche alla paura per antonomasia che l'individuo ha: la paura della morte. Anche a livello fisiologico il rene è strettamente legato alla morte: la capacità di urinare, infatti, è la prima funzione vitale che si spegne quando si muore.

La paura della morte, tuttavia, può essere non solo reale ma anche percepita: il senso di morte si può avvertire anche in altre situazioni, ad esempio vivendo dei lutti, dei fallimenti rispetto ai propri obiettivi, affrontando una malattia, con la fine di una relazione affettiva, con la perdita di un lavoro ecc. Ci si può sentir morire quando si resta o si teme di restare privi di ciò che colma i propri bisogni primari.

In tal senso l'energia del rene è legata alla fine di un ciclo, ma essendo anche l'inizio di ogni cosa, come ho a lungo trattato, questo riporta a un concetto già affrontato nel paragrafo legato all'embriologia: ogni morte è solo la fine di una fase e il passaggio a una nuova, un cambiamento di forma necessario per meglio adattarci alla nuova fase della vita che ci aspetta.

In tal senso, si può associare l'energia del rene anche all'idea della metamorfosi: come il bruco che si trasforma in farfalla, anche noi possiamo imparare a vivere le fasi di passaggio della nostra esistenza come delle *"morti iniziatiche"*: momenti essenziali per spogliarci delle identità che non ci rappresentano più e avere la forza di cambiare e di rinascere dalle nostre stessi ceneri, come la fenice.

Tanto più l'energia della loggia acqua sarà vitale tanto più si riuscirà a vivere le proprie morti come nuovi inizi, in una meravigliosa *spirale evolutiva* verso una versione sempre più autentica di se stessi.

*"Si raggiunge la padronanza della propria vita quando si vince ogni propria paura"*⁶⁴



65

"Post fata resurgo" = Dopo la morte risorgo.

⁶⁴ La fisica dell'Anima, Fabio Marchesi, tecniche nuove, terza edizione revisionata

⁶⁵Immagine da bing.com

- **2.2 Rene sinistro e rene destro: il complesso di Elettra e di Edipo**

Nella lettura della Medicina Tradizionale Cinese, tutti gli organi hanno un aspetto Yin e un aspetto Yang. Nei reni, questa polarità è ancora più accentuata per due motivi:

-il rene ha una forma a fagiolo, con una parte mediana concava (aspetto Yin) e una parte laterale convessa (aspetto Yang)

-i reni sono un organo doppio quindi uno è connesso principalmente allo Yin, il sinistro, e il destro allo Yang, ciò determina che i due reni sono collegati anche a funzioni energetiche diverse e a differenti dinamiche emotive.

YIN del Rene
<ul style="list-style-type: none"> • controlla lo Yin di tutti gli organi Yin; • substrato fondamentale per la nascita la crescita e la riproduzione; • provvede al substrato informativo dei vari processi; • legato all'acqua terrena: l'acqua è tutto ciò che supporta la manifestazione.
YANG del Rene
<ul style="list-style-type: none"> • deposito dello Yang dei diversi organi; • forza motrice di ogni processo fisiologico; • provvede all'energia al calore alla spinta motrice dei processi organici • gestione del fuoco del rene: il fuoco rappresenta il dinamismo, il motore che favorisce la manifestazione.

66

Il rene destro è Yang, legato all'energia maschile. È quello che produce, conserva e amministra il movimento dei liquidi. Dà la spinta motrice ai processi organici. Il rene sinistro è Yin, deriva dalla linea materna, ed è il rene che garantisce il filtro, e quindi la qualità del sangue.

⁶⁶Tabelle estrapolate dalle informazioni contenute in L'Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica- Yvonne Mollard, Marco Maiola

I due reni, quindi, sono strettamente legati alla polarità femminile e maschile, al rapporto con la propria femminilità e mascolinità, quindi al legame con i due genitori che hanno fornito il modello di come essere uomo e donna.

È in tale ottica, infatti, che i due reni, nelle loro manifestazioni sintomatiche possono essere connessi a quelli che Freud, nella sua *teoria dello sviluppo psicosessuale*, ha definito da un punto di vista psicologico, come il *Complesso di Edipo* (legato al maschile quindi al rene destro) e *Complesso di Elettra* (per il femminile quindi rene sinistro).

Sono due complessi, o meglio è la stessa dinamica che viene vissuta al maschile o al femminile, che si sviluppa tra i 3 e i 5 anni, quando il bambino / a scopre le sue differenze anatomiche genitali: si consapevolizza la presenza del fallo nei maschi e la sua assenza nelle bambine. Nonostante l'im maturità organica, nel bambino sorge una richiesta pulsionale e l'oggetto di questa pulsione è la persona più vicina, la stessa con la quale il bambino ha già sperimentato diverse sensazioni piacevoli (allattamento, cure primarie): la madre. Per la bambina è il padre. In entrambi i casi, si sviluppa un'ostilità accentuata e gelosia verso il genitore del proprio sesso, visto come un rivale.

La risoluzione del complesso di Edipo (o di Elettra) avviene con la rimozione del desiderio pulsionale verso il genitore del sesso opposto e l'identificazione con il genitore dello stesso sesso. In parole semplici: la bambina si identifica con la madre, prendendola come modello: è la donna che il padre, che lei vorrebbe, ha scelto. Il bambino si identifica con il padre, prendendolo come modello di virilità e di forza. Mediante questa identificazione, i bambini tra i 3 e i 5 anni, sviluppano il super-io, e iniziano ad assimilare valori morali, norme di condotta come i genitori dello stesso sesso.

In tal senso, è importante che vi sia un'adeguata soluzione del conflitto edipico, affinché ciò che è fisiologico in quella fascia di età, non condizioni la restante vita dell'adulto. È fondamentale a tal riguardo che l'ambiente familiare incoraggi le curiosità del bambino verso l'ambiente esterno al nucleo familiare, sviluppando così una sana iniziativa, oltre che un sano dialogo sulle pulsioni che il bambino sente. Se al contrario, le sue curiosità vengono repressi, il bambino percepirà la sua spontaneità istintiva come qualcosa di disdicevole, facendo così emergere un senso di colpa che potrebbe manifestarsi con la mancata conquista dell'indipendenza come uomo- donna da adulto-a.

Il complesso di Edipo e di Elettra, infatti, se non risolti, possono condurre a problemi protratti con le figure genitoriali, soprattutto con la figura genitoriale del sesso opposto, quindi con la capacità di confrontarsi con l'altro sesso e costruire delle relazioni sane. L'adulto maschio può continuare a vivere un rapporto ambivalente con la madre che in qualche modo anche inconscio può continuare ad esercitare una forma di controllo nella vita del figlio; la donna, invece, è possibile che crescendo incontri difficoltà a far entrare un uomo nella sua vita o a costruire una relazione con un uomo che non sia simile a suo padre e con cui rivivere gli stessi schemi relazionali vissuti nell'infanzia. Si può, così, rimanere incatenati nel triangolo amoroso disfunzionale madre-padre-figlio.

Alla luce di quanto detto, può risultare interessante nelle manifestazioni sintomatiche renali, interrogarsi anche sul legame che si è avuto da piccoli con i propri genitori, in che modo quei modelli sono rimasti dentro di sé e come continuano ad influenzare la percezione che si ha di sé come uomo e

come donna e come ci si pone a livello relazionale verso il sesso opposto. Di fondamentale importanza, in tal senso, può risultare interessante andare a riconoscere, a sviluppare e a integrare le qualità delle due polarità maschile-femminili presenti dentro ognuno di noi: Jung le definisce come qualità Anima-Animus dell'individuo. Il famoso psicanalista descrisse l'Animus come il lato maschile inconscio di una donna, e l'Anima come l'inconscio lato femminile di un uomo; secondo la sua teoria l'Anima e l'Animus sono i due archetipi antropomorfici primari della mente inconscia in ognuno di noi, così che ognuno di noi ha un archetipo del proprio Maschio interiore e della propria Femmina interiore.



⁶⁷

Come scrive la docente di Psicosomatica Susanna Garavaglia: *“un archetipo è un modello contenuto nell’immaginario collettivo che guida il nostro cammino in ogni tempo, in ogni luogo, qualunque sia la nostra cultura. In ognuno di noi, allora, esistono gli stessi archetipi che via via, nel corso della nostra vita, si attivano o si disattivano, influenzandoci e guidandoci nelle nostre scelte, senza che noi ne siamo coscienti”*. Sono delle idee primarie con qualità specifiche presenti nella psiche, che possono essere attivate attraverso dei simboli per *“aiutarci ad affrontare la trasformazione di cui abbiamo bisogno”*.

Quali sono le qualità della Femmina interiore e del Maschio interiore?

QUALITÀ DELLA FEMMINA INTERIORE

- Introspezione
- Affettività
- Emotività
- Intuizione
- Empatia

⁶⁷Immagine da bing.com

- Creatività
- Ascolto
- Inclusione
- Spiritualità

QUALITA' DEL MASCHIO INTERIORE

- Azione
- Razionalità
- Distacco
- Progettualità
- Idealismo
- Volontà
- Giudizio
- Esclusione
- Manifestazione

68

In questo senso, una manifestazione renale, così come ovviamente un disagio legato alla propria sessualità, può essere una grande opportunità per lavorare dentro di noi sul riconoscere queste qualità femminili e maschili e riuscirle a vivere in modo armonioso: la nostra vita è uno riscoprirci già completi nella nostra interiorità, *“la nostra energia maschile e la nostra energia femminile creano, insieme, la nostra unicità, il nostro modo di essere, qui e ora, nel mondo”*⁶⁸.

Riconoscere, valorizzare e utilizzare in modo fisiologico gli archetipi del Maschio e della Femmina interiori, significa riuscire ad equilibrare i processi di interiorizzazione con quelli di esteriorizzazione, è andare all'esterno con la decisionalità e con la capacità creativa progettuale quando si è pieni, nutriti e con intenti chiari interiormente, superando le insicurezze e la pura idealità sognatrice effimera incapace di manifestarsi nella realtà e evitando di cadere nell'impulsività dell'azione prima che i tempi siano maturi per farlo.

⁶⁸- Tabella tratta da Dispense del corso Psicosomatica e Guarigione Olistica- CENTRO DI RICERCA ERBA SACRA- docente Susanna Garavaglia

⁶⁹Dispense del corso Psicosomatica e Guarigione Olistica- CENTRO DI RICERCA ERBA SACRA- docente Susanna Garavaglia

Unire i due archetipi dentro di noi è come unire due qualità dell'acqua, la sua capacità di prendere forma e raccogliersi con la sua capacità di fluire, così come un "vaso (assimilabile anche al nostro utero che accoglie la vita, la nutre al suo interno, fino a manifestarla all'esterno quando è pronta) potrà adempiere alla sua funzione quando si riempirà per poi poter travasare".⁷⁰

Imparare a vivere uno "sposalizio sacro" unendo il nostro Animus e la nostra Anima sarà anche una base importante per vivere una sessualità sana e creare dei rapporti di coppia che possono essere la base di una crescita reciproca, anziché un modo per compensare bisogni e carenze personali.

Come scrive la guida spirituale Lucia Prato nel suo libro "Sulla Via ti ho incontrato", "lo diceva Jesus: la vera coppia è un uomo solo. L'uomo inteso come uomo-donna: quella è la vera coppia, ossia l'uomo perfettamente integrato. L'importante di questa integrazione consiste nell'energia femminile si integra con l'energia maschile. L'energia femminile allora rappresenta la lunarità, la ricettività, quindi la capacità di accogliere tutto ciò che è insegnamento, che è vita, che è avvenimento, la stessa voce divina. L'energia maschile è solarità, aggressività, dinamicità, portare fuori tutto ciò che abbiamo dentro. Per cui la perfetta integrazione di queste due energie ci porta all'uomo spirituale che è l'uomo concreto attaccato alla terra con le radici profonde, ma i cui occhi possono scrutare le stelle questa è la concretezza di un uomo spirituale che ha integrato entrambe l'energia".



- **2.3 Simbolismo del rene e psicosomatica**

Analizzando i reni da un punto di vista simbolico, essi sono stati citati nella Bibbia come la sede dei pensieri più intimi e le emozioni più profonde. Già nell'Antico Testamento si legge: «*Benedirò il Signore che mi ha dato consiglio; nelle stagioni buie e i miei reni mi guidano*». E ancora si trovano associati al cuore ad indicare l'insieme delle potenze interiori dell'uomo «*Esaminami Signore, e mettimi alla prova; osserva i miei reni e il mio cuore*».

⁷⁰Dispense del corso Psicosomatica e Guarigione Olistica- CENTRO DI RICERCA ERBA SACRA- docente Susanna Garavaglia

⁷¹Immagine da bing.com

Shakespeare nelle “Allegre Comari di Windsor”, cita “*a man of my kidneys*”, letteralmente “*o uomo dei miei reni*”: vuol dire uno come me, con i miei stessi sentimenti.

In alcuni ambiti culturali, i reni sono stati considerati simbolo di potenza, di aggressività e sono stati fortemente investiti di rappresentazioni sessuali: alcune tradizioni hanno ipotizzato che la castrazione danneggiasse i reni e altre che un trapianto di reni potesse rafforzare la sessualità o che i reni fossero la sede della sensualità.

Dal punto di vista simbolico è interessante la forma del rene: un fagiolo, che è un seme. Il seme germoglia a partire dal suo ilo, la sua parte centrale, e il rene ha il suo ilo nella sua parte concava. Possiamo quindi leggere il rene come il massimo dello yin, il massimo del femminile, che attraverso l’acqua nasce e si irraggia con le nuove radici che sgorgano dalla sua parte concava.

Come spiega la docente Susanna Garavaglia nelle dispense della docenza di Psicomatica e Guarigione Olistica, i Reni sono “*La casa dell’Acqua e del Fuoco*”, in loro le acque si rinnovano e il sangue viene filtrato e così l’elemento dell’Acqua si unisce al Fuoco del Cuore, creando un processo vitale energetico profondo definito “*lo Shao Yin*”, ossia l’Asse e il motore della Vita.

Per vivere in uno stato di armonia bisogna saper equilibrare lo Yin con lo Yang e affinché non ci siano ristagni energetici “*l’acqua del rene deve raffreddare il calore del Fuoco e il fuoco del Cuore a sua volta deve riscaldare l’acqua dei Reni*”. Questo concetto espresso in altri termini significa che un importante passo evolutivo e di guarigione per la nostra salute renale è passare dalla paura che ci fa stare sul piano mentale e prosciuga l’energia dei reni e li raffredda, al condurre una vita nell’apertura del Cuore, in nome dell’Amore che ci riscalda e ci ricarica. La prudenza, che è una qualità positiva e nutriente della funzionalità renale, invece, può dare temperamento a un eccesso di fuoco.

Essendo i reni così strettamente connessi all’acqua essi sono legati alla sua simbologia. L’acqua che dà la vita ed è l’origine del tutto; essa che rappresenta il flusso della vita con la sua capacità alchemica di trasformarsi in varie forme; la sua connessione alle energie e alle informazioni cosmiche di cui informa la Terra e tutte le molecole con cui viene a contatto, il suo essere così legata alle energie lunari e al senso dell’inconscio; l’acqua che nei riti purifica facendo “morire” ciò che è impuro; l’acqua che dona l’eterna giovinezza, essa connessa all’anima nei viaggi iniziatici condotti dagli eroi.

I reni partendo dalla filtrazione del sangue estraggono l’urina (“*chiamata nell’antichità Frutto della Vita, Acqua Santa, Elisir, Acqua di Vita, Acqua dorata, Acqua degli I-Dei (Idee), Rugiada del Cielo, Nettare Celeste*”) che poi attraverso l’uretere e la vescica viene scaricata all’esterno.

L’ “*Urina essendo, così un distillato del sangue veniva considerata anche la forza, la Luce, l’Energia, l’Informazione, (l’Oro) dell’IO (or-INA anagrammato da ANI che significa in antico Fenicio ed Ebraico semplicemente l’IO dell’Essere, quindi l’Oro del Sangue. Per cui il vero significato dell’Orina è questo: la sorgente fondamentale, il dono, simbolo dell’Anima Universale, la sintesi dell’Essere, il distillato della persona. Gli organi legati all’apparato uropoietico, allora, luogo di controllo, smistamento, distribuzione dell’acqua vitale, sono simbolo dell’equilibrio, della capacità di trattenere e di lasciar andare, la capacità di fecondare il mondo con il proprio Oro (l’urina) o di sporcarlo con i propri*

prodotti di scarto. La vita e la morte, la fecondazione e la distruzione si legano inoltre ad un'altra valenza dell'urinare, quella carica di libidine e della sensazione di piacevolezza che il bambino sperimenta sul suo corpo e che anche l'adulto collega all'allentamento di una tensione dopo il troppo trattenere. Il collegamento, inoltre, con gli organi sessuali, situati anatomicamente nelle vicinanze, investe l'atto anche di una valenza di tipo erotico. Molto spesso l'atto della minzione può essere penalizzato dalla conflittualità con la propria sessualità ma anche con la capacità o meno di scaricare ed esprimere le proprie emozioni.” - SUSANNA GARAVAGLIA⁷²

- **Reni, spiritualità e spunti meditativi**

Essendo gli individui degli esseri multidimensionali, ciascun organo oltre a avere un piano fisico, emotivo, psichico ed energetico svolge una funzione a livello spirituale. Trattare le disfunzioni fisiche, in tal senso può essere un catalizzatore per risalire al karma della persona, ossia a ciò che attraverso la sua vita e la sua esperienza l'individuo sta riequilibrando e riarmonizzando delle sue azioni passate.

Come spiega Lucia Prato nel suo libro *“Sulla Via ti ho incontrato”*, *“ogni disarmonia che noi creiamo a livello spirituale, se non risolta, pian piano si trasferisce a livello fisico. Ogni evento della vita va letto in profondità e va vista in base al disegno Divino che c'è dietro: risulta in tal senso necessario meditare sulla causa profonda di quel disturbo”*.

Il rene, in quanto organo della depurazione, ci può insegnare a meditare sulla limpidezza del rapporto che abbiamo con noi stessi e con gli altri e con l'intero sistema di vita che conduciamo: quanto siamo autentici con noi stessi, con la verità che portiamo dentro? Cosa nascondiamo anche a noi stessi? Di cosa c'è bisogno che mi depuri e mi renda essenziale su tutti i piani della mia vita?

In quanto organi deputati all'eliminazione dei rifiuti possono guidarci a meditare sul rapporto che abbiamo con le cose, con il possedere e il trattenere oggetti, persone, con il nostro restare attaccati a situazioni, a schemi di vita, bloccando lì la nostra energia. O su quanto al contrario scialacquiamo il nostro tempo, le nostre risorse facendo difficoltà a restare dentro di noi.

In quanto strumento per filtrare e veicolare nel mondo il proprio “Oro distillato” è utile interrogarsi: in che modo si nutrono i propri potenziali, e quanta fiducia si ha nel condividere i propri talenti più profondi nel mondo affinché essi possano essere al metterlo al servizio della Vita e degli altri? Quanto si trattiene invece la propria bellezza dentro di sé e non si osa manifestarla?

Essendo i reni così connessi all'acqua, può essere interessante meditare anche su questo elemento, affidandoci alla sua potenza di fluire, di superare gli ostacoli aggirandoli e di trasformarli lì dove ci sono ristagni.

⁷²dispense di Psicosomatica e Guarigione Olistica- Centro di Ricerca Erba Sacra



Può risultare uno strumento interessante meditare anche sull' Archetipo della divinità dell'Acqua, connettendoci ad esempio alla Divinità Yemaya celebrata delle tradizioni africane e latino-americane invocandola:



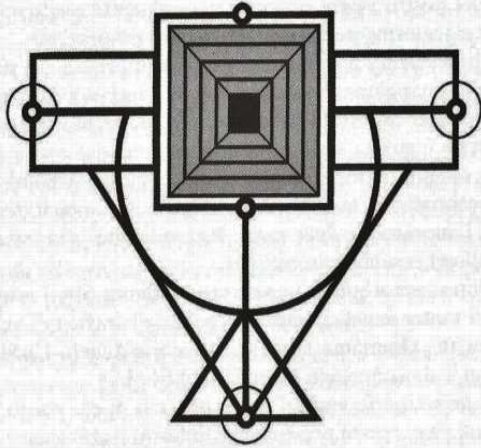
*“Yemaya del grande fiume
Yemaya del grande mare
mia bella Signora dell'acque
Ascolta I miei desideri che ti rivolgo
Yemaya rendi me e la mia vita fruttuosa e fertile
Yemaya esaudisci i miei desideri
Signora degli oceani magnificenti
Ascolta le preghiere che ti rivolgo
O madre delle acque!
Grande è il tuo potere, la tua forza e la tua luce.
fa che la tua grandezza
sia la più grande ricchezza che tu mi dispensi.
circondata da
dolci melodie che sorgono da te.”⁷³*

Un ulteriore spunto meditativo che può sostenere la salute del rene può essere meditare con le immagini degli yantra angelici relativi al 1° e al 2° chakra, a cui le funzioni del rene sono connesse.

Lo yantra è un simbolo grafico, la cui struttura è essenzialmente geometrica che si compone con altri segni grafici e figure archetipiche. Esso viene costruito sotto una forte ispirazione spirituale così che esso assume un valore fortemente energetico e trasmissivo, così che ogni yantra ha il potere di attivare particolari forze trasformative. I seguenti yantra fanno parte del *sistema degli otto yantra angelici* ideato dal trainer Sergio della Puppa.

⁷³<https://oracionbendita.com/it/preghiera-a-yemaya>

ANGELO DI TERRA



Chakra: 1°, centro energetico della radice.

Messaggio: forza vitale; stabilità; equilibrio; rigenerazione.

Colori: rosso scuro; amaranto scuro; verde scuro; ocre; tutti i toni bruni e terragni.

Cristalli: ossidiana; ossidiana ovattata; ossidiana arcoiris; ossidiana rossa; diaspro rosso; diaspro leopardo; magnetite; magnesite rossa; pirite; mookaite; lignite; pietra di Marte (rosalita); tormalina nera; tormalina verde scuro; ematite; agata rossa; agata botswana; malachite; avventurina; nefrite; quarzo fumé; quarzo morione; quarzo tormalinato; occhio di bue; epidoto; rodonite; eliotropio; granato scuro; boji; shaman stone.

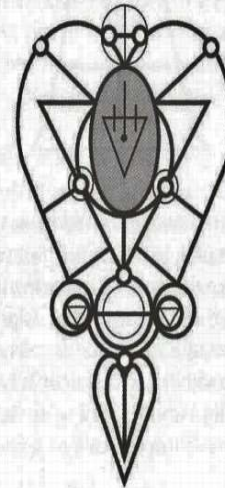
Piano fisico: sistema immunitario; intestino crasso; piedi; gambe; assetto posturale; prostata; vertebre lombari; anche.

Piano mentale: equilibrio psicofisico; centratura; radicamento; senso della realtà materiale; memoria; è adatto in caso di vertigini; acquieta l'eccesso di emotività; è utile in caso di fobie connesse alla sopravvivenza e per sedare attacchi di panico.

Piano spirituale: connessione con la Madre Terra; potere tellurico; reintegra da scollamenti spazio-temporali.

Dove può essere collocato: vicino alla soglia di casa; sotto una scala; su punti di negatività tellurica (ad esempio i «nodi di Hartmann»), per neutralizzare le onde nocive (per questo utilizzo, consiglio di caricarlo con un cristallo di tormalina nera); sotto il computer e altre apparecchiature elettroniche; nell'orto; in luoghi dove si effettuano massaggi; nelle palestre; vicino al letto di una persona malata o convalescente; sopra le finestre che si affacciano su dirupi, o su ripidissime discese; in mansarde, soffitte e torrette; dovunque vi sia un eccesso dell'elemento Aria.

ANGELO D'ACQUA



Chakra: 2°, centro energetico dell'ombelico; 4°, centro energetico del cuore.

Messaggio: amore; compassione; fiducia; nutrimento emozionale.

Colori: tutta la gamma dei rosa; verde acqua; celeste pallido.

Cristalli: quarzo rosa; kunzite; rodocrosite; manganese di calcite; opale rosa; opale bianco; opalite andina; tormalina rosa; pietra di luna; selenite; ossidiana nobile; prhenite; crisoprasio; apophillite verde; fluorite verde; acquamarina verde.

Piano fisico: sistema linfatico; cuore (soprattutto in caso di tachicardie); organi genitali femminili; ovaie; seno; mano sinistra.

Piano mentale: riequilibrio emozionale; amorevolezza; fiducia; autostima; è utile in caso di chiusura psicofisica, o di proiezioni conflittuali sull'amore; lenisce lo stress emotivo e aiuta a guarire le ferite del cuore.

Piano spirituale: amore incondizionato; apertura all'Esistenza; connessione con il cuore spirituale e con il potere guaritore dell'Amore.

Dove può essere collocato: in camera da letto; nella stanza dei bambini; vicino alla vasca da bagno; nei luoghi ove ci si prende cura delle persone; nei luoghi in cui si opera per la guarigione; nei centri di meditazione; dove meditiamo; ovunque ci sia un eccesso dell'elemento Fuoco.

74

Capitolo 3: APPARATO RIPRODUTTIVO, ENERGIA SESSUALE E SESSUALITÀ

Il terzo elemento protagonista della triade su cui è incentrata la mia tesi, insieme al progetto dell'Anima e all'energia renale, è l'energia sessuale. Come per l'apparato urinario, andrò a trattare in questo capitolo l'argomento sui vari livelli che costituiscono l'essere umano multidimensionale, affrontandolo sempre da un punto di vista naturopatico.

Andrò ad analizzare il ruolo della sessualità a livello biologico partendo dall'analisi dell'apparato riproduttore, quale strumento della riproduzione della specie; passando a un'analisi della sessualità e come lo sviluppo psico emotivo possa influenzarla; in che modo vivere il piacere o inibirselo possa determinare adattamenti corporei e disfunzioni della sessualità; tratterò la sessualità anche da un punto di vista energetico sia secondo la Medicina Tradizionale Cinese sia come interazione tra Campi; per terminare l'analisi di questo capitolo con la visione spirituale e ricollegarla al progetto dell'Anima.

• **3.0 Il ruolo biologico della sessualità: la conservazione della specie**

Parlare di sessualità significa parlare di un aspetto essenziale della Vita che è la manifestazione e il frutto di tante aree interconnesse: è un fenomeno complesso che viene influenzato da fattori culturali, ereditari, psicologici, emotivi, energetici, biologici ed è strettamente legato al livello evolutivo della persona.

Su un piano puramente biologico, essa è una espressione necessaria dell'essere umano: nasce come necessità di proiettarsi nel futuro attraverso la proliferazione e l'atto sessuale garantisce la conservazione della specie: questa finalità è una prerogativa primaria ed esistenziale del motivo per cui siamo sul pianeta Terra come esseri umani.

La conservazione della specie, infatti, è preliminare all'evoluzione: senza un corpo materico non avremmo il mezzo fisico attraverso cui il nostro Sé, la nostra Anima può fare esperienza ed evolvere.

Ecco perché l'impulso sessuale è così forte ed è mediato da sensazioni fisiche tanto piacevoli: è essenziale che l'atto sessuale si ripeta per proliferare.

La sessualità è, quindi, un'espressione necessaria dell'essere umano, è un fenomeno complesso che viene influenzato da fattori psicologici, biologici e culturali e non si può ridurre alla dimensione genitale del sesso, ma coinvolge sensazioni ed emozioni. La sessualità è nata sicuramente con la finalità evolutiva delle specie, ma nei mammiferi ha raggiunto un livello espressivo e socialmente utile di relazione, comunicazione, scambio di piacere, momento privilegiato dell'intimità. La sessualità è uno dei più potenti organizzatori della nostra vita relazionale e sociale ed è un bisogno fondamentale di tutte le specie viventi, in particolare dell'uomo, in quanto è parte costitutiva della sua identità: è uno strumento principale di interazione sia con se stesso che con gli altri. È qualcosa che si esprime e si vive in modo diverso a seconda dell'educazione che si è ricevuta, della cultura in cui si è cresciuti, della propria storia e delle proprie esperienze di vita. Si tratta di un comportamento che ha molto a che

fare con gli istinti profondi e con la libertà o la censura che essi hanno subito nel corso dell'evoluzione psicologica e sessuale di ogni individuo. La sessualità trova il suo momento più alto nella dimensione emozionale ed affettiva della coppia, nella creazione dell'intimità che porta allo stato felice di estrema fiducia e reciproco scambio di aiuto e compagnia, che sfocerà poi naturalmente nella cura della prole. Nelle varie culture, il comportamento sessuale umano è stato molto condizionato dalle regole e dalla cultura in cui vive, il che modifica anche la gestione stessa della famiglia passando dalla monogamia, alla poligamia, ecc. A volte, questi comportamenti indotti dalla civiltà in cui si vive, possono non riflettere le naturali inclinazioni sessuali dell'individuo e questo può creare disagi interni nel percepirsi come uomo o donna e nel relazionarsi all'altro sesso.

A prescindere dalle varie inclinazioni personali e culturali, dal punto di vista biologico e riproduttivo, l'atto sessuale e l'apparato genitale sono legati all'essenza della riproduzione sessuale che è un biparentale: la dicotomia maschio-femmina e la pratica dell'eterosessualità rappresentano il meccanismo fondamentale di riproduzione della nostra specie: esso è iscritto nel corpo e nel cervello degli esseri umani. La prole riceve geni dai due genitori che, durante l'atto sessuale, uniscono i loro gameti (cellule sessuali) a formare lo zigote. L'uovo fecondato, pur ricevendo i geni di entrambi i genitori, non sarà identico a nessuno dei due. Il processo che porta l'unione dei rispettivi gameti va comunque bene oltre il puro atto fisico; si tratta infatti di due esseri umani nella loro interezza multidimensionale che sono spinti a unire i loro corpi dal desiderio. Questo risponde anche all'interazione animica dei loro campi energetici, e la scelta, seppur in modo inconsapevole è guidata dalla lezione e dall'esperienza che le due Anime che si incontrano e la terza -che eventualmente si incarna attraverso il loro atto sessuale- hanno deciso di vivere per la loro evoluzione.

- **3.1 Anatomia e fisiologia dell'apparato genitale**

Come già visto nel primo capitolo, l'apparato riproduttivo resta indifferenziato e bi-potenziale fino all'ottava-decima settimana di sviluppo embrionale. Successivamente lo sviluppo segue in modo diverso fino alla formazione di due apparati differenti; eppure, tra loro complementari: nel maschio è costituito in modo da produrre spermatozoi e introdurli nell'apparato femminile e fecondarlo. L'apparato riproduttivo femminile produce ovuli, riceve lo sperma dell'uomo e fornisce al suo interno uno spazio protetto affinché possa avvenire l'unione dei due gameti e possa avvenire lo sviluppo dell'embrione.

L'apparato riproduttivo è costituito da organi sessuali primari e secondari. I primari sono detti anche gonadi (testicoli nell'uomo e ovaia nella donna) e sono deputati alla produzione dei gameti. I secondari sono altri organi necessari alla riproduzione: nell'uomo sono costituiti da un sistema di dotti, di ghiandole e dal pene, nella donna da tube uterine, utero e vagina.

Nell'uomo, i genitali esterni sono posti nell'area del perineo, una zona a forma di diamante che circonda l'area coccigea e urogenitale e che vedremo, più avanti, svolge un ruolo molto importante nella visione taoista.

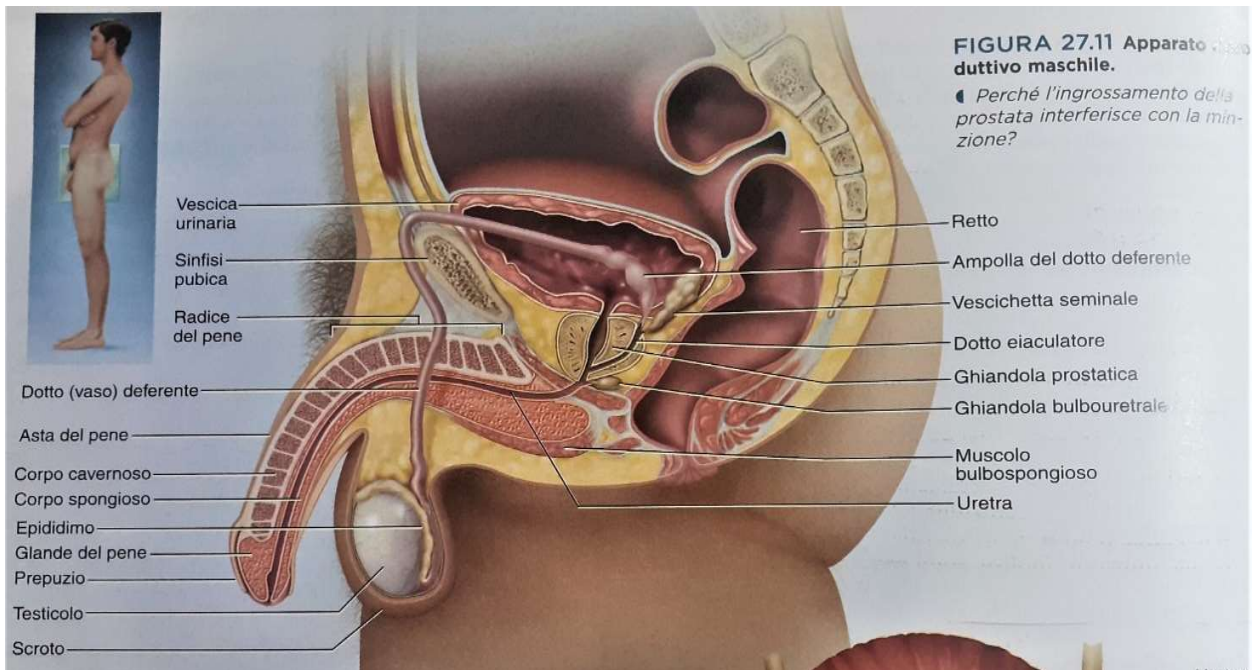


FIGURA 27.11 Apparato riproduttivo maschile.

Perché l'ingrossamento della prostata interferisce con la minzione?

Essi sono costituiti da:

-lo **scroto**: la borsa pendula di cute, tessuto muscolare e tessuto connettivo fibroso che contiene i

testicoli, il dotto deferente per lo sperma, vasi sanguigni e linfatici e i nervi testicolari;

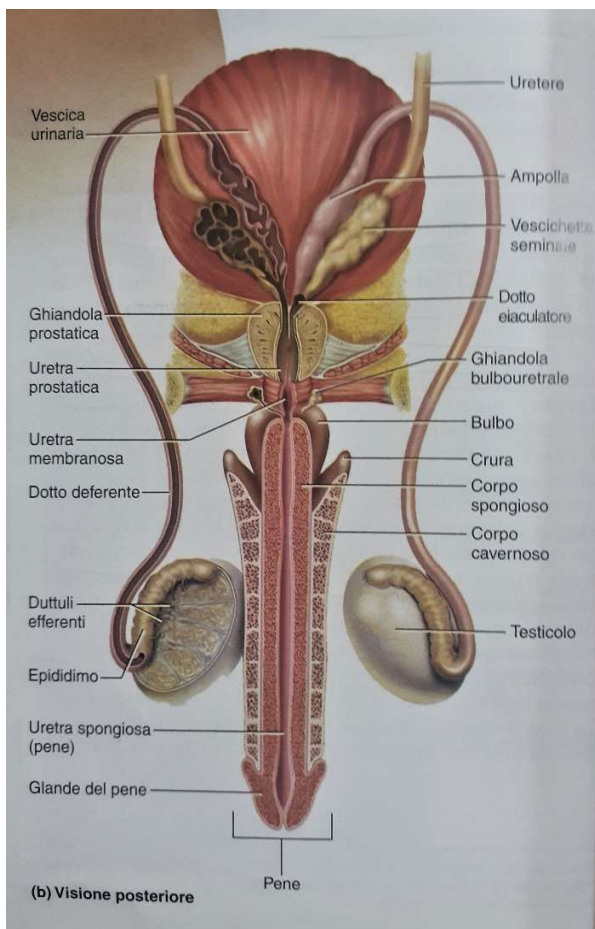
-i **testicoli**: ghiandole endocrine ed esocrine che producono gli ormoni sessuali e gli spermatozoi: questi sono prodotti nei tubuli seminiferi che terminano nella rete testicolare;

- i **dotti spermatici**: una serie di dotti (i **Duttuli efferenti**, l'**epididimo**, il **dotto deferente** e il **dotto eiaculatore**) attraverso cui gli spermatozoi vengono condotti dai testicoli fino all'uretra e nel frattempo maturano;

-l'**uretra**, all'interno del pene, che è contemporaneamente parte dell'apparato riproduttivo e di quello urinario e da cui fuoriesce sia l'urina sia lo sperma;

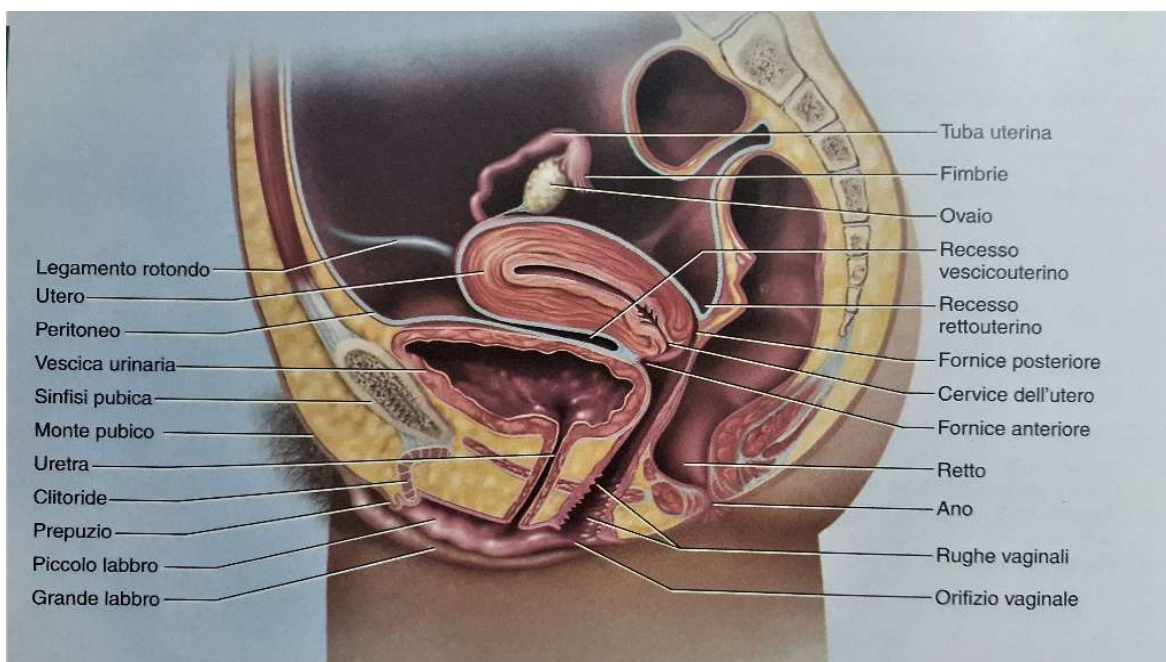
- il **pene** è l'organo erettile maschile che ha la capacità di ingrossare le sue dimensioni con l'eccitazione al fine di poter penetrare la vagina e depositare lo sperma. Esso è costituito dalla **radice**, dall'**asta** e dalla **glante**;

-i tre tipi di **ghiandole accessorie**: le **vescichette seminali**, la **ghiandola prostatica** e le **ghiandole bulbo uretrali di Cowper**.



Nella donna i genitali interni comprendono l'ovaia, le tube uterine, l'utero e la vagina. I genitali esterni sono principalmente il clitoride, le piccole e le grandi labbra.

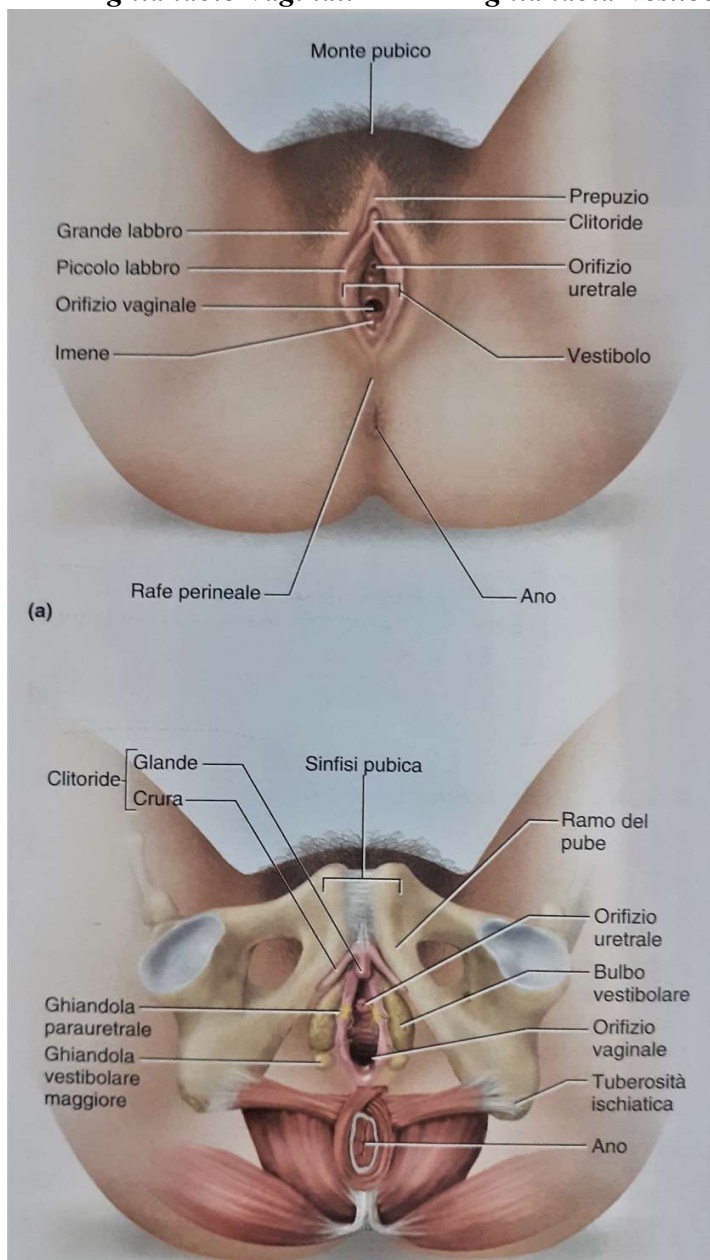
- Le due **ovaie** sono le gonadi femminili: esse producono gli ovuli e gli ormoni sessuali e sono poste nella fossa ovarica, nella parete posteriore del bacino. Al loro interno si sviluppano gli ovuli ognuno in un **follicolo** pieno di liquido, che si rompe in fase ovulatoria rilasciando l'ovulo per poter essere fecondato.
- Il collegamento tra le ovaie e l'utero è costituito dalle **tube uterine o tube di Falloppio**, due canali della lunghezza di 10 cm circa rivestite internamente da muscolatura liscia e da ciglia che pulsano facilitando il passaggio dell'ovulo.
- L'**utero** è una sacca muscolare posta dietro e sopra alla vescica a forma di pera rovesciata con una porzione superiore definita **fondo**, una centrale **corpo** e una inferiore che è la **cervice**. L'utero è una sacca potenziale che in caso di gravidanza ospita e nutre il feto per tutto il periodo della gestazione. La connessione alla vagina avviene attraverso il **canale cervicale** che contiene le **ghiandole cervicali**: esse secernono un muco con doppia funzione: prevenire la diffusione di microorganismi dall'esterno verso l'utero e durante l'ovulazione facilitare il passaggio degli spermatozoi.
- La **vagina** è un canale di 8-10 cm che permette di accogliere il pene dell'uomo (la sua muscolatura è elastica) e il suo sperma, di rilasciare il sangue mestruale e il bambino alla nascita.



I genitali esterni femminili, posti nella zona del perineo, sono chiamati complessivamente la **vulva pudenda** (che significa vergognosa); essi comprendono:

⁷⁵ Immagini anatomiche da Anatomia e fisiologia, Saladin, Piccin

- il **monte di Venere o monte del pube** costituito da tessuto adiposo;
- le **grandi labbra** che circondano una fessura definita **fessura pudenda**;
- all'interno delle grandi labbra sono presenti le **piccole labbra**, due lembi di tessuto che racchiudono l'**area del vestibolo** contenente l'orifizio uretrale e il vaginale che si uniscono anteriormente a formare il **prepuzio** che è il cappuccio del clitoride.
- il **clitoride** è l'organo erettile femminile deputato al piacere; si sviluppa quasi tutto internamente: la sua testa è il glande posta sotto al prepuzio e ha due peduncoli costituiti dai corpi cavernosi, uno per ciascun arco pubico: esso è il corrispettivo del pene nella donna.
- le **ghiandole vaginali** sono: la **ghiandola vestibolare maggiore del Bartolini**, le **ghiandole vestibolari minori** e le **ghiandole parauretrali mucose di Skene**: servono per produrre fluidi quando la donna è eccitata, di conseguenza aiutano il rapporto sessuale e lo rendono più piacevole. Si possono considerare ghiandole sessuali anche le ghiandole mammarie e le ghiandole alveolari presenti nel seno.



Trattare la fisiologia dell'apparato riproduttivo significherebbe trattare tutto il processo ormonale coinvolto nelle varie fasi di crescita dell'uomo e della donna (in questo caso anche delle sue varie fasi cicliche e gestazionali), tutto il sistema di innervazione e di circolazione sanguigna coinvolte. In questa tesi, invece, *desidero soffermare la mia attenzione sulla fisiologia dell'eccitazione e dell'orgasmo, per riconnetterle più avanti al concetto di energia sessuale e su come questa appunto possa essere utilizzata come catalizzatore del Progetto individuale dell'Anima.*

I cambiamenti fisiologici che si verificano durante il rapporto sessuale sono legati a diverse fasi: l'eccitazione, il plateau, l'orgasmo e la risoluzione: ciascuna fase è caratterizzata da adattamenti neurologici, vascolari e

ormonali specifici.

La fase di eccitazione può essere indotta da un'ampia gamma di stimoli erotici, come sguardi, parole, suoni, profumi e odori, contatti, da sogni, immaginazioni e pensieri così come può essere inibita da preoccupazioni, da emozioni di paura di rabbia, da ansia e da stress.

Nell'uomo la manifestazione più visibile dell'eccitazione è l'erezione del pene, elemento necessario affinché esso possa entrare nella vagina. L'eccitazione in entrambi i sessi è caratterizzata da una vasocongestione che determina un maggior afflusso sanguigno nei genitali e quindi un loro ingrossamento; una tensione muscolare generalizzata e un aumento della frequenza cardiaca, della ventilazione polmonare e della pressione sanguigna.

Nella fase di plateau, da pochi secondi a pochi minuti prima dell'orgasmo, aumentano tanto i parametri cardiaci, respiratori e pressori, aumentando ulteriormente la vasocongestione e la miotonia (la tensione muscolare).

Il picco si raggiunge durante l'orgasmo, una reazione breve ed intensa in cui la frequenza cardiaca può arrivare fino ai 180 battiti al minuto con proporzionale aumento della pressione arteriosa e la frequenza respiratoria arriva fino ai 40 atti respiratori al minuto.

Spesso l'orgasmo maschile è legato all'eiaculazione che, ai fini riproduttivi, è l'evento più significativo: esso, infatti, permette l'emissione dello sperma dal pene in vagina. L'emissione è data da una scarica del sistema simpatico che fa contrarre i dotti deferenti e la prostata fino a spingere lo sperma lungo i vari canali e a riversarlo nell'uretra.

Le contrazioni simpaticotoniche raggiungono i muscoli bulbospongioso, ischiocavernoso e l'elevatore dell'ano, creando delle forti contrazioni che comprimono l'uretra e spingono con forza e con urgenza lo sperma (costituito da spermatozoi, liquido prostatico e liquido delle vescichette seminali) fuori dal pene. Questo genera come un profondo rilascio della tensione accumulata.

Incomincia, così, il processo di risoluzione, in cui il pene inizia una fase di detumescenza, perdendo gradualmente la tonicità e la grandezza che avevano caratterizzato i precedenti stadi. In questo processo i parametri respiratori e cardiovascolari ritornano alla normalità e nell'uomo si verifica un periodo refrattario che può durare da 10 min ad alcune ore in cui non si riesce ad avere una nuova erezione e un nuovo orgasmo.

Nella donna, seppur i controlli neurologici e vascolari siano gli stessi che nell'uomo, ci sono delle differenze sostanziali.

Durante l'eccitazione, nella donna, le piccole labbra congestionandosi possono sporgere al di fuori delle grandi labbra che a loro volta si ingrandiscono, arrossandosi. La parete vaginale va in iperemia e il canale vaginale si lubrifica grazie al trasudato vaginale e alle secrezioni delle ghiandole vestibolari maggiori; l'estremità interna della vagina si dilata mentre la parte inferiore si restringe creando un passaggio stretto chiamato **piattaforma orgasmica**: è proprio questa zona che nelle fasi successive, stirandosi e tendendosi attraverso l'azione di alcune fasce muscolari, dà inizio al processo di contrazioni involontarie, l'orgasmo.

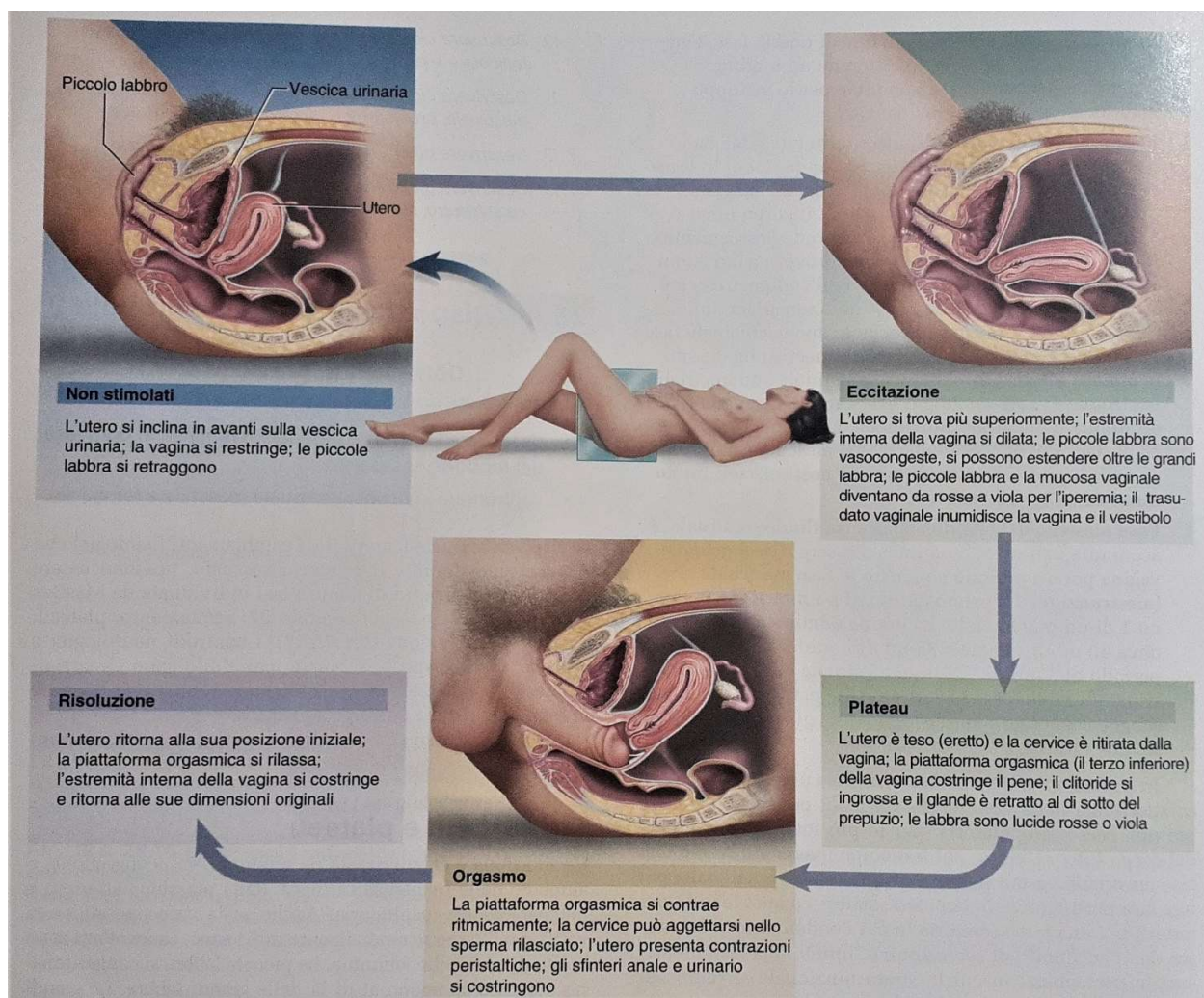
L'utero durante l'eccitamento passa in una posizione più eretta rispetto al suo normale tendere in avanti sopra alla vescica urinaria, fino ad arrivare in una posizione quasi verticale nella fase di plateau: evento definito *effetto tenda*. Il clitoride si inturgidisce e aumenta il suo volume due-tre volte, esattamente come il pene: affinché ciò avvenga è necessaria la diminuzione del tono simpatico per consentire il

rilassamento dei corpi cavernosi e la vasocongestione della clitoride. Nella fase di eccitazione i seni diventano congesti e i capezzoli eretti.

Nella fase di plateau, può essere percepita una sensazione che è come una spinta del bacino e si avverte come una piccola sospensione dell'intero organismo che precede l'orgasmo: una sensazione intensa che dal bacino può coinvolgere l'intero organismo generando un'espansione del calore. La piattaforma orgasmica ha delle contrazioni forte ravvicinate; la cervice in modo spasmodico si sistema in vagina; onde peristaltiche attraversano la muscolatura uterina; lo sfintere anale e uretrali sono contratti: le contrazioni ritmiche si verificano all'interno dell'utero, del canale vaginale e dello sfintere anale, cominciando a intervalli di 0,8 secondi e poi diminuendo di intensità, regolarità e durata; il seno si ingrandisce ulteriormente e i capezzoli sempre più turgidi; i parametri cardiaci e respiratori aumentano; si percepisce un piacere intenso e a uno stato alterato di coscienza; le ghiandole parauretrali (le corrispondenti femminili della prostata maschile) possono espellere abbondante liquido generando il fenomeno già citato nel capitolo 2, definito squirting o eiaculazione femminile.

Come viene scritto nel manuale di Francesco Bottaccioli e Anna Giulia Bottaccioli intitolato "Psiconeuroendocrinoimmunologia e scienza della cura integrata", *"numerosi studi hanno dimostrato anche la possibilità di una vera e propria eiaculazione femminile attraverso l'uretra, al momento dell'orgasmo. Una recente revisione del Journal of Sexual Medicine ha chiarito che i liquidi femminili che vengono emessi all'acme del piacere devono essere ben distinti dall'incontinenza urinaria e ha sottolineato come l'espulsione di vari tipi e quantità di fluidi al momento dell'orgasmo sia stata erroneamente considerata lo stesso fenomeno. Secondo questa formulazione, l'eiaculazione orgasmica è definita come una risposta fisiologica e comporta l'espulsione di grandi quantità di fluidi provenienti dalla vescica (squirting), dalla prostata femminile (eiaculazione femminile) o dalla combinazione di entrambi. L'eiaculato femminile è una piccola quantità (da 1 a 30 mL) di fluido lattescente, biancastro come il liquido seminale. Addiego aveva ipotizzato per primo che questo liquido potesse provenire dalla prostata femminile, chiamata comunemente ghiandola di Skene e localizzata a livello parauretrale."*

Durante la fase della risoluzione, l'utero si ripiega in avanti sulla vescica urinaria, la vagina, i seni e i capezzoli gradualmente rientrano nelle loro dimensioni normali. A differenza dell'uomo, la donna non ha un periodo refrattario, infatti, è potenzialmente multi-orgasmica. A livello energetico, infatti, il piacere maschile e il piacere femminile sono caratterizzate da due curve orgasmiche completamente differenti.



76

L'orgasmo femminile è un fenomeno articolato di natura neuromuscolare influenzato e attivato da stimoli genitali, somatici, ormonali, emotivi, mentali, energetici, ambientali, relazionali ed è accompagnato da una percezione centrale giudicata piacevole dalla corteccia cerebrale. In termini fisiologici, l'orgasmo femminile è una risposta sessuale più complessa e meno studiata e definita rispetto a quello maschile. In base alle esperienze femminili, sono state ipotizzate diverse tipologie di orgasmo tanto da far parlare della donna come un corpo potenzialmente e interamente orgasmico: una donna può essere orgasmica, infatti, anche in assenza di mammelle, utero, tube, ovaie, vagina o vulva. *“Per quanto riguarda gli indizi fisiologici e comportamentali dell'orgasmo, Masters e Johnson sono stati i primi ricercatori a studiarli in un ambiente di laboratorio. Essi documentarono che l'intero corpo era, in un certo senso, coinvolto nell'esperienza orgasmica”*⁷⁷.

Andando avanti con la trattazione, analizzerò anche il ruolo del campo energetico rispetto all'orgasmo, che può così avvenire anche senza diretto coinvolgimento genitale, ricordando appunto che l'essere

⁷⁶Stadi della risposta sessuale femminile, da Anatomia e fisiologia, Saladin, Piccin

⁷⁷“Psiconeuroendocrinoimmunologia e scienza della cura integrata. Il manuale” di Francesco Bottaccioli e Anna Giulia Bottaccioli

umano è un essere multidimensionale e anche l'orgasmo è un fenomeno che coinvolge tutte le sue dimensioni esistenziali.

Gli orgasmi più conosciuti e più studiati, tuttavia, sono l'orgasmo clitorideo e l'orgasmo vaginale.

La clitoride gioca un ruolo centrale nell'eccitazione e nell'orgasmo femminile: esso è l'organo sessuale deputato unicamente al piacere (elemento che non è presente nell'uomo), è un corpo erettile con più di 8000 terminazioni nervose. Queste ultime rilasciano VIP (peptide intestinale vasoattivo) che, assieme all'ossido nitrico (NO), dilata le arterie promuovendo il rilassamento dei corpi cavernosi.

Per quanto riguarda quello che viene definito orgasmo vaginale, esso ha a che fare con l'eccitazione del punto G che prende il nome dal ginecologo Grafenberg; esso è una zona erogena situata nella regione della parete vaginale anteriore dove le radici interne del clitoride prendono rapporti con l'uretra e con altre numerose ghiandole.

Negli ultimi tempi nella comunità scientifica, è stato proposto di rinominare questa struttura con un nome più tecnico che meglio spieghi di che cosa si tratta: **complesso clitoro-uretro-vaginale (CUV**, in inglese CUV complex), che descrive più correttamente il rapporto di reciprocità tra il clitoride e la vagina. Considerata la reciprocità fisiologica e anatomica delle strutture vaginali, si può anche mettere in dubbio il bisogno di dividere e di differenziare i due tipi di orgasmi. Infatti, posto che l'orgasmo femminile non sia riconducibile a un unico modello, resta il fatto che una visione sempre più approfondita del fenomeno documenta che sia la clitoride sia la vagina vengono coinvolte entrambe nel raggiungimento del piacere procurato dal coito.

Secondo Freud, la donna è un essere estremamente complesso e nel suo sviluppo sessuale passa per una prima fase maschile, una fase di eccitazione fallica, basata sul ruolo svolto della clitoride a una seconda fase che la rende pienamente donna: mettendo al centro del suo piacere la vagina che le permette di accogliere il pene.

- **3.2 Il cervello sessuale**

Procedo con l'analizzare la sessualità da un punto di vista neurologico e della neurotrasmissione. Il cervello, infatti, è a tutti gli effetti un importantissimo organo sessuale: gli eventi e i cambiamenti legati alla sessualità avvengono inizialmente nel sistema nervoso centrale. È nel cervello che si sviluppa un'immagine, un'idea, una fantasia, si ricorda un profumo o un evento, un pensiero che stimola il cervello creando uno stato eccitatorio. Il Cervello riceve, interpreta, filtra, stimola, a volte arricchendo e sublimando la sessualità, altre volte inibendola. È nel cervello che si desidera, si immagina, si creano emozioni e si arricchisce il puro sesso meccanico fisico di significati ludici, relazionali, intimi o coscienziali. Affinché il processo sessuale abbia inizio, quindi, il cervello deve trasmettere in modo cosciente un'informazione emotiva e sessuale rilevante. Nell'analisi della sessualità, così, come in quella di eventuali situazioni di disagio legati alla sfera sessuale, è di fondamentale importanza l'attenzione anche sul cervello.

La sessualità dal punto di vista del suo aspetto riproduttivo è legata a pulsioni di base regolate dal cervello animale, ossia dal cervello rettiliano primitivo. Il cervello rettiliano strutturalmente corrisponde al tronco encefalico che controlla le funzioni di base della vita e la sua corteccia primitiva regola le emozioni comportamentali primarie (sulla base di un bisogno, si genera nel cervello

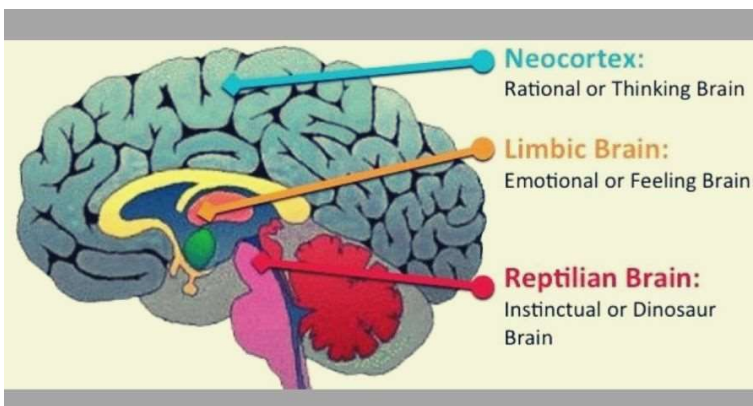
un'emozione, a cui corrisponde un'azione, un comportamento che permette di assolvere al bisogno primario) necessarie per il mantenimento e la sopravvivenza della specie. Paura-rabbia generano un comportamento di tipo attacco-fuga. Fame-sete spingono l'animale a uscire dalla tana ad andare in cerca di cibo per nutrirsi e a rientrare quando si attiva l'emozione comportamentale della sazietà. Attrazione e copulazione permettono all'animale di accoppiarsi e riprodursi.

Sono emozioni che corrispondono a centri di regolazione atavici, rimasti ancora oggi nel nostro cervello, seppur sono cambiate, grazie all'evoluzione, le modalità con le quali assolviamo alle stesse.

Quelle del sistema rettiliano sono, quindi, le pulsioni profonde che a livello psico-emotivo possiamo definire le *pulsioni dell'Es* (di cui ho già parlato nello scorso capitolo), rintracciabile sulla zona della mappa iridologica che corrisponde al rene fisico e all'energia e alle funzioni del primo e del secondo chakra (cui sono connessi gli organi genitali e i reni).

Tuttavia, miliardi di anni di evoluzione hanno fatto sì che l'uomo abbia sviluppato un cervello con delle strutture che lo hanno differenziato profondamente dall'animale e gli permettono di vivere le sue emozioni, anche su livello vibrazionale e coscienziale più alto: l'uomo non subisce più passivamente un istinto, ma cerca di esercitare un controllo sulla sessualità, non solo scindendo l'aspetto procreativo dagli altri, ma attribuendo "significati": questo gli permette di poter volontariamente consapevolizzare sempre più la propria energia sessuale e utilizzarla per la propria evoluzione.

Oltre al cervello rettiliano e alla corteccia cerebrale ad esso connessa, esistono altri 2 livelli di corteccia cerebrale: la corteccia limbica e la neocorteccia.



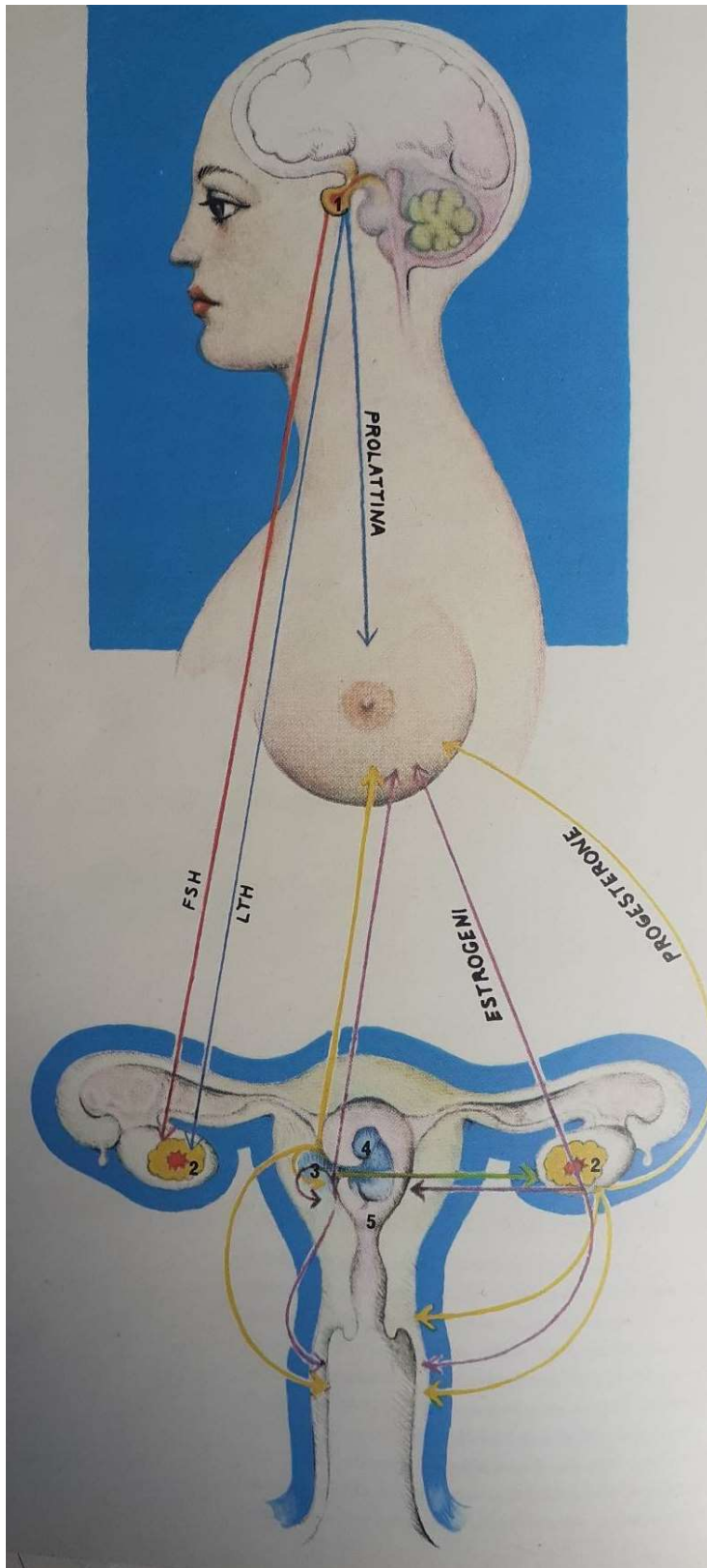
78

Il **cervello limbico** corrisponde a una parte importante del cervello dei mammiferi (animali capaci di sviluppare legami, accudimenti, attaccamenti). Esso è la zona delle emozioni, dei sentimenti, dell'affettività, delle memorie emotive in confronto alle quali vengono generate risposte di adattamento organico agli stimoli sia interni che esterni. Il cervello

limbico, infatti, è strettamente connesso con l'ipotalamo, la struttura neuroendocrina del cervello in cui sono presenti numerosissimi recettori per gli estrogeni, il progesterone e gli androgeni (ormoni sessuali). L'ipotalamo è anche legato al controllo del tono dell'umore, dell'elaborazione del pensiero sessuale: in esso è presente il *Nucleus accumbens*, strettamente legato all'elaborazione delle sensazioni del piacere. L'ipotalamo, inoltre, e non per seconda importanza, è la struttura principale nella gestione degli adattamenti organici: esso manda stimoli di regolazione all'intero organismo attraverso la via nervosa autonoma (sistema simpatico e sistema parasimpatico) e attraverso la via ormonale espressa e gestita dall'ipofisi.

L'ipofisi è la ghiandola endocrina principale e la centralina ormonale dell'intero organismo, a cui tutte le altre ghiandole sono connesse, quindi anche le ghiandole sessuali.

⁷⁸Immagine: <https://www.bing.com/images>



Tutto il processo sessuale, infatti, è strettamente legato alle variazioni ormonali non che alle loro quantità presenti nel sangue. E viceversa l'attività sessuale è una pratica che aiuta a creare armonia sugli squilibri chimici del corpo, quindi anche su quelli ormonali. Questo perché l'attività delle ghiandole si influenza reciprocamente: una maggiore produzione di ormoni sessuali stimola tutte le altre ghiandole endocrine. Da questo si comprende come gli ormoni sessuali condizionino ogni aspetto della vita dell'individuo, incidendo anche sulla personalità e sulla configurazione strutturale delle cellule cerebrali, incidendo anche su quella che viene definita come attivazione cerebrale di tipo maschile o femminile. *“Il dottor Gunther Dornier, direttore dell'istituto di endocrinologia sperimentale di Berlino est, osserva: “gli ormoni sessuali non si producono dal nulla durante la pubertà né vagano nel corpo senza meta: sanno benissimo dove dirigersi! Tessuti, nervi e chimica del cervello sono stati sessualmente marchiati, hanno ricevuto l'impronta degli organi sessuali già durante la vita fetale. E spiegano i comportamenti che caratterizzano l'organismo adulto del maschio e della femmina”.*⁷⁹

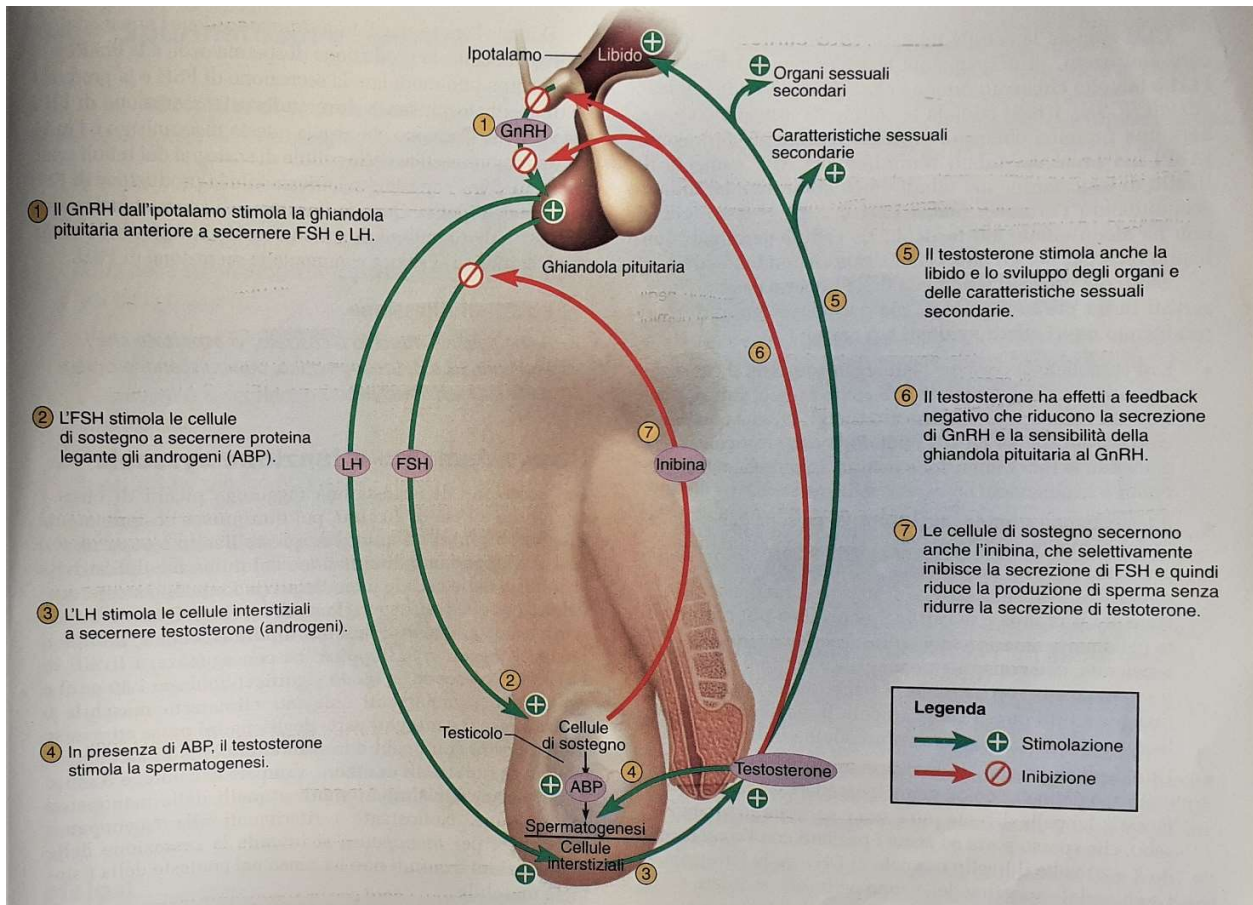
È nella corteccia limbica che si passa dal fare sesso al fare l'amore: lo stesso atto si arricchisce di quegli atteggiamenti di cura e di tenerezza, dell'abbracciarsi, dell'accarezzarsi gesti che liberano endorfine e ossitocina, ormoni che contribuiscono alla creazione di attaccamenti e legami.

La corteccia più recente in termini di evoluzione è la neo-corticale, che elabora informazioni, attribuisce significati, genera pensieri, collega ciò che vive a una

⁷⁹Tao Yoga dell'Amore, Mantak Chia

progettualità, attribuisce una finalità, valuta la qualità di una relazione. È la sede cerebrale dove si può creare un arricchimento alla sessualità o anche un suo impedimento legato alla presenza di pensieri, di insicurezza, ansie da prestazioni, preoccupazioni sulle proprie capacità e sulle abilità di soddisfare il proprio partner.

80



81

Importante evidenziare, inoltre, che le aree genitali sono ricchissime di terminazioni nervose con comunicazione nervosa sia afferente che efferente: questo determina che anche la loro stimolazione va a trasmettere informazioni verso le cortecce cerebrali, attivandone zone specifiche.

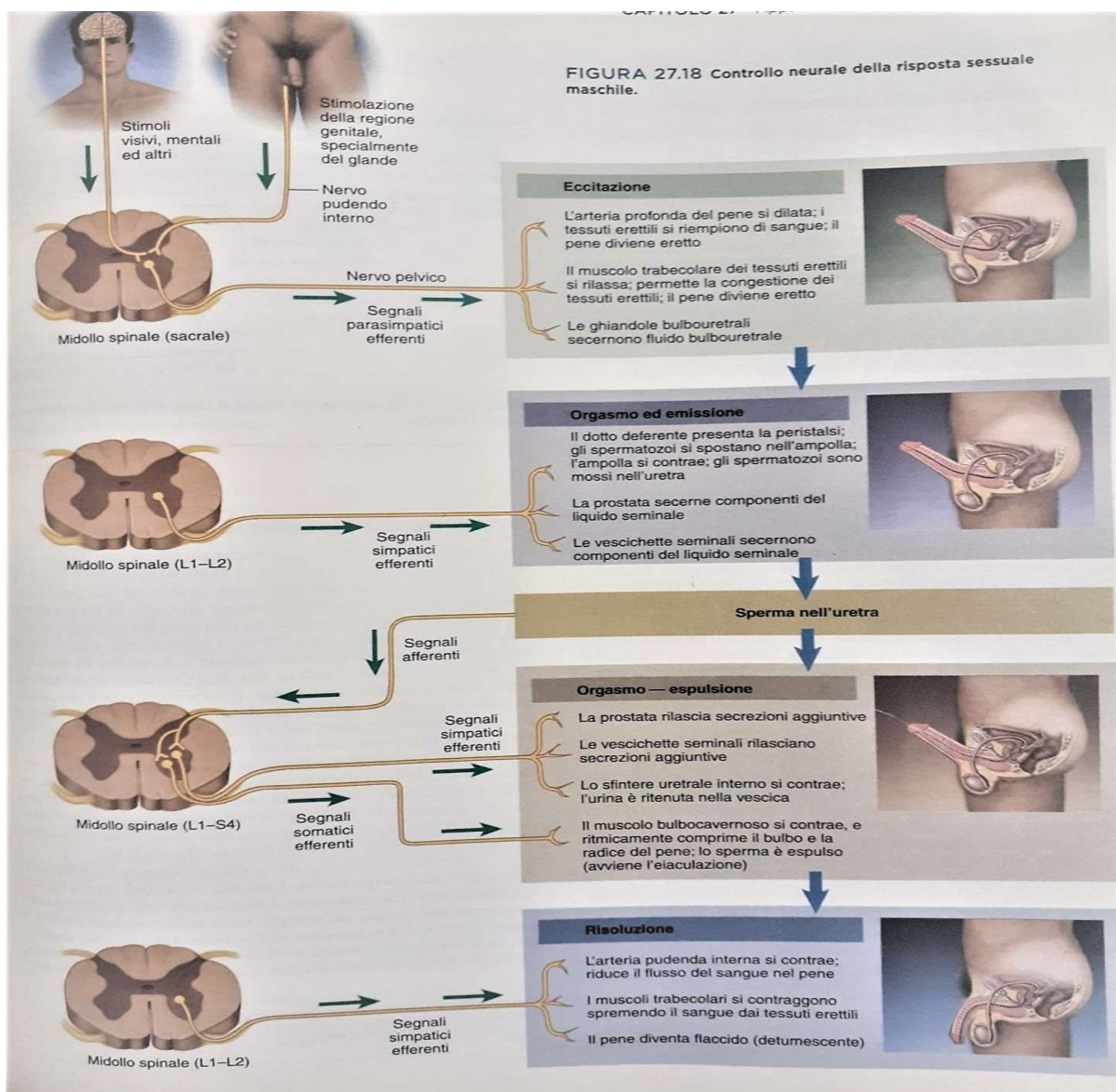
Come viene scritto in “Psiconeuroendocrinoimmunologia e scienza della cura integrata. Il manuale” di Francesco Bottaccioli e Anna Giulia Bottaccioli “Komisaruk fornisce una mappa delle proiezioni di ciascuno degli organi genitali nelle regioni della corteccia sensoriale utilizzando la risonanza magnetica funzionale. L’auto stimolazione del clitoride, della vagina o della cervice uterina attiva la parete corticale mediale, in particolare il “lobulo paracentrale”, dove il pene è rappresentato nell’homunculus. Le rappresentazioni del clitoride, della vagina e della cervice uterina sono diverse

⁸⁰Immagine tratta da “i libri della salute: l’apparato endocrino e l’apparato riproduttore”, Arnoldo, Mondadori editore

⁸¹Immagine “le relazioni tra l’ipotalamo, la ghiandola pituitaria e il testicolo, Anatomia e fisiologia, Saladin, Piccin

tra loro, sebbene in parte alcuni campi si sovrappongono. È probabile che la loro differente distribuzione a livello della corteccia sia dovuta alla differente innervazione di questi organi. Nello stesso studio, a sorpresa, l'auto stimolazione del capezzolo attiva non solo la prevista regione toracica dell'homunculus, ma anche i citati campi sensoriali genitali.”

L'innervazione del tratto genitale femminile e maschile viene mediata dal sistema nervoso somatico e autonomo. L'innervazione somatica viene condotta attraverso i rami del nervo pudendo, derivato dai segmenti spinali sacrali 2-4, e scorre lateralmente attraverso le pelvi. Qualsiasi frattura, lesione o malattia che influisca su questo processo spinoso potrebbe avere un impatto sulla capacità orgasmica. L'innervazione autonoma è costituita da fibre provenienti sia dal sistema nervoso simpatico sia da quello parasimpatico. Le fibre simpatiche derivano dai segmenti spinali T10-L2, passano attraverso i plessi ipogastrico e pelvico; le fibre parasimpatiche si estendono dai segmenti S2-S4.



82

⁸²Il controllo neurale della risposta sessuale maschile, immagine da Anatomia e fisiologia, Saladin, Piccin

- **3.3 Il sistema di neurotrasmissione piacere-dolore**

I processi biochimici cerebrali e i processi biochimici sistemici costituiscono un'unica unità funzionale organica che realizza quello che chiamiamo relazione inscindibile mente-corpo all'interno della quale, la mediazione dei pensieri e delle emozioni assume un ruolo di primaria importanza. Questi sono i principi alla base della branca della medicina all'avanguardia della Pnei che studia appunto l'unità fisiologica a livello Psico-Neuro-Endocrino-Immunitario.

Questa unità funzionale è solidamente e finemente strutturata secondo una ben definita gerarchia dove alcune strutture hanno un ruolo determinante ed alcune altre un ruolo minore, ma necessario.

Secondo questa gerarchia, in cima alla piramide si trova il *sistema della psiconeuromodulazione*:

1. il sistema cannabinoide endogeno;
2. il sistema oppioide endogeno.

Il primo realizza la percezione del piacere e l'esperienza del piacere. È mediatore di tutti i vettori espansivi dell'azione psichica, soprattutto di quel processo che chiamiamo espansione di coscienza. Essa regola quindi la parte conscia della vita e tutte le attività ad essa connesse.

Il secondo realizza la percezione e l'esperienza del dolore, dello stress inibitorio, delle fasi depressive e governa la vita inconscia.

Il sistema cannabinoide endogeno attiva il sistema eccitatorio mediato dalla sostanza biochimica del **Glutammato**, mentre quello oppioide endogeno attiva il sistema inibitorio mediato dal **GABA** (acido gaba amino butirrico).

A loro volta, questi due sottosistemi, eccitatorio ed inibitorio, attivano selettivamente uno o più di uno dei neurotrasmettitori principali per la regolazione dei processi organici.

1. **Noradrenalina** – mediatore degli stati di ansia, dell'aggressività e del tono dell'umore.
2. **Dopamina** – mediatore del piacere e del senso di ricompensa, mediatore del mondo delle idee e degli stati euforici.
3. **Serotonina** – mediatore del tono di umore e nello stesso tempo inibitore dell'appetito. Molto importante nella percezione del piacere anche sessuale.
4. **Acetilcolina** – mediatore dello stato di veglia, dei processi di memorizzazione dell'informazione e delle esperienze e del rapporto Io/Super-io, soprattutto degli aspetti morali di questo rapporto.
5. **Istamina** – mediatore dello stato di veglia e del fabbisogno di cibo (in senso inibitorio).

GIOIA		DOLORE	
SISTEMA ENDO CANNABINOIDE		IDEATORI	SISTEMA OPIOIDE
Controlla la vita conscia : sintesi – elaborazione dati		Controlla la vita inconscia e notturna	
INTERMEDIARI			
5 TIPI DI ENDOCANNABINOIDI (5 recettori dei segnali del piacere)	Rapporto 5:3 Siamo nati per la GIOIA		3 TIPI DI OPIOIDI (3 recettori per il dolore)
AEA, 2-AG, 2-AGE, NADA, PEA			Endorfine, Enkefaline, Dinorfine (nel SNC, nei plessi vescicali e intestinali)
SI ELABORA UNA RISPOSTA (indipendente dal sistema che l'ha generata)			
ECCITATORIA GLUTAMMATO)	(mediatore amminoacido	INIBITORIA (mediatore amminoacido	GABA)
<p>5 NEUROTRASMETTITORI (a seconda dello stimolo)</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ NORADRENALINA ✓ SEROTONINA ✓ DOPAMINA ✓ ACETILCOLINA ✓ ISTAMINA 			
NEUROPEPTIDI			
facilitano il processo di azione dei neurotrasmettitori e migliorano l'economia organica			

83

Il sistema di neurotrasmissione primario è il sistema di base che permette di rielaborare i dati ottenuti da stimoli esterni ed interni e che classifica la percezione attraverso un sistema informazionale altamente soggettivo, generando una risposta di adattamento organico. La percezione primaria delle esperienze viene catalogata come gioia o come dolore; seppur il nostro sistema organico abbia un numero di recettori per le molecole che veicolano la gioia in rapporto maggioritario di 5 a 3 rispetto a quelle che veicolano il dolore (dato che indica che l'uomo è fatto naturalmente per vivere nel piacere e nella gioia), nel corso della vita e in particolar modo nelle fasi dell'infanzia, eventi traumatici possono alterare il sistema di neurotrasmissione creando degli squilibri fisiologici, ormonali emotivi, impedendo o rendendo più difficoltosi passaggi evolutivi, la trasmutazione degli eventi che si vivono quotidianamente, nonché possono essere alla base di alterazioni che a lungo andare possono degenerare in malattie.

Sottolineare questo è molto importante anche ai fini del piacere sessuale e del piacere legato alla realizzazione del proprio Progetto individuale dell'Anima. Il sistema di neuromodulazione primario è binario: se è attivo il processo inibitorio che veicola il dolore, non può attivarsi il sistema del piacere!

In ottica naturopatica, è importantissimo tenere in considerazione il sistema di neurotrasmissione e il suo funzionamento nell'analisi emotiva della persona e anche quando bisogna sostenerla nell'affrontare e trasformare in consapevolezza e in opportunità disagi, in questo caso, legati alle disfunzioni sessuali e alle difficoltà orgasmiche.

⁸³Tabella da materiale didattico EUNAM, lezioni di infobioantropologia, Dr. Marco Solomon

- **3.4 Sessualità, sviluppo psicoemotivo e mappa iridologica di Erikson**

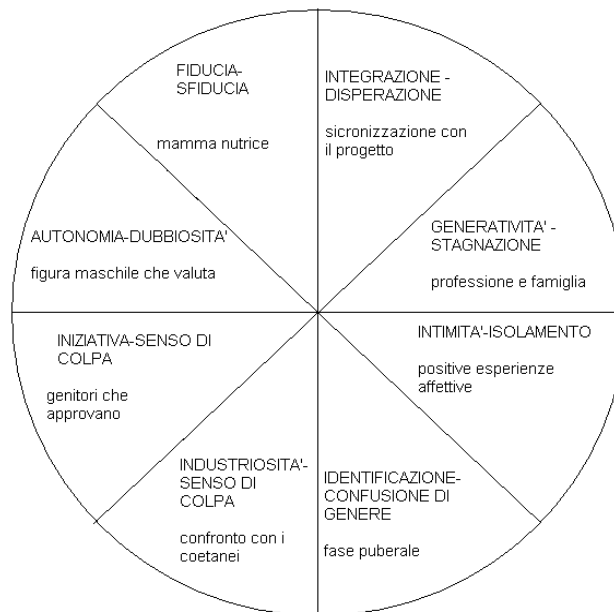
In questo paragrafo, analizzerò delle tematiche legate allo sviluppo psico emotivo e di come esse possono modificare anche la vita sessuale dell'individuo. Ciascuna modifica psico emotiva va a incidere anche sul sistema di neurotrasmissione, quindi sulla percezione delle esperienze della vita come piacevoli o dolorose.

Questo implica una modifica anche del quadro epigenetico della persona: in che modo la persona vive l'ambiente? Questa modalità è affine alla sua natura o se ci sono tensioni psicoemotive vissute nell'inconscio che interferiscono con essa?

Lo sviluppo psicoemotivo dell'individuo è, inoltre, strettamente collegato alle tappe della sua maturazione sessuale: ogni tappa può essere vissuta in modo più o meno fisiologico, incidendo sulla strutturazione della personalità che, a sua volta, può essere coerente o meno con la natura della propria Anima.

Secondo Erikson, l'ideatore di una mappa iridologica psicoemotiva (tratterò nel quinto capitolo in modo più approfondito lo strumento naturopatico dell'Iridologia, ossia lo studio dell'iride), la vita della persona può essere divisa in otto fasi di sviluppo psicologico, ciascuna legata a emozioni specifiche. Esperienze positive e negative vissute dalla nascita alla maturità possono influenzare la strutturazione psico-emotiva e guidare in modo fisiologico o alterato la vita dell'adulto sia in generale sia rispetto all'espressione della propria sessualità.

Secondo questa mappa, il modo in cui ciascuna fase viene vissuta, trova riscontro nell'occhio, che viene così diviso in otto aree, ciascuna corrispondente a una fase di sviluppo della personalità:



- **Fase 1. Rapporto con la madre: sviluppo delle emozioni pulsionali di *FIDUCIA – SFIDUCIA***

Le prime esperienze relazionali avvengono con la madre protettrice e nutritiva. Se il rapporto è sereno il neonato sviluppa un senso di rilassamento fiducioso verso gli altri. Se invece vi è tensione nella madre il piccolo non si sente sicuro e matura dentro di sé un senso di sfiducia. Questo potrà determinare un eccesso di attaccamento nei confronti della figura materna, la difficoltà a tagliare il cordone ombelicale, con un’interferenza sulla propria femminilità che tenderà a riproporre il modello materno, magari non adeguato alla propria natura e indole.

- **Fase 2. Rapporto con il padre: sviluppo delle emozioni pulsionali di *AUTONOMIA – DUBBIOSITA’***

La figura del padre svolge un ruolo fondamentale nella strutturazione nella capacità di iniziativa del bambino: l'approvazione e l'incoraggiamento che il bambino riceve da parte del padre nelle sue esplorazioni del mondo circostante permetterà lui di sviluppare un senso di autonomia decisionale o una dubbiosità. Crescere senza la figura paterna, con un padre troppo rigido che dice sempre di no alle istanze del bambino, o con un padre dalle caratteristiche troppo “Anima”, troppo femminili e accondiscendenti che non ha il polso della situazione e ha troppa accoglienza, possono alterare lo sviluppo dei caratteri animus del futuro adulto e con quanta grinta esso affronterà il mondo.

- **Fase 3. Rapporto di interazione madre - padre: sviluppo delle emozioni pulsionali di *INIZIATIVA – SENSO DI COLPA*.**

Nel guidare il bambino nella sua crescita i due genitori possono trovarsi in armonia o in disaccordo di idee e di posizione. Il loro essere in accordo sia tra di loro che nell’educazione con il bambino sviluppa

un senso di iniziativa verso la vita e una capacità di mantenere una direzione; il disaccordo crea un senso di colpa verso uno dei suoi genitori, quindi una difficoltà nella vita a prendere una posizione.

- **Fase 4. Rapporto in età scolastica con propri coetanei: sviluppo delle emozioni pulsionali di *INDUSTRIOSITA' – SENSO DI INFERIORITA'*.**

Il bambino si confronta con il giudizio di altri sulle proprie competenze: un giudizio positivo favorisce lo sviluppo della propria capacità di esporsi nella vita; un giudizio negativo fa nascere un senso di inferiorità rispetto ai propri simili.

- **Fase 5. Rapporto con i genitori e con le prime pulsioni sessuali in *età puberale: IDENTIFICAZIONE – CONFUSIONE DI GENERE*.**

Nella fase dello sviluppo puberale, l'adolescente vede il suo corpo modificarsi inizia a percepirsi come femmina o maschio, iniziano le prime cotte, quindi i primi confronti con l'altro sesso. È una fase determinante nella crescita in cui conta tanto quanto i genitori riescono a dare strumenti di comprensione all'adolescente di quello che sta vivendo o se creano essi creano tabù a riguardo.

Il riconoscere, inoltre, nel genitore dello stesso sesso degli atteggiamenti che soddisfano i propri dubbi dona la consapevolezza di appartenere ad un determinato genere; se al contrario l'adolescente vede le proprie pulsioni interiori interpretate dal genitore di sesso opposto si crea una confusione che si riproporrà anche nelle relazioni di coppia successive.

- **Fase 6. Rapporto con *gli altri esseri umani: sviluppo di INTIMITA' – ISOLAMENTO*.**

Superata la fase di identificazione di genere, l'attenzione del proprio sé si indirizza alle relazioni emotive con gli altri esseri, si sviluppano i sentimenti profondi dell'amare un altro e la capacità di provare piacere nel ricevere e donare amore da un altro essere. C'è lo sviluppo o meno, delle capacità di empatizzare, di creare relazioni intime sia di amicizia che di amore. Esperienze particolarmente frustranti in questo periodo possono condurre all'incapacità di provare sentimenti profondi verso altri e a isolarsi, aumentando le proprie corazze e barriere difensive, a sentirsi isolati rispetto all'ambiente, ad avere difficoltà nel percepirlo come una risorsa con cui scambiare le proprie qualità.

- **Fase 7. Rapporto con il mondo lavorativo e con il proprio nucleo familiare: sviluppo delle pulsioni di *INTRAPRENDEZZA – STAGNAZIONE*.**

L'adulto si trova a confrontarsi con la comprensione del suo progetto personale a interrogarsi aspirazioni più profonde, a cercare strumenti per realizzarle e inizia a costruire il proprio nucleo familiare: sia in ambito lavorativo che affettivo ha da confrontarsi con doveri, responsabilità, interessi, e quindi con la propria capacità di autodeterminazione che porterà a soddisfazione e gratificazione spingendo l'individuo a co-creare attivamente la propria realtà. Il sottrarsi alle sfide, il non riuscire ad esprimere il potenziale sia lavorativo che affettivo, crea un senso di stagnazione, di inutilità, di passività e vittimismo verso la vita: uno stato di insoddisfazione verso se stessi, la propria affettività e la propria realizzazione lavorativa.

- **Fase 8. L' Integrazione delle fasi precedenti e la senilità: sviluppo del senso di INTEGRITA' – DISPERAZIONE**

L'aver vissuto positivamente tutte le fasi di maturazione porta con sé alla sicurezza interiore di aver vissuto una vita avvicinandosi al progetto del proprio Sé e di aver vissuto una vita coerente al ruolo che si è venuti a svolgere all'interno del Piano Cosmico. Questo spinge ad affrontare la vita in modo deciso, in modo positivo, costruttivo, migliorativo. L'assenza di questa consapevolezza può generare un senso di disperazione per la propria esistenza, per il proprio senso di Vita a cui risulta difficile e doloroso dare delle risposte gratificanti.

Ogni fase della vita, quindi, sviluppa delle emozioni che possono influenzare sul modo in cui la persona si percepisce e, quindi come si relaziona agli altri, inclusa la sua vita intima.

La prima forma di sessualità, infatti, è proprio il rapporto che si ha con se stessi, l'amorevolezza, la dolcezza, l'accoglienza che si ha verso tutte le proprie sfumature; quanto si riconoscono le proprie vulnerabilità psicoemotive e quanto si riesce a trasformarle in opportunità di crescita; quanto rispetto si ha anche per il percorso di crescita fatto e quanto però non ci si senta succubi e vittime di esso ma si prenda in mano il timone della propria vita per iniziare a trasformare il presente e migliorare il proprio futuro. Quanto piacere si riesce a trarre in ogni aspetto della propria Vita, con quanto Amore si vive se stessi, se si rispettano i propri tempi e i propri bisogni, dando fiducia ai propri sogni e progetti. La prima sessualità, quella da cui poi deriverà la qualità della sessualità con l'esterno: la sessualità in questo senso è profondamente intima e deriva da quanta più consapevolezza di se stessi si ha, quanto ci si prende cura di sé stessi per mantenere alta la propria energia vitale, mantenendo espanso il proprio campo energetico. È proprio questo che permette di acquisire sempre maggiori informazioni pure dalla propria Anima ed evolvere in modo costruttivo.

- **3.5 Sessualità e meridiani secondo la Medicina Tradizionale Cinese**

Dal punto visto energetico, la sessualità, come già ampiamente trattato tra il primo e il secondo capitolo, è strettamente legata alla loggia acqua. L'energia sessuale risiede nel rene e le carenze di Qi renale possono portare a malattie di ogni tipo soprattutto emopoietiche, di produzione e rigenerazione del sangue, quelle che i Cinesi chiamano le "malattie dei midolli" o "del grande mare" che possono, quindi, influenzare anche la sessualità. Così come carenza dell' Jing renale, dell'energia vitale della persona sono strettamente correlate alla capacità di innalzare l'energia orgasmica.

Durante la percezione del piacere, l'energia renale è alla sua massima potenza. Se il Jing renale è in deficit anche la potenza sessuale e la potenza orgasmica è proporzionata ad essa.

Così la sessualità porta con sé tutte le caratteristiche che la loggia Acqua analizzate nel secondo capitolo. La sessualità è legata al concetto di informazione ed è espressione del proprio stato e livello di coscienza. Da un punto di vista energetico, la sessualità è l'unione di due parti apparentemente opposte, ma complementari: deve esserci una risonanza nella sessualità, altrimenti resta un mero atto sessuale con finalità prettamente biologiche che perde tutto il pannello evolutivo che esso può portare con sé.

Per quanto la sessualità sia strettamente legata alla loggia Acqua, nell'ottica cinese ogni funzione è sempre connessa con una visione complessiva dell'individuo, che analizza la costante interazione e ricerca di nuovi equilibri tra le cinque logge energetiche e che tiene conto del sistema di network energetico che lega i meridiani energetici dell'organismo. Essi assolvono alle loro mansioni secondo un bioritmo ciclico dove le funzioni dipendono da quello precedente e influenzano il successivo. Quindi anche la sessualità, aspetto così totalizzante della vita dell'individuo, non può che coinvolgere anche il sistema energetico a livello globale. In modo diretto o indiretto, quindi tutte le logge sono connesse, così anche tutti i meridiani. Vado, pertanto ad evidenziare solo quelli più strettamente legati anche rispetto ai fini della tesi qui trattata.

-Il meridiano del **vaso concezione** è il portatore del progetto iniziale personale; è il meridiano che unisce tutti meridiani yin dell'organismo (ricordiamo che l'energia yin si esprime al suo massimo nella loggia Acqua); è legato all'eredità energetica materna; gestisce le sette centraline principali dell'organismo (ghiandole ormonali o sistema dei chakra a seconda di come lo vogliamo definire) per organizzare il sistema di replicazione cellulare dell'intero organismo. Esso è strettamente legato alla scelta che l'Anima fa sul genere maschile o femminile da incarnare al momento della fecondazione e l'attività di questo meridiano influenza ed è coinvolto nelle funzioni dell'apparato riproduttivo.

-Il **vaso governatore** è legato alla capacità di realizzazione del progetto portato dal vaso concezione.

-Insieme al vaso concezione, il meridiano dello **stomaco** e della **vescica**, sono implicati nella valutazione delle risorse ambientali e nutritive ai fini di un progetto procreativo;

-Il meridiano della **milza** è legato alla capacità di gestione delle risorse, connesso alla capacità di dare e ricevere dolcezza, alla gestione e distribuzione del sangue ed esprime le qualità della terra; quindi, tutte quelle tematiche connesse con il poter essere un terreno fertile per una nuova vita.

-Il meridiano del **maestro del cuore** parte dal capezzolo (zona erogena fra le più importanti) è il più coinvolto nella dinamica e nella gestione emotiva.

Allego un passo tratto dal libro di medicina cinese "L'Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica" di Yvonne Mollard, Marco Maiola che ho preferito riportare in modo integrale in quanto, a mio avviso spiega in modo esaustivo le principali connessioni energetiche che coinvolgono gli organi sessuali e le loro funzioni.

"Con la vescica biliare, l'utero forma l'ultima coppia di visceri straordinari, devoluta alla trasmissione della vita ed al suo mantenimento sui piani materiale, spirituale ed energetico. In cinese, si parla di Bao, che significa avvolgere, contenere. Il bao è il luogo da cui parte la vita, in unione stretta con Ming Men, e dove tutto torna per ripartire ad un altro livello. Dall'utero, situato nel Dan Tian, a tre dita di distanza sotto l'ombelico, prende inizio la rivoluzione celeste, che dà l'impulso ai tre soffi per trasformarli continuamente, lungo gli otto vasi straordinari ed attraverso i sei qi fu, per la realizzazione dell'embrione. Questa trasformazione si svolge in tre tappe: la prima è la sublimazione

dell'essenza (Jing) e la sua trasformazione in soffio (Qi); la seconda è la sublimazione del soffio (Qi) e la sua trasformazione in energia spirituale (Shen); la terza è la sublimazione dell'energia spirituale e il suo ritorno al Vuoto. Questo lavoro si compie nei tre campi di cinabro, di cui quello inferiore è occupato dal bao, involucro intimo, dove si svolge il perpetuo inizio della vita. Ming Men e Baomai Il bao dipende direttamente da Ming men, come lo segnala il Nanjing: "Ming Men è la residenza delle essenze-spiriti (JingShen), là si connettono i soffi originali (Yuanqi). L'uomo vi tesaurizza le proprie essenze (Jing-sperma), la donna vi lega il bao (organi della gestazione)". La relazione stretta tra Ming Men e bao fa sì che quest'ultimo sia in rapporto con tutti i mai del corpo, vasi sanguigni o energetici, per realizzare o meno una creazione materiale. In questa opera Ming Men rappresenta il mezzo attraverso il quale essa si compie, mentre bao è il luogo di questa realizzazione. Nella donna bao rappresenta la "camera del sangue", Xue bao, nell'uomo è denominato "camera delle essenze", Jing bao, ed è in questo luogo che si riuniranno il sangue, veicolo di Shen, e le essenze, espressione della vitalità, per creare un bambino o per portare a termine una creatura spirituale. I meridiani che regolano il gioco fra le essenze e il sangue nei due bao sono Chongmai e Renmai, che sono responsabili dei caratteri sessuali primari e secondari, della formazione dell'apparato genitale nell'embrione, e della sua fisiologia dopo la nascita, in particolare per quanto concerne la fecondità. Una via energetica è stata attribuita all'utero, si tratta di Baomai, che il capitolo 33 del Suwen definisce così: "Il Baomai è il vaso che ha una relazione di dipendenza col cuore e che è legato al centro degli organi della gestazione". Nell'embrione, è a partire da Baomai che i tre meridiani straordinari: Renmai, Dumai e Chongmai si dividono per compiere, insieme a Daimai, la loro opera di costruzione e di organizzazione del corpo. Il legame fra Baomai ed il cuore è dello stesso ordine di quello che unisce l'utero al sangue. Il rapporto privilegiato fra questi ultimi, fa sì che tutti i vasi che hanno a che fare con la formazione, la conservazione e la circolazione del sangue, saranno implicati nella fisiologia "uterina" e, in particolar modo, il meridiano di fegato che attraverserà l'utero e l'ovaio. Nell'uomo, vista la relazione esistente fra il bao e le essenze, il meridiano dei reni assumerà un'importanza rilevante, anche se in realtà, fegato e reni saranno importanti, in prima istanza, nella fisiologia e nella patologia pelvica della donna come dell'uomo. L'organismo umano possiede due zone di concentrazione del sangue, una situata nel torace, in collegamento con il cuore e lo Shen, che è chiamata Xin bao, cioè involucro del cuore. L'altra è nu zi bao, localizzata nella pelvi, e che fa capo ai reni, alloggio di Jing. Il gioco fra questi due bao regola tutta la fisiologia del sangue nel corpo, e permette l'unione del Fuoco del cuore con l'Acqua dei reni, ossia di Shen (spirito) con Jing (essenza). Attraverso il sangue, trasportato dal cuore all'utero lungo Baomai, la fertilità femminile si esprime con le mestruazioni e la gravidanza, e la potenza maschile con la fertilità".

- **3.6 Disfunzioni sessuali**

Considerato il grande specchio di fattori che influiscono sulla sessualità, è consequenziale comprendere che le disfunzioni legate all'apparato riproduttivo e all'energia sessuale vanno analizzate su tutti i livelli di cui l'essere umano multidimensionale è costituito.

Le difficoltà nel desiderio, nell'eccitazione, nell'orgasmo e nella costruzione di un sano rapporto di coppia progettuale, vanno quindi trattate da un punto di vista psicologico e culturale, emotivo ed energetico, biologico e relazione e anche spirituale e karmico.

Cause biologiche, psicologiche e relazionali dell'anorgasmia⁸⁴

- Cause biologiche
- Cause psicologiche/relazionali
- Disendocrinie
- Esperienze passate di natura traumatica (abusi psicologici, fisici e/o sessuali)
- Malattie dismetaboliche
- Paura della gravidanza
- Danni iatrogeni ostetrici, chirurgici, attinici a carico della componente vascolare e/o neurologica della zona pelvica
- Paura di essere rifiutata dal partner
- Patologie neurologiche e traumi del midollo spinale
- Paura di perdere il controllo durante l'orgasmo
- Mutilazioni genitali femminili (parziali e/o totali)
- Scarsa stima di sé e della propria immagine corporea
- Effetti collaterali dei farmaci (antipsicotici, antidepressivi) o abuso di sostanze illecite
- Conflittualità nella relazione con il partner
- Individualisti
- Eventi stressanti nel quotidiano (problematiche lavorative e familiari)
- Democratici
- Senso di vergogna nel provare piacere sessuale
- Credenze errate di natura religiosa e/o culturale sulla sessualità
- Altri disturbi mentali (per esempio depressione maggiore)

Tra le principali disfunzioni sessuali incontriamo

- Per gli uomini: eiaculazione ritardata; eiaculazione precoce, disturbo erettile sessuale, disturbo del desiderio sessuale ipoattivo, prostatiti, idrocele e varicocele;
- Per le donne: disturbo del dolore genito-pelvico e della penetrazione, disturbo dell'orgasmo, disturbo del desiderio e dell'eccitazione sessuale, disturbo del dolore genito-pelvico e della penetrazione, infezioni vaginali, vulvodinie, fibromi utero, cisti ovariche, dismenorree e amenorree.

Tra le cause biologiche, fondamentale è il ruolo svolto dagli steroidi sessuali, androgeni ed estrogeni; la loro carenza, infatti, si riflette in un'alterazione dell'equilibrio biologico necessario al raggiungimento

⁸⁴Tabella estratta da "Psiconeuroendocrinoimmunologia e scienza della cura integrata. Il manuale." di Francesco Bottaccioli, Anna Giulia Bottaccioli

dell'orgasmo così come la presenza e l'equilibrio dei neurotrasmettitori, in particolar modo la serotonina e la melatonina.

Come visto già nell'analisi renale, un altro fattore da tenere sotto controllo sono i livelli di cortisolo nel sangue che possono andare ad alterare il meccanismo fisiologico della dopamina e della prolattina. Nonché con l'iperattivazione del sistema nervoso simpatico, l'eccesso di noradrenalina è in grado di alterare l'attività dell'endotelio vascolare e di promuovere aterosclerosi, ipertensione e diabete, fattori che bloccano i meccanismi erettivi del pene e della clitoride.

Dal punto di vista naturopatico, quindi, è importante andare a sciogliere anche tutte quelle paure e preoccupazioni legate alla sessualità che possono mettere il sistema organico in uno stato di allarme e quindi di stress. È importante andare a lavorare e a trasformare anche cedenze inconsce condizionanti con cui si è cresciuti ma che possono riguardare anche persone della propria famiglia, le cui memorie continuano a vivere nelle nostre cellule.

Importante è dare attenzioni anche alle infezioni del sistema urogenitale che possono interferire con l'attività sessuale, ad esempio, nell'uomo possono provocare dolore durante o dopo l'eiaculazione e incidere anche sulla capacità di raggiungere e mantenere l'erezione del pene e nella donna situazioni quali cistiti, candidi, infezioni vaginali possono rendere il rapporto molto difficoltoso.

Modifiche della salute nervosa e muscolare anche del pavimento pelvico sono importantissime da tenere in considerazione: la donna può vivere delle modificazioni della vulva e del primo tratto della vagina, che possono avere a che fare con vestibolite vulvovaginale, vaginiti, vulvodinia con ipertono del muscolo dell'elevatore dell'ano e lo schiacciamento del nervo pudendo. Si possono riscontrare anche modificazioni in senso atrofico delle piccole labbra e della mucosa dell'ingresso della vagina (il vestibolo appunto), sia a carattere infiammatorio che a carattere infettivo. Esse si accompagnano a secchezza con scarsa lubrificazione, con il risultato di rendere difficile e dolorosa la penetrazione (la cosiddetta dispareunia, dal greco *dispareunos*, "che ha infelice connubio"). Sono tutte condizioni che possono alterare la percezione del piacere, la capacità di avere un rapporto sessuale sereno e di raggiungere un orgasmo. Tutto questo può avere una connotazione emotiva che può creare un aumento dell'ansia da prestazione, paura di avere un rapporto e quindi di approcciare all'altro sesso senza un profondo senso di vergogna, di inadeguatezza e di bassa autostima.

“Tra le donne le disfunzioni sessuali sono stimate tra il 25 e il 63%, con un picco in postmenopausa davvero impressionante: indagini in paesi decisamente diversi, come l'Iran e l'Australia, confermano che tra le donne in postmenopausa la percentuale di disturbi sessuali è attorno all'80% [24,25].

La percentuale di donne che soffre di carenza di desiderio sessuale è elevata (45%), mentre è variabile, ma anch'essa consistente, nel caso della difficoltà-impossibilità a raggiungere l'orgasmo. Sembra che almeno il 10%.”⁸⁵

⁸⁵-13 *Psiconeuroendocrinoimmunologia e scienza della cura integrata. Il manuale.* di Francesco Bottaccioli, Anna Giulia Bottaccioli

Nell'uomo possono verificarsi situazioni di frequenti prostatiti, di difficoltà erettile, di impotenza, di eiaculazione precoce, tutte condizioni che anche nel maschio vanno ad interagire con l'aspetto psicoemotivo, con la stima e la sicurezza in se stessi che incide sul modo in cui si appropria alla donna: può sorgere il senso di inadeguatezza, la paura del confronto e della concorrenza con altri uomini e la sensazione e la preoccupazione di non essere in grado di appagare la/il partner.

“Pur essendoci un grande interesse per questi disturbi, le indagini epidemiologiche non sono numerose ed esaustive. Valutando i dati a disposizione, l'ordine di grandezza del fenomeno “disfunzioni sessuali” è comunque chiaro. Si stima che circa il 20-30% dei maschi adulti abbia almeno una disfunzione sessuale, di cui le più comuni sono la disfunzione erettile e l'eiaculazione precoce.”⁸⁶

Essere, infatti, in grado di dare piacere al partner rafforza la propria immagine personale, conferma il legame affettivo, la propria importanza nella coppia o, se è un rapporto occasionale, presenta un'immagine di sé valida e attraente. Fa vivere con serenità la propria femminilità e mascolinità e anche tematiche come la maternità e la paternità. Il caso contrario suscita abbassamento della propria autostima, instabilità emotiva, preoccupazione per la nascita e il mantenimento del rapporto.

La difficoltà ad avere rapporti appaganti può influire anche sulla qualità del rapporto di coppia, portando anche l'altro partner a sentire la preoccupazione di non essere “abbastanza” affinché il suo partner riesca nella sua sessualità, arrivando a mettere anche in discussione l'efficacia della propria prestazione; può far sorgere situazioni di diffidenza, di scarsa soddisfazione, di basso livello di piacere reciproco e di tensione di coppia.

- **3.7 Sessualità e spiritualità**

Secondo una visione naturopatica è di fondamentale importanza andare a lavorare su tutto ciò che l'essere donna o l'essere uomo comporta nella propria vita. Lo stesso fatto di essere nati in un corpo come uomo o come donna ha a che fare con un karma specifico e con determinate esperienze che quell'Anima deve attraversare e deve apprendere. Ci possono essere squilibri dati dal non riconoscersi nel corpo che si vive e da una profonda non accettazione di se stessi.

Così come ci possono essere scompensi derivanti da uno squilibrio tra il proprio lato Anima e il proprio lato Animus. Ad esempio, possono manifestarsi in una donna con atteggiamenti troppo maschili, aggressivi e combattivi o in un uomo con spiccate qualità femminili che può essere poco incisivo nella sua vita, succube degli eventi e poco protagonista della sua esistenza. Risulta pertanto fondamentale dapprima rendersene conto e accettare questo disequilibrio e poi anche con il sostegno di specialisti, nonché di un Naturopata, iniziare a integrare e rafforzare o a smussare le due polarità.

Come spiega Lucia Prato, nel suo libro *“Sulla via ti ho incontrato”*, queste disfunzioni possono nascere anche in seguito a traumi sessuali subiti o a maltrattamenti, all'essere cresciuti in un clima di repressione sessuale, ma possono essere anche dei nodi karmici appartenenti ad altre vite in cui si sono

⁸⁶PSICONEUROENDOCRINOIMMUNOLOGIA E SCIENZA DELLA CURA INTEGRATA. IL MANUALE. di Francesco Bottaccioli, Anna Giulia Bottaccioli

potute fare esperienze di vite monastiche o di repressioni dovute a dogmi ecclesiastici che continuano a dettare le regole nel nostro inconscio.

*“Non dobbiamo considerare la sessualità e i suoi problemi come un qualcosa di lontano dalla spiritualità: Dio ci ha dato tutto; quindi, non dobbiamo privarci di tutto ciò che Egli ci ha dato”.*⁸⁷

La sessualità, inoltre, è strettamente legata con la capacità di dare il dono della vita a un altro essere. La sessualità, quindi, è strettamente connessa con la capacità individuale di donare e di donarsi:

*“L’atto sessuale è un dono, ma una disfunzione di questo dono rappresenta un lavoro molto forte che dobbiamo fare sul nostro egoismo, sul nostro volere per noi”*⁸⁸ *il non riuscire a donare se stessi crea situazioni di introversione, di solitudine, di non comunicazione anche in coppia, di disagio, colpevolizzazioni e disarmonie”.* In questo processo, la ricerca di sé attraverso la meditazione profonda può essere un grande sostegno.

• Sessualità e simbologia

Dal punto di vista simbolico, la sessualità assume un valore aggiunto, essa e l’apparato riproduttivo sono intrisi di significati e di valori profondissimi in quanto sono la via che permette la creazione della Vita e -fondamentale ai fini della tesi che sto portando avanti- sono la via che permettono al piccolo Io, alla personalità, di espandersi e aprirsi al Sé, quindi alla sua Anima.

Nel corso del tempo, proprio per questo potere enorme che la sessualità assume nella Vita dell’individuo, la sessualità e tutto ciò che a essa è connessa sono stati o sublimati ed esaltati o ricoperti di tabù, di sensi di colpa, di significati peccaminosi, fino a recriminarli, a ripudiarli e a inibirli.

La consapevolezza del proprio potere sessuale, infatti, è un’arma potentissima perché permette di trasformare le emozioni basse in emozioni ad alta frequenza vibratoria e riacquisire il contatto con la propria divinità che è dentro di sé: quella che è capace di creare, non solo i figli ma anche la propria vita al di fuori delle paure e dei condizionamenti della società, la vita nella pienezza e nella bellezza che ogni Anima porta con sé.

Con la sessualità due polarità opposte ma complementari si uniscono e si fondono, e dalla ristrettezza della visione della personalità che sente la separazione, si passa a uno stato estatico in cui la mente si abbandona e si torna in uno stato di unione con il Tutto, in un sentirsi e comprendersi intero a tutti i livelli: fisico, emozionale, mentale, energetico e spirituale.

“Nell’orgasmo i singoli Io si fondono in un unico Sé. Se poi consideriamo l’etimologia della parola Orgasmo, vediamo che la radice è Or ed è comune a termini come Organismo, Organizzazione, Organo, Oriente. Or è là dove sorge il Sole: un Organismo, infatti, è tale se ha un oriente, una direzione, uno scopo, se c’è un progetto che lo proietta nel futuro. E se l’orgasmo indica quel “là dove sorge il sole”, è anche il momento in cui “si perde la testa”, e l’Io per qualche istante muore, il singolo si fa Uno con il Tutto perché supera in quell’atto il mondo del duale, entra nel transpersonale, diviene

⁸⁷ Sulla via ti ho incontrato, Lucia Prato

⁸⁸

un tutt'uno con l'altra persona. Perde quindi la sua autocoscienza egoica e si fa un tutt'uno con lo scopo, si orienta. Per un istante si ritrova là dove dovrà essere ma anche dove già è ma il suo Io non gli permette di cogliere come il punto di arrivo altro non sia che quello di partenza. Se ci poniamo dal punto di vista del Sé sappiamo di essere luci che hanno scelto di scendere in un corpo, sappiamo di essere già un tutt'Uno, ma non siamo in grado di vedere questo se ci poniamo dal punto di vista dell'Io, nella separazione individuale. Nel piacere sessuale, inoltre, man mano che ci si avvicina all'orgasmo tendiamo a lasciare andare il piacere dell'io, caratterizzato da un pensiero e tendiamo sempre più a "perdere la testa", quasi a trascendere dalla materia. Allora si potrebbe dire che l'orgasmo ci fa "perdere la vita", se ci sganciamo dalla materia, proprio quello stesso orgasmo che, se ci fosse il concepimento, avrebbe la funzione di dare la vita. Una vita, quindi, che nasce dalla morte dell'Io grazie alla totalità del Sé. L'unità psicofisica dell'uomo sembra per qualche istante dissolversi e mancare in questo temporaneo abolirsi del senso dell'Io nel momento stesso in cui l'Io cerca e ottiene la sua massima esaltazione."⁸⁹

In questa visione spirituale ed esistenziale della sessualità , si può ben comprendere come anche i disturbi sessuali siano indice di un'Anima che soffre, di un piccolo io che si è chiuso in se stesso e non riesce a comunicare prima che con l'altro sesso e con il partner, con la bellezza che porta dentro di sé, non riesce ad abbandonarsi alla sua essenza, al suo enorme potere creativo, che ha difficoltà ad aprirsi all'Amore, che quindi non è più l'amore umano ma l'Amore divino, incondizionato, l'amore dell'universo stesso di cui ciascuno è parte integrante.

Comprendiamo così, che disturbi sessuali e disturbi renali possono essere espressione di un forte conflitto interiore che ha a che fare con la negazione della propria esistenza e della propria essenza sia terrena che divina. Essi esprimono una difficoltà ad abbandonarsi al Volere della propria Anima, al progetto di grandezza, abbondanza, felicità, pienezza e splendore che ognuno di noi porta dentro di sé. Implicano una difficoltà a esistere e a manifestarsi secondo l'orientamento del proprio senso di vita e a farlo nel **piacere**.

Quando ci si stacca dalla propria essenza, l'anima soffre e il corpo si ammala. Ed è per questo che dietro qualsiasi tipo di sintomo, disagio e malattia è fondamentale, in chiave naturopatica, andare a analizzare l'individuo nella sua totalità come un'unità di corpo, di mente, di emozioni, di energia, di Anima e parte di un Tutto universale che proprio attraverso di lui può manifestarsi.

È fondamentale, pertanto, che ciascuno, a prescindere da possibili disagi renali o sessuali, dedichi tempo a conoscersi e ad amarsi e a consapevolizzare l'energia più potente di cui si dispone, donata dalla vita per rimetterla in circolo. È importante per ognuno dedicarsi con impegno alla riscoperta della propria Natura, quella dell'Anima che attraverso il corpo si incarna. Ciò condurrà inevitabilmente a:

- sviluppare stima, affetto e pazienza verso sé stessi;
- percepire ed esprimere meglio le proprie emozioni e sensazioni, a conoscere e a risvegliare il proprio corpo;
- percepire e soddisfare i propri bisogni più profondi;

⁸⁹Dispense del corso Psicosomatica e Guarigione Olistica, docente Susanna Garavaglia

-vivere la vita nel flusso del piacere; porre la Gioia e l'Amore come obiettivo primario della propria Vita

-seguire il Cuore e l'Anima e aprirsi finalmente al proprio progetto individuale!

“La donna che mi abitava, mi aveva lasciato. Ero il nulla, ero invisibile. Come ci si salva all'abisso di sé stesse? La mia casa, il mio utero, era oramai una casa sull'albero, irraggiungibile. Lontana. Troppo in alto per poterci arrivare. Chi cominciava ad esserci, invece, finalmente, ero io. Da fantasma di me stessa, cominciai a prendere corpo, colore, anima. Lo feci quando accettai che prima di cercare qualcun'altro, era necessario che trovassi me. Senza incantesimi, pozioni magiche, segreti miracolosi: la strada per la verità è un viaggio che dura una vita, un viaggio che regala alla donna la sua presenza nel mondo e la capacità di gioirne davvero. La sofferenza è complessa, ha mille sfumature; così come il processo di guarigione. Ciò che è importante è il desiderio di salvarsi.”⁹⁰

- **Sessualità e interazione tra i Campi energetici**

Dal punto di vista animico, l'atto sessuale svolge un ruolo molto importante: è l'esperienza più efficace per lo scambio di informazioni pure e per ampliare il proprio campo energetico individuale; grazie ad esso perché si può accedere a informazioni appartenenti ad una vita completamente diversa dalla propria, e questo è molto importante a livello evolutivo. Come scrive Fabio Marchesi nel suo libro “La coppia illuminata”, *“L'interazione più intensa avviene con l'intimità sessuale. Quando due individui, esercitano il loro libero arbitrio, scelgono di unirsi intimamente e darsi piacere reciproco, coinvolgono nell'esperienza anche la loro Anima, oltre che la mente e il corpo e generano un nuovo campo. Il nuovo campo della coppia è tanto più intenso quanto più viene alimentato dall'attenzione mentale reciproca”*. Il campo della coppia va ad influire agendo in modo potenziante (aumentando l'entropia costruttiva di entrambi) o limitante (aumentando l'entropia distruttiva) influenzando reciprocamente sull'energia vitale e nella vita di entrambe le persone coinvolte.

Infatti, nell'interazione intima, si viene a creare un legame che coinvolge direttamente anche le due Anime, creando un legame quantistico che va oltre lo spaziotempo, e può continuare ad influenzare entrambi anche a distanza di tempo e a grandi distanze.

Avviene una conoscenza intuitiva di informazioni oggettive ed essenziali, ossia quelle dell'Anima che sono informazioni che esprimono l'essenza delle cose nel presente e sono comprensibili intuitivamente. Attraverso l'interazione intima con l'altro, si può conoscere in profondità anche se stessi.

Nello scambio intimo, attraverso un'esperienza di piacere a livello fisico, mentale, energetico ed emotivo avviene uno scambio alla pari, uno scambio collaborativo e non competitivo che porta le due anime a unirsi, a scambiare informazioni pure e a creare il campo dell'anima della coppia. Differentemente dalla visione che anni di maschilismo hanno portato con loro, *“Il letto, per millenni, è stato un campo di battaglia dove il vincitore era stabilito in partenza: l'uomo, che nell'atto sessuale*

⁹⁰“Quando l'Anima di una donna soffre, il suo corpo si ammala”, Vincenzo Primitivo

ribadiva che il corpo della donna era a sua totale disposizione, dettando forme e frequenze del coito e, naturalmente, delle gravidanze, ignorando la sessualità e il desiderio della sua compagna. La donna andava “presa”, “sessualmente domata”, e più donne si possedevano e maggiori erano la virilità e il prestigio di cui un uomo godeva nella comunità maschile.”⁹¹

Durante un rapporto sessuale i concetti di dare e avere visti da un punto di vista mentale possono essere completamente ribaltati dal punto di vista dell’Anima: infatti chi può dare apparentemente meno a livello fisico, può invece dare tantissimo come contributo animico. L’interazione sessuale tra due individui può cambiare anche l’attrazione avuta prima dell’atto, a seconda di ciò che avviene non solo tra i corpi fisici e mentali ma anche di ciò che avviene a livello invisibile tra le due anime e i due campi energetici. Cambia l’attrazione e la complicità, se c’è l’interazione tra due campi individuali costruttivi; tra due campi distruttivi; tra un campo distruttivo e uno costruttivo; se i due campi sono troppo diversi a livello di informazioni contenute o se uno ha un’entropia costruttiva tanto più elevata di quello che l’altro può sopportare (possono essere due livelli evolutivi troppo diversi tra loro).

Il sesso può essere l’esperienza di coppia più potenziante di tutta la vita lì dove entrambi gli individui sanno evolvere sia in modo autonomo che in coppia producendo nuove informazioni pure che generano evoluzione e progresso costante. La prima fase percepita come innamoramento è proprio data un flusso cospicuo di informazioni pure nuove a cui si attinge attraverso lo scambio: se però la qualità e la quantità di nuove informazioni prodotte non continua nel tempo, si può iniziare a sentire un distacco e un bisogno di attingere a nuove fonti di informazioni pure. È importante, infatti, che in una relazione ci sia una comunione di intenti, una progettualità comune, una capacità di nutrirsi da soli e nutrire l’altro arricchendosi costantemente con passione. Quindi ai fini di una relazione costruttiva, è di fondamentale importanza la propria consapevolezza personale e la propria capacità di aumentare il proprio campo individuale e di mantenerlo ad alta vibrazione.

Risulta importante saper da soli prima di tutto vivere nella gioia, nel piacere e da soli saper utilizzare la propria energia sessuale in senso evolutivo. Questa capacità aumenta la propria energia vitale, migliora le qualità del proprio Jing renale, fornendo rinnovata energia per affrontare la vita, i cambiamenti, le prove a cui ci si sottopone e per scegliere di vivere una vita in sintonia con la propria natura. È un prerequisito che facilita i processi di autoguarigione, aiuta a superare le proprie paure e ad aumentare la propria autostima, aumentando la centratura nel proprio potere personale e diminuendo la dipendenza relazionale.

Tutto ciò aiuta ad espandere il proprio campo individuale, ad aumentare la propria carica magnetica che sarà più attrattiva anche per il partner e indice potenziale di relazioni più stabili e durature. La felicità e la fedeltà sessuale di coppia, quindi, dipende dalla capacità di evolvere sia indipendentemente che reciprocamente.

Aumentare il piacere, l’entusiasmo, la forza di volontà significa mettere in coerenza costruttiva e quindi in risonanza con il progetto dell’Anima, il proprio corpo fisico, il corpo mentale ed emotivo e questo si traduce in una trasformazione costante della propria vita che genera eventi tangibili di abbondanza, di felicità di successi che possono sostenere anche la felicità di altri individui.

⁹¹Psiconeuroendocrinoimmunologia e scienza della cura integrata. Il manuale. di Francesco Bottaccioli, Anna Giulia Bottaccioli

Evolgere in questo senso sia singolarmente che in coppia è un beneficio enorme per l'intera umanità in quanto si partecipa in modo attivo per l'espansione del Campo purico universale e quindi per la realizzazione evolutiva del Progetto universale.

Allenarsi a espandere il proprio piacere anche con le pratiche di consapevolezza sessuale, può essere considerato un prerequisito fondamentale anche per alzare l'asticella di sopportazione della felicità che si riesce a tollerare e a sopportare quindi una maggiore quantità di esperienze costruttive ad alta energia. Infatti, se non si è abituati ci si può trovare in situazioni in cui l'energia vitale è così intensa da non riuscire a sostenerla e generare situazioni distruttive che vadano a compensare e a generare una dispersione e una perdita, un'auto sabotaggio alla propria felicità, quindi alla propria Anima e alla propria missione.

“Millenni di indebolimento e controllo delle masse attraverso la repressione sessuale hanno trasferito nei campi mentali individuali e collettivi informazioni in conflitto con la natura umana. Nella mente di molti il sesso è associato al peccato, alla disobbedienza, a qualcosa di sporco e di vietato. Per questo ci sono uomini che non riescono a viverlo felicemente e appassionatamente all'interno di un rapporto di Amore vero. Questo si traduce in infelicità, in bugie, conflitti e tradimenti. Bisogna riuscire a riassociare il sesso a ciò che è: un'esperienza di amore tanto intensa quanto pura, magica, sacra, potenziante e potenzialmente illuminante- l'unione di Corpo, Mente, Anima-. Solo chi la vive sa di cosa si tratta. Allora diviene naturale voler vivere pienamente la propria sessualità all'interno della propria unione, perché di vero Amore: questa è una delle esperienze costruttive più evolutive, più potenti e piacevoli che possiamo generare nella vita.”⁹²

⁹²La fisica dell'Anima, Fabio Marchesi, tecniche nuove, terza edizione rivisitata

Capitolo 4: L'ENERGIA SESSUALE COME STRUMENTO DI MANIFESTAZIONE DEL PROGETTO DELL'ANIMA

Nei tre capitoli precedenti ho sviluppato i collegamenti per supportare la mia tesi: l'esistenza di una triade tra il progetto individuale, i reni e la sessualità e in che modo ciascuno di questi elementi è connesso all'altro. Quello che ora ritengo necessario è analizzare come l'energia sessuale può diventare uno strumento per catalizzare la manifestazione del progetto dell'Anima e come essa può essere utilizzata per sostenere l'individuo nella sua salute e nella sua guarigione.

Per la trattazione, mi rifarò alla visione delle antiche tradizioni tantrica indiana, taoista cinese e agli insegnamenti moderni integrati di Sajeewa Hurtado, creatrice della tecnica di Respirazione Ovarica e Alchimia Femminile.

Il Tantra e il Taoismo sono due sistemi di conoscenza antichissimi ed entrambi hanno portato la loro attenzione sull'energia sessuale, strutturando tecniche e pratiche per consapevolizzarla, attivare processi di autoguarigione profonda e per progredire più velocemente nel percorso di evoluzione della Coscienza. In entrambe le tradizioni, la sessualità viene portata a un livello di sublimazione e diventa, così, uno strumento di profondissima alchimia interna.

- **4.0 Tantra e sessualità**

Il *tantra yoga* della cultura vedica è un sistema antico quanto l'induismo: ebbe inizio 3500 anni prima di Cristo. I vedici consideravano il sesso una disciplina della vita da studiare e approfondire alla stregua della matematica o della fisica: tanto che hanno creato la scienza dell'estasi, il Tantra.

Il Tantra viene spesso definito come “*un modo femminile di fare l'amore*”, “*yoga dell'estasi*”. Un “*metodo per ampliare la consapevolezza*”⁹³. È una filosofia che si può estendere a tutti gli ambiti della vita, seppur nella sessualità -strettamente detta- trova la sua massima espressione.

Il tantra è una via di conoscenza esperienziale che vuole portare i suoi iniziati all'estasi sensoriale e all'Unione delle polarità maschili e femminili sia interne dell'individuo che nella coppia.

*“Il tantra percepisce l'Universo come un tessuto dove tutto si incastra, dove tutto si sostiene, dove tutto agisce su tutto. Il tantra senza essere una religione, fa scoprire l'aspetto sacro della vita, del mondo e del sesso. Secondo il tantra, l'Universo nasce dall'unione cosmica del principio maschile e femminile, la cui espressione sul piano umano è l'amore. Esso rivela in tal modo la dimensione nascosta e sacra dell'unione dei due sessi, che cessa di essere banale per diventare una meditazione a due, cancellando così l'artificiosa opposizione tra sessualità e spiritualità.”*⁹⁴

Nella visione vedica il principio di tutta la creazione erano Shiva e Shakti, il principio maschile e femminile che hanno generato l'intero creato attraverso un amplesso così stretto, una danza estatica

⁹³ Macrolibrarsi.com

⁹⁴ Tantra, André Van Lysebeth, Mursia

sessuale dove non c'era più distinzione, ma solo identità. Nell'atto sessuale, la fusione tra l'uomo e la donna permette di rivivere la stessa danza cosmica, riscoprendo dentro di sé l'unità e la verità di tutto l'Universo.

Come lo yoga, il Tantra è un sistema psicofisico completo, una via di conoscenza e di ricerca della verità e il suo fine ultimo è la perfezione dell'essere umano e la consapevolezza della realtà.

L'aspetto sessuale è solo una sua sottodisciplina che permette di elevare l'energia sessuale per portare l'uomo e la donna all'estasi. La dottrina tantrica, infatti, sostiene che in questo stato estatico i due amanti rompano le barriere di protezione del piccolo io egoico, inibito, i limiti delle identificazioni delle loro piccole menti. Il potere sessuale viene utilizzato come forza trainante per riattivare facoltà dell'inconscio e si accede a una conoscenza intuitiva. Attraverso l'estasi sessuale, infatti, il flusso di conoscenza non arriva in piccoli pacchetti consci secondo una sequenza logica, ma inonda l'intero essere del ricercatore di consapevolezza intuitiva. Nel fuggevole momento orgasmico si arriva alla comprensione del dualismo della realtà che si fonde in unità; si riconosce la propria Anima come indistinta dalla Grande Anima universale; si accede a una mente collettiva dove svanisce l'individualità e ci si ritrova essenza: un connubio collettivo indistinto del Maschio e della Donna Primordiali. È lì che l'individuo riscopre il suo potere divino, ricollegandosi alla sorgente universale e ai suoi infiniti poteri e accede alla Coscienza universale, depositaria di tutti i ricordi, di tutte le esperienze e le conoscenze umane.

“Il corpo è la chiave di volta della cattedrale tantrica: per il tantra il corpo è divino.”⁹⁵

Il tantra parte dal valore del corpo per raggiungere la spiritualità: riconosce dignità a ogni sua parte, ritenendo che essa è intrisa di una complessità straordinaria e animata dall'intelligenza creatrice, la stessa che pervade l'intero Universo. Il corpo che se risvegliato attraverso l'energia sessuale svela potenzialità inattese, energie straordinarie e le rende manifeste. Per il Tantra il corpo è un universo saggio e sacro. Il tempio della propria divinità.

Il tantra è costituito da una tecnica sofisticata (costituita da esercizi fisici, asana, tecniche di respirazione, meditazioni, mantra, massaggi, ecc) che disciplina la potenza sessuale riproduttiva e creativa dell'individuo. La potenza sessuale si trova arrotolata tra l'ano e gli organi genitali come un serpente attorcigliato: la Kundalini. Se questa energia viene risvegliata, va ad attivare e ad allineare tutti i chakra portando l'individuo alla piena realizzazione di sé.

“Voi avete una sola energia. Al livello più infimo è definita “energia sessuale”; se continuate a raffinarla, se continuate a trasformarla attraverso la meditazione, la stessa energia inizia a muoversi verso l'alto e diventa amore, diventa preghiera. Il sesso allo stato grezzo è la materia prima; assomiglia a un diamante in una miniera; deve essere tagliato, lucidato, è necessario molto lavoro perché si possa riconoscere il diamante.”⁹⁶

⁹⁵ Tantra, André Van Lysebeth, Mursia

⁹⁶ Tantra amore e meditazione- Osho

Il Tantra rende l'individuo acuto nella sua sensorialità fisica e questo permette di aumentare la percezione del Piacere: un piacere estatico che stimola la gioia, la creatività, la capacità di empatizzare con tutto ciò che esiste, che si percepisce come parte di sé e se ne coglie la sua bellezza essenziale. Tutto ciò incrementa il senso di appagamento e di soddisfazione in tutti gli ambiti della vita. Si inizia a vivere, infatti, e in uno stato di empatia universale che stacca dal concetto di possesso e riconduce all'amore profondo per l'esistenza.

Il tantra e il suo culto dell'estasi volgono a portare i due amanti in uno stato di attenta presenza, di ascolto profondo della propria interiorità e di quella dell'altro, in un rituale meditativo in cui si prolunga il piacere. Lo stesso rapporto sessuale è il primo sacramento ancora prima che l'orgasmo.

È facendo l'amore meditativo e consapevole che il sesso diventa un canale di comprensione profonda dell'essenza e dell'esistenza, uno strumento di trascendenza.

Attraverso un profondo orgasmo si entra nell'assoluta presenza di se stessi nel qui ed ora, non c'è più passato e non c'è futuro, non esiste più fantasia né immaginazione. Il sesso stesso scompare, l'individuo resta osservatore e testimone di ciò che sta vivendo e si prova una gioia sublime.

Il sesso così diventa il primo passo da compiere per accedere all'amore, l'amore universale. Il problema è che nella maggior parte dei casi il sesso viene considerato come l'apice, quando invece è solo il primo step di tutto il processo.

“Se due corpi si sentono attratti l'uno verso l'altro è sesso; se due menti si sentono attratte in una verso l'altro amore; se due anime si sentono attratte l'una verso l'altra è preghiera e la preghiera è la forma più elevata. Il sesso è la forma più bassa. Non pensare mai che ciò che è in basso sia una cosa più elevata altrimenti rimarrai fuorviato. Il sesso è un veicolo che conduce al sacro è un'esperienza d'amore è un atto meditativo ma ce ne siamo dimenticati ed è proprio questo che sta trasportando l'umanità in un abisso sempre più profondo. Il sesso se vissuto come una preghiera arricchisce in modo profondo, trasforma le due individualità; se ci si arrende l'uno all'altro e alla bellezza delle loro anime si raggiunge la libertà.”⁹⁷

Imparando a vivere il sesso come una profonda preghiera, si creano anche le migliori condizioni che influenzano la qualità dell'Anima che nascerà da quell'incontro sacro e il suo livello coscienziale. Quanto più elevata sarà la qualità del concepimento, tanto più nasceranno anime superiori e solo così il livello dell'umanità può innalzarsi al suo massimo. Comprendiamo, pertanto, quanto l'arte del sesso sacro e il vivere la sessualità come uno strumento di crescita spirituale siano fondamentali non solo per il Progetto individuale, quanto anche per la realizzazione del Progetto universale di cui ognuno di noi fa parte.

Una volta che l'individuo riesce a vivere questa fusione grazie all'incontro con l'altro sesso, cercherà di raggiungere lo stesso livello di estasi anche da solo e questa, secondo Osho, è l'ultima tappa della sessualità consapevole: la fase Suprema. Qui l'individuo riesce a vivere uno sposalizio interiore tra le

⁹⁷ Tantra, amore e meditazione- osho

due polarità esistenti dentro di lui, il suo principio maschile e il suo principio femminile: questo lo porta a vivere in uno stato di estasi continua e stabile proprio come “*un Buddha vive in un continuo orgasmo: inspira ed espira in orgasmo*”⁹⁸. Arrivare a questo stato di consapevolezza sessuale permette di riappropriarsi del proprio potere personale e della capacità di garantirsi da soli una vita nel piacere estatico, uscendo dalla dipendenza di cercare l’altro come strumento per la sua felicità.

*“Le tecniche di meditazione sembrano produrre una sensualità straripante. Di conseguenza, affiora in me tutto ciò che non è mai stato messo in gioco, tutto ciò che non ho mai espresso. Il gioco della natura pervade tutto il mio essere, tutta la bellezza che io possiedo. Tutta la musica che incanta le mie orecchie e la mia anima. Tutto questo sembra esprimersi in voluttà. Perfino quando chiudo gli occhi in silenzio, percepisco questa presenza tangibile. Io accolgo con gioia questa crescente sensibilità e questa relazione orgasmica con la vita. Non riesco ad immaginare Dio che discende su di me; lo vedo piuttosto come l’amante supremo che verrà quando io sarò totalmente rivolta e l’interno sarà esposto all’esterno: sarò completamente aperta e leggibile, come la luna gloriosa.”*⁹⁹

A livello egoico la sessualità è connessa con delle paure che possono essere esse stesse limitanti per poter trasformare la sessualità in uno strumento evolutivo:

- la dipendenza affettiva da un’altra persona;
- il sentirsi incompleti;
- la paura di essere rifiutati e abbandonati;
- il timore di perdere la fonte della propria gioia;
- la difficoltà di lasciarsi davvero andare alla propria animalità che durante il sesso si risveglia.

Sono tutti conflitti dell’io che possono portare l’individuo ad avere difficoltà a vivere pienamente il proprio potenziale sessuale.

Il tantra con il suo approccio creativo, rituale e meditativo ha la capacità di trasformare tutto questo e far tornare l’individuo a sentirsi integro, libero di esprimersi, finalmente pronto a lasciare il controllo della mente, a lasciarsi possedere dalla propria intuizione, dalla propria potente energia, dalla divinità d’amore che è in lui.

Così fare l’amore tantrico significa far cadere le maschere, spogliarsi delle corazze e di tutti gli strati di protezione messi intorno al cuore per tutta la vita, far morire le credenze della civilizzazione e cedere alla propria verità profonda, abbandonarsi con ogni fibra e con ogni cellula del proprio corpo alla sessualità, vivere orgasmi totalizzanti in cui tutto il proprio essere diventa sessuale in cui ci si abbandona alla propria anima e si scopre che tutto è possibile. Questo fa paura, perché si arriva a conoscere se stessi fino alle radici più intime. È in questa estasi tantrica che

⁹⁸ Tantra, amore e meditazione- osho

⁹⁹ Tantra, amore e meditazione- osho

*“L'animale selvaggio si esprime in tutta la sua bellezza ed è unita a una presenza spontanea, viva in cui la natura e Dio si incontrano nell'individuo”.*¹⁰⁰

In quest'ottica, possiamo comprendere meglio ancora il collegamento tra la paura di vivere pienamente se stessi con i disturbi legati alla sessualità e quanto a sua volta l'aprirsi pienamente a una sessualità consapevole possa aprire la vita alle informazioni più profonde che la propria Anima porta con sé. E anche questo può far paura perché adeguarsi al volere dell'Anima, significa mettere in discussione l'Io, arrendersi a un volere superiore e prendersi davvero la responsabilità della propria vita in questa terra, oltre il proprio egoismo.

*“Il solo problema dell'uomo contemporaneo è che non palpita più; il suo cuore non batte. L'uomo contemporaneo è bloccato nella testa; il cuore viene ignorato. Bisogna invece tornare ad allenare il cuore: quando non c'è la stanza dell'amore, sorge la paura. Se hai paura significa che devi essere più aperto all'amore. Quando hai paura sei chiuso, smetti di avvicinarti agli altri esseri umani, desideri stare solo. Più hai paura e più assenza di amore c'è, più hai paura e più ti chiudi e più ti corazzi e più di corazzi più diventi come un'ostrica chiusa e nessun orgasmo è possibile. Prima di qualsiasi apertura all'altro sei tu stesso che devi aprirti a te. Se apri quella porta alla tua anima tutto diventa possibile. Senza amore si ha paura, con l'amore si è impavidi. Quindi prima amati, risvegliati, diventa appassionato di tutto te stesso. La paura rovina la consapevolezza e aumenta l'inconsapevolezza. L'amore è una cosa difficile: devi lasciar cadere la paura. Solo quando riuscirai ad aprirti all'amore e a donarlo sarai un maestro.”*¹⁰¹

*“Vi auguro ciò che temete di più, perché ciò di cui avete paura è esattamente ciò di cui avete bisogno per trovare la vostra bellezza”*¹⁰²

L'amore tantrico, in cui si medita, si prega, si benedice prima, durate e dopo il rapporto, in cui si riconosce la propria divinità e si onora quella dell'altro, diventa il modo per trasformare ed elevare la propria energia vitale, per auto guarirsi, per morire alla vecchia forma e per evolvere spiritualmente attraverso la via del piacere, della gioia e dell'estasi.

Come spiega Salvatore Brizzi nel suo libro *“La sacra sessualità”*, bisogna risvegliare le coscienze e riportare la sacralità di ciò che da sempre è stato sacro e che è stato poi profanato, manipolato e corrotto.

“Anticamente le sacerdotesse rivestivano questo ruolo particolarmente delicato: si occupavano di istruire alla sessualità i giovani uomini e le giovani donne. Spiegavano che il sesso è legato alla trasmissione dell'Amore e non ha niente a che fare con lo sfregamento di due parti anatomiche e con il piacere fisico che ne deriva. Si prendeva la decisione di fare sesso come noi oggi prenderemmo la decisione di andare a messa; con l'intenzione di svolgere un rituale che permette l'avvicinamento a Dio. Un giovane sessualmente sano ed equilibrato, che conosce e gestisce la sua energia sessuale, non lo convinci che per vivere su questo

¹⁰⁰ Tantra, amore e meditazione- osho

¹⁰¹ Tantra, amore e meditazione- osho

¹⁰² L'unico desiderio. Nella nudità del tantra- eric Baret- edizioni la Parola

pianeta sia giusto asservirsi a una psico-prigione, dove le tue energie vengono imbrigliate nel lavoro impiegatizio quotidiano e spremute attraverso la richiesta di tasse sempre più elevate! Nelle epoche passate l'istruzione sessuale era molto importante, proprio perché si conosceva bene la forza dirompente nascosta dentro quest'energia. È una forza potentissima, è una forza che, se indirizzata nel Cuore, può realmente permettere di toccare il divino. Più entri in quella che è la vera sessualità, nella sessualità spirituale, più l'atto in sé diventa un'appendice, forse l'aspetto meno essenziale, sebbene presente. Nella sessualità sacra c'è questo... ed è ciò che veniva insegnato a quei tempi dalle sacerdotesse del sesso.”¹⁰³

- **Il massaggio tantrico rituale kashmiro**

Uno strumento che può essere utilizzato per utilizzare i principi tantrici e per risvegliare il corpo al piacere, risvegliarlo alla sensorialità e far salire l'energia sessuale verso i centri del cuore e della coscienza è il massaggio tantrico rituale kashmiro.

È un massaggio emozionale- sensoriale che porta ad uno stato di profondo rilassamento meditativo e di contatto con il proprio inconscio. È un trattamento che viene eseguito nudi in cui la “nudità” fisica simboleggia il mettersi a nudo nel profondo, liberarsi da schemi e condizionamenti mentali, denudarsi delle barriere emotive e delle protezioni della personalità.

Il massaggio risveglia una sensibilità naturale profonda del corpo e riattiva l'energia sessuale per risvegliare tutto il corpo alla sua naturale sensibilità e al piacere.

È un massaggio rituale caratterizzato da un tocco lento e spontaneo, fatto di ascolto e di presenza, che si svolge come in una danza ballata sulle note di una connessione che si crea tra l'energia del ricevente e l'energia del donatore.

Attraverso l'arte del tocco, si dà compassione e attenzione a ogni parte del corpo, si ripristina la dignità che ogni sua parte ha: si onora il tempio fisico per sciogliere i suoi scudi e i blocchi energetici e psicoemotivi che porta con sé e si aiuta a risvegliare la kundalini. L'energia sale lungo i chakra, li risveglia, li riequilibra e aumenta l'espansione della coscienza: si muore alla forma fisica e si resta vivi nell'ascolto della propria essenza.

È un trattamento che va quindi ad aumentare l'energia del piacere nel corpo, fa crescere l'onda orgasmica senza dover arrivare all'orgasmo ma veicolando l'energia risvegliata verso i centri coscienziali.

¹⁰³ Salvatore Brizzi, “La sacra sessualità

È un rituale che attraverso uno stato di rilassamento, porta il ricevente ad affidarsi e ad abbandonarsi all'operatore, che a sua volta culla e avvolge proprio come un utero materno che rassicura il bambino interiore, gli dà amore incondizionato e gli permette la sua libera espressione energetica, oltre le paure. È un massaggio che porta con sé le qualità della loggia Acqua e che quindi trovo interessante anche per il riequilibrio energetico del rene. Oltre che ovviamente in caso di disturbi legati alla propria sessualità, in situazioni di disconnessione del corpo dal proprio piacere, come anche per risvegliare la propria energia, restare in contatto in modo profondo con le proprie emozioni, sciogliere nodi psico emotivi e sentirsi parte integrante con il tutto. Utilissimo per far salire l'energia in tutto il corpo e aumentare l'onda del piacere e della sensibilità ad esso.

Un massaggio tantrico, così, come tutte le pratiche tantriche incoraggia a vivere la vita intensamente, liberandola dalle tensioni, dai modelli precostituiti, dalle inibizioni: è un sentiero che onora il corpo e lo riallinea all'Anima, celebra i sensi, il piacere e sprona a godere pienamente della Vita e dell'esistenza.

“Il Massaggio Tantrico non è altro che Tandava praticato con il corpo dell'altro.

Una danza attraverso il contatto presente e meditativo.

Una pratica dolce e profonda che mette in contatto corpo, respiro, emozioni e sensazioni.

Un invito alla resa,

alla sensazione pura e spontanea.

Un'esperienza intima e sacra attraverso il corpo nella totale presenza,

nella non intenzione,

nella purezza

e nell'apertura del cuore.”

Manar Shakti

- **4.1 La sessualità nel Taoismo**

Il Taoismo è il più antico sistema di conoscenza sviluppato nella Cina antica, sviluppato più di 6000 anni fa: una scienza della vita, un sistema completo di conoscenze dettagliato, specifico, scientifico e pratico che tratta tutte le aree della vita dell'uomo affinché egli possa vivere in salute.

È un sistema completo di vita composto da otto discipline per progredire lungo la via dell'evoluzione, nella piena vitalità e armonia, imparando a padroneggiare la propria condizione umana si arriva a camminare con Dio.

Gli otto pilastri della conoscenza:

- Il Tao della filosofia;
- Il Tao della rivitalizzazione;
- Il Tao della dieta bilanciata;
- Il Tao della dieta del cibo dimenticato;
- Il Tao dell'arte del guarire;
- **Il Tao del sesso;**
- Il Tao della supremazia;
- Il Tao del successo.

Alla sessualità e al sesso veniva, quindi, conferito un valore importante nel processo evolutivo della persona; esso era un aspetto esistenziale da coltivare e curare con maestria e costanza. Il sesso è parte integrante della vita: influisce in modo profondo sulla sua qualità.

Il tao del sesso spiega in modo chiaro e completo la teoria e la pratica della sessuologia taoista: viene insegnato l'uso del sesso e dell'energia sessuale per migliorare la salute, armonizzare le relazioni e aumentare la realizzazione spirituale.

Il tao del sesso è la creazione di un sistema di conoscenze, metodi e tecniche per aumentare il potenziale di autoguarigione, di ringiovanimento e di rinascita.

I taoisti ritengono che l'energia sessuale sia la fonte di tutti i processi mentali e creativi e che possa essere trasformata in energia spirituale:

“L'energia sessuale è un campo elettromagnetico che si produce all'interno del corpo e che è collegato ai campi energetici del cosmo. Ognuno di noi può sperimentare adesso e qui il campo di energia sessuale che ha dentro di sé e trarre le relative conseguenze.

Il processo di sviluppo dell'energia sessuale ha origine dall'energia greggia degli elementi universali (terra, sole, alimenti, aria) che nel corpo si trasforma in Ching (la forza generativa) e viene immagazzinata negli organi genitali. Gli organi vitali mescolano poi all'energia seminale il proprio rispettivo Qi e la nobilitano, trasformandola in Shen (energia spirituale). “¹⁰⁴

I cinesi avevano compreso fin dall'antichità che il corpo umano è un sistema di metabolizzazione energetica: è come una batteria elettrica. Un corpo vivo e sano e uno morto differiscono tra di loro per la quantità di energia presenti in esso. Un organismo per funzionare al massimo delle sue capacità ha

¹⁰⁴ Mantak chia, Tao Yoga dell'Amore

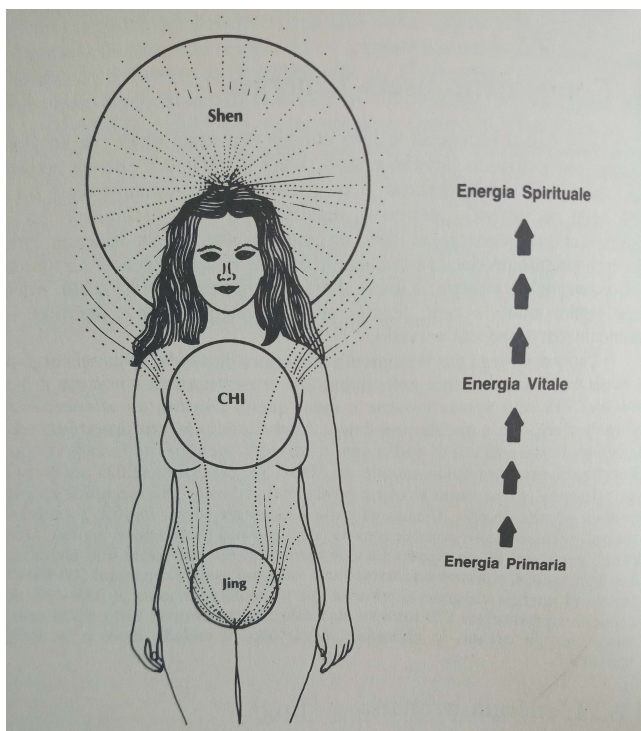
bisogno del massimo livello di energia; se l'energia diminuisce la persona inizia ad accusare malanni, fino ad ammalarsi gravemente ed arrivare alla morte. Tutte le attività quotidiane richiedono un dispendio di energia che è così costante. Durante il sonno profondo la batteria umana si autoricarica, i punti di accesso ai meridiani si rilassano e permettono l'ingresso dell'energia universale nell'organismo.

Il sesso normalmente scarica la batteria: crea una tensione nel fisico che comporta la chiusura dei punti di accesso ai meridiani energetici e, così, la capacità del corpo di ricevere energia viene bloccata. L'ejaculazione dell'uomo e la perdita del seme, anche, sono considerati come una scarica che indebolisce l'organismo, abbassandone in modo importante l'energia.

Tuttavia, i taoisti studiarono in modo approfondito come l'energia sessuale possa essere utilizzata per nutrire e ricaricare l'intero organismo.

L'energia sessuale è generata dalle ghiandole sessuali ed esse sono poste più in basso rispetto a tutte le altre ghiandole ormonali dell'organismo. Esse vengono definite "il fornello dell'organismo": l'energia e il fuoco che esse producono va verso l'alto e va a nutrire le ghiandole poste più in alto fornendo l'energia per rendere efficienti la maggior parte delle funzioni vitali dell'organismo. L'energia sessuale è un fuoco alchemico che, usato in modo consapevole e disciplinato, trasforma e rinnova, nutre l'energia del cuore e innalza il livello di coscienza dell'individuo.

Per i taoisti, infatti, nel corpo sono presenti tre centri energetici principali: nel basso addome (Jing), nel cuore (Chi) e nella testa (Shen): i tre Tan Tien, luoghi di accumulo, conservazione e trasformazione dell'energia.



105

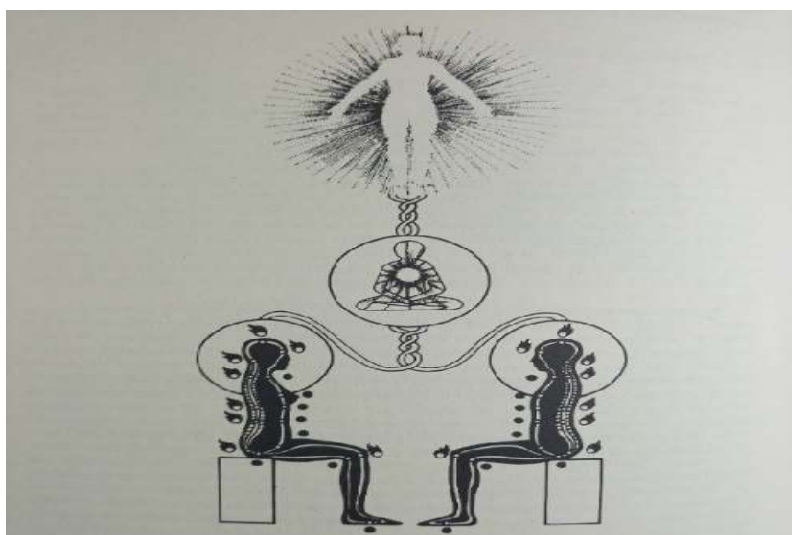
I taoisti, quindi, avevano già compreso il collegamento importante che esiste tra gli organi sessuali e il cervello: essi ritenevano che con la pratica e l'esercizio sia possibile spingere l'energia sessuale verso l'alto. Questa connessione favorisce la conservazione della massa cerebrale, aumentando le sinapsi neuronali coscienziali: questo permetterebbe sia di arginare gli effetti dell'invecchiamento, sia di prevenire la neuro degenerazione che di ampliare la propria coscienza e di velocizzare quindi il proprio percorso di evoluzione.

“Durante gli esercizi di alchimia interna, l'adepto taoista si concentra -con meditazioni, visualizzazioni, tecniche di respiro o anche attraverso la stimolazione manuale dei

¹⁰⁵ Immagine dai libri di Mantak Chia

*genitali- sul campo del cinabro inferiore, sul suo "utero", per accumularvi la più grande quantità possibile di Jing che poi viene coscientemente spinto verso l'alto, lungo il midollo spinale, dal meridiano della vescica biliare, per raggiungere il cervello e arricchirlo di essenze fresche che produrranno più Shen, quindi Stato di coscienza. I soffi energetici scendono dal cervello fino al campo di cinabro medio, all'altezza del torace, e da qui viene distribuito dai vasi a tutto il corpo, fino alle ossa, che rappresentano la dimora d'immortalità. Infine, il soffio ritorna al campo del cinabro inferiore, pronto per intraprendere un altro ciclo."*¹⁰⁶

Il taoismo ha messo a punto tecniche specifiche basate sulla fisiologia energetica del corpo: esercizi di respirazioni, di digitopressioni, di massaggi, di meditazioni, di pratiche per consapevolizzare, gestire, guidare, manipolare l'energia sessuale a scopo terapeutico ed evolutivo. Il lavoro individuale è preliminare per raggiungere, nelle pratiche di coppia attraverso l'arte dell'alcova, la più alta forma di connessione con l'intera energia del Cosmo. Si può raggiungere così l'unione con il tao universale attraverso l'unione delle due polarità maschile e femminile.



107

¹⁰⁶ L'Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica di Yvonne Mollard Marco Maiola

¹⁰⁷ Immagine dal Tao yoga femminile: l'amore che cura attraverso il tao- Mantak Chia

- **L'orgasmo maschile e femminile nel taoismo: dall'orgasmo ordinario a quello Superiore**

Per il taoismo la differenza fondamentale tra la natura sessuale dell'uomo e della donna è nella diversa natura del loro orgasmo. Quando l'uomo perde il seme (eiacula) perde gran parte della sua forza costituzionale (Jing); mentre per la donna l'orgasmo è una forma di rigenerazione a tutti i livelli: fisico, energetico, mentale e spirituale.

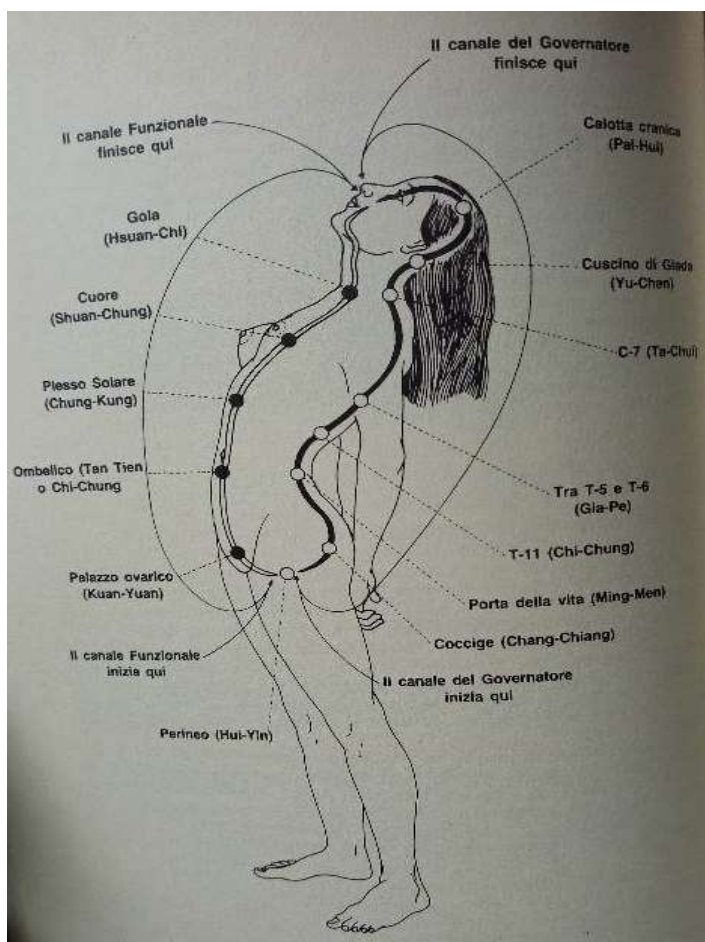
“Ecco perché si dice nel Taoismo: la donna comanda la stanza da letto. Lei è la regina sui molti livelli esistenti.”¹⁰⁸

L'uomo occidentale perde il suo seme ad ogni rapporto e così facendo diventa sempre più debole: si ammala più facilmente e invecchia velocemente: con ogni eiaculazione, l'uomo perde dai 200 ai 500 milioni di spermatozoi, ognuno potenzialmente in grado di generare un essere umano.

Secondo il taoismo la produzione di un seme così potente richiede un terzo del fabbisogno di energia quotidiano e affatica soprattutto il sistema ghiandolare e quello immunitario, compromettendo, a lungo andare, lo stato di salute del soggetto. Le pratiche e gli esercizi specifici per imparare a ritenere il seme sono così uno strumento per l'uomo per imparare ad avere un'altra forma di orgasmo, dove il piacere si

prolunga, si riesce ad accompagnare la donna nella sua onda multi-orgasmica e si inizia a vivere la sessualità come profonda pratica spirituale.

La donna per la sua natura energetica sessuale, invece, durante il rapporto si rafforza sempre di più e non è un caso che la donna sia anche normalmente più longeva dell'uomo. La superiorità della donna in campo sessuale ha dei motivi biologici: i suoi organi sessuali devono essere in grado di svolgere compiti assai gravosi come la gravidanza, il parto e l'allattamento. Nonostante questo, anche lei perde energia sessuale e lo fa attraverso le mestruazioni. Tanto che esiste un esercizio taoista, *l'esercizio del Daino* (il corrispondente al maschile per la ritenzione del seme) che blocca le mestruazioni riportando l'energia sessuale verso gli altri organi sessuali (la vagina, l'utero, le ovaie e i seni): con questa pratica il corpo reagisce come se ci fosse un bambino a poppare regolarmente; il sangue



¹⁰⁸Dragonero, Medicina tradizionale cinese di Felipe Guerra

affluisce al seno, invece che nell'utero, ridando energia a tutto il corpo.

Nella visione taoista l'orgasmo maschile viene considerato come un crescendo in un picco acuto, mentre quello della donna è una serie di ondate in crescendo, seguite da un'ondata calante. Che può essere schematizzato in nove stati diversi.

Per il taoismo una donna che riesce a raggiungere i novi gradi dell'orgasmo è descritta come un fiore di loto in boccio che attraversa nove livelli di fioritura a ogni fase si apra sempre di più, fino a sbocciare e ad abbandonarsi all'uomo che l'ha servita. Ogni livello è caratterizzato da un'energia sostenuta e attivata da specifici organi.

Mantak Chia, un famoso maestro taoista contemporaneo, nel suo libro *“il Tao del sesso, il libro della saggezza infinita”*, riporta questo schema e questa tabella:

Livello: Uno
Organo Energizzato: Polmoni
Risposta Osservabile: La donna sospira, respira pesantemente, la salivazione aumenta.

Livello: Due
Organo Energizzato: Cuore
Risposta osservabile: La donna, mentre bacia l'uomo, sporge la lingua. Secondo Su Wen, o Classico dell'Interno per l'Imperatore Giallo la lingua corrisponde al cuore.

Livello: Tre
Organo Energizzato: Milza, Pancreas e Stomaco
Risposta Osservabile: Via via che i suoi muscoli si attivano la donna si aggrappa all'uomo tenendolo stretto.

Livello: Quattro
Organo Energizzato: Reni e Vescica
Risposta Osservabile: La donna sperimenta una serie di spasmi vaginali e cominciano a fluire le secrezioni.

Livello: Cinque
Organo Energizzato: Ossa
Risposta Osservabile: Le giunture della donna si allentano e comincia a mordere l'uomo.

Livello: Sei
Organo Energizzato: Fegato e Nervi
Risposta Osservabile: La donna si arcua e si contorce come una serpe, tentando di avvolgere braccia e gambe attorno al corpo dell'uomo.

Livello: Sette
Organo Energizzato: Sangue
Risposta Osservabile: Il sangue della donna ribolle e lei tenta freneticamente di toccare l'uomo in ogni parte.

Livello: Otto
Organo Energizzato: Muscoli
Risposta Osservabile: I muscoli della donna si rilassano totalmente e lei morde ancora più forte e serra i capezzoli dell'uomo.

Livello: Nove
Organo Energizzato: L'intero corpo
Risposta Osservabile: La donna collassa nella «piccola morte» e si abbandona completamente all'uomo, aprendoglisi del tutto.

Nel grafico la linea tratteggiata rappresenta la soglia di quello che normalmente è considerato il normale orgasmo, quello definito del “venire insieme con l’uomo”; il resto delle potenzialità femminili

La linea spezzata rappresenta quello che viene comunemente considerato l’orgasmo femminile

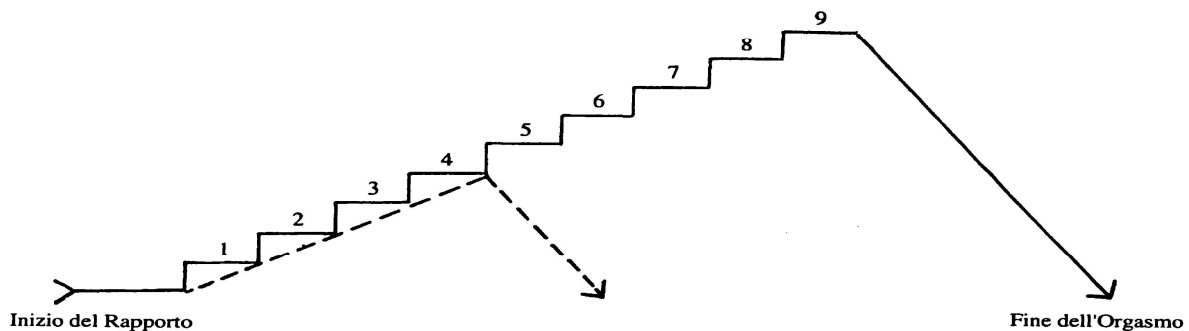


Figura 24: i Nove Livelli dell’orgasmo femminile

quindi restano inesplorate, quando invece esistono molti altri livelli di felicità e di connessione sempre più alti. Per questo il taoismo volge i suoi esercizi a prolungare anche i tempi di erezione dell’uomo e la ritenzione del seme: per insegnarli a portare la donna al loro vero apice, alla loro piena fioritura.

È dopo il quarto livello che la donna diventa ancora più sensibile e ogni piccola stimolazione la spinge più in alto nella sua energia.

Le pratiche taoiste sono così di fatto volte a portare sia la donna che l’uomo da un orgasmo ordinario a un orgasmo superiore capace di innalzare l’energia e prolungarla nel tempo. In questo modo anche l’uomo può sperimentare vari orgasmi nel corso di un solo rapporto e insieme uomo e donna possono riunirsi con il Tao.

Attraverso gli esercizi sessuali e nello stesso atto sessuale, infatti, si miscelano e si equilibrano i due principi vitali alla base del tutto, lo Yin e lo Yang, e attraverso l’unione dell’uomo e della donna si uniscono anche il Cielo e la Terra, raggiungendo un orgasmo cosmico.

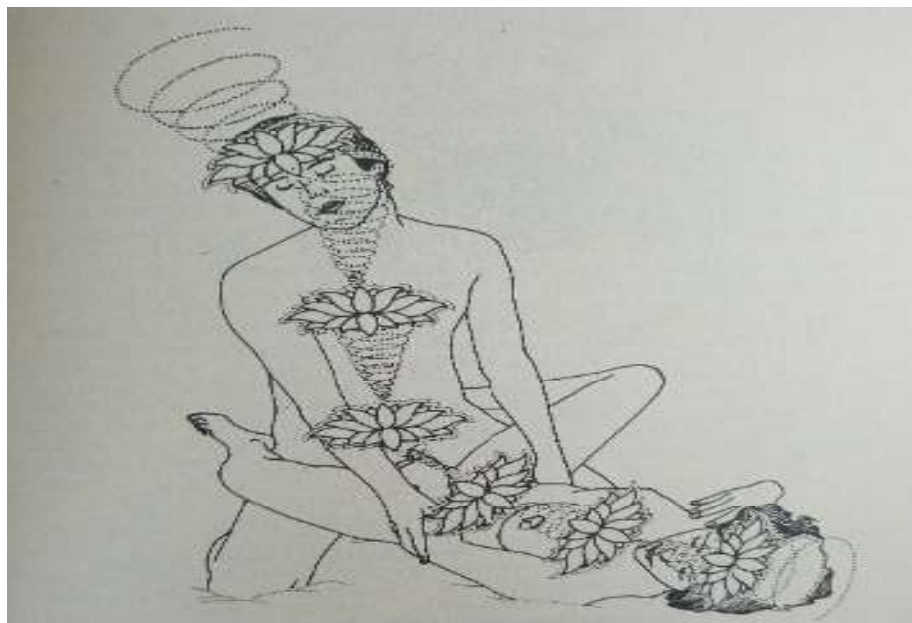
Attraverso l’atto carnale i canali energetici si aprono e si va verso una moltiplicazione energetica che porta a un’apertura spirituale. Il Tao dell’amore diventa così uno strumento per la conoscenza di se stessi e di conseguenza del mistero della vita e il mezzo d’unione con il Tao. Come viene citato infatti nel libro dell’Imperatore giallo¹⁰⁹: “La ragione della tua debolezza sta nell’ errore che commetti quando ti unisci con una donna; non bisogna mai dimenticare che l’acqua spegne sempre il fuoco (lo yin prevale sullo yang in questo caso); quindi annulla anche il fuoco dell’uomo (il suo yang; lo yang

¹⁰⁹ è un antico trattato di medicina tradizionale cinese, attribuito a Huangdi

del cuore e dei reni). Per questo bisogna imparare l'armonia di miscelare lo yin e lo yang, senza disperdere nulla ma anzi accumulando forza e virtù! L'uomo si accoppia con la donna e il cielo con la terra; ed è per questo che cielo e terra (che sanno come fare) possono durare in eterno”.

Secondo il tao, la sessualità è destinata a far circolare l'energia vitale per rigenerare l'organismo. Quindi facendo l'amore si acquista energia: le donne traggono la loro forza dalle ovaie e gli uomini dallo sperma.

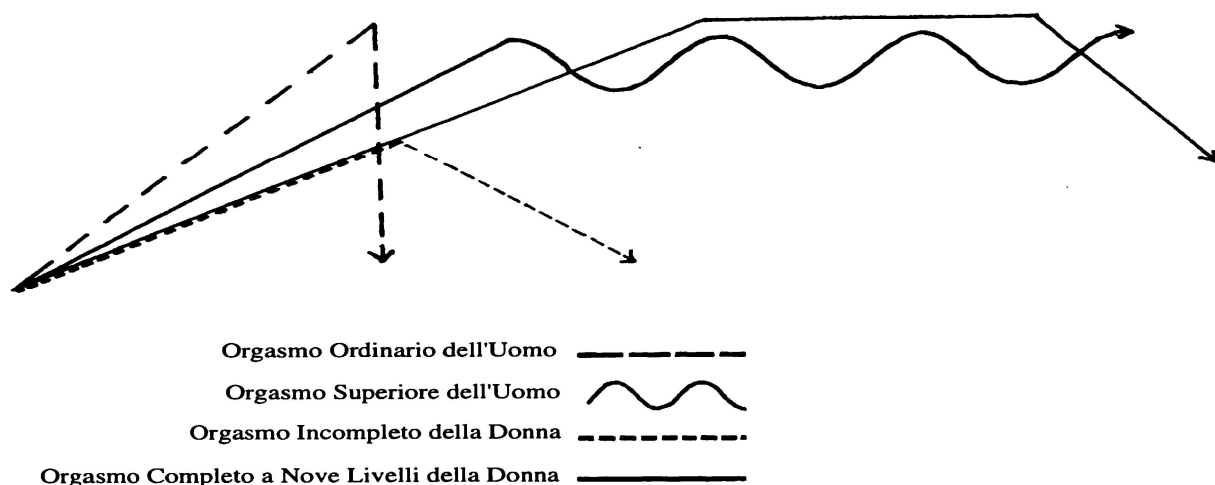
Non si tratta di focalizzarsi sulle zone genitali (come spesso avviene nell'ottica occidentale della sessualità), quanto invece porre l'attenzione sull'onda di energia che inonda tutto il corpo per lasciarla circolare liberamente. **Le pratiche sessuali taoiste sono pratiche di alchimia energetica pura che mirano alla realizzazione del corpo di luce, dell'evoluzione e dell'integrazione dell'individuo con il volere della propria anima e del proprio disegno energetico di base e quindi con la sua realizzazione sulla terra.**



L'orgasmo così diventa uno strumento di illuminazione: *“l'unione sessuale è molto importante perché accentua la capacità di percepire attraverso i sensi e rallenta l'attività della mente razionale. Inoltre, poiché, per dare origine alla creazione, il Tao, l'indivisibile, si è dovuto dividere nel principio femminile (Yin) ed in quello maschile (Yang), il rapporto sessuale, ossia l'unione di Yin e Yang, simboleggia il ritorno trascendentale all'unità. Nel momento dell'orgasmo, è possibile addirittura, per un istante, percepire l'unione con il Tao ed essere illuminati.”*¹¹⁰

¹¹⁰ Dragonero, Medicina tradizionale cinese di Felipe Guerra

L'orgasmo superiore insegna alle persone che praticano gli esercizi taoisti come non disperdere l'energia sessuale ed educare l'energia sessuale creativa caricata ad avvolgere, comprendere ed eccitare gli organi e le ghiandole. *“le nostre emozioni sono accumulate dentro ai nostri organi. Quando un organo viene reintegrato nella sua originale condizione di salute, la virtù positiva emergerà e potrà essere coltivata per produrre un'energia ancora più adatta ad alimentare ogni organo e ghiandola. Non appena organi deboli e ammalati iniziano a produrre energia positiva, essi coinvolgeranno gradualmente altri organi, rendendoli sani”*¹¹²



- **Energia renale e l'onda orgasmica**

Ai fini della tesi trattata, reputo molto importante sottolineare che il quarto livello del normale orgasmo (come riportato nel grafico precedente dei nove livelli orgasmici) corrisponde al livello energetico dei reni e della vescica. È deducibile, quindi, quanto una loggia acqua disequilibrata limiti la capacità orgasmica e limiti l'accesso anche ai livelli più alti di felicità, di spiritualità e di maggiore e più facile abbandono dell'io all'Anima e al suo progetto.

Dall'altro lato, lo stesso vivere orgasmi a metà al quarto livello, se non ancora più bassi, crea scompensi renali perché si produce un eccesso di energia che non viene liberata. Interessante è un esempio clinico riportato a tal proposito da Mantak Chia, sempre nel medesimo libro di cui sopra:

“Una volta viene da me una donna con un gravissimo problema renale. Già era stato asportato un rene e adesso anche il secondo incominciava logorarsi. Dopo essermi fatto raccontare la tua storia le suggerì di frequentare il prossimo seminario di sessuologia; si sforzò di venire e alla fine del corso viene da me ed esclamò adesso so la risposta: “è tutta colpa di mio marito”. Nonostante il felice

¹¹¹ Tao del sesso, il libro della saggezza infinita, Mantak chia

¹¹² Tao yoga femminile, l'amore che cura attraverso il Tao. Mantak Chia

matrimonio, non aveva mai sperimentato un orgasmo completo e questo era dovuto all'incomprensione del marito che la lasciava sempre al quarto livello. È molto frequente, infatti, che l'uomo creda che quello sia l'orgasmo reale della donna. Grazie alle pratiche che la donna ha appreso e che spiegò al marito, riuscì a toccare tutti i nuovi livelli di orgasmo. Dopo due anni venne a trovarmi nel mio studio raccontandomi che il suo rene era guarito che non aveva più avuto bisogno di medici né di ospedali e che conduceva ora una vita soddisfacente attiva. Prima che lei e il marito praticassero la soluzione taoista non c'era stata alcuna possibilità di liberare l'energia sessuale e questa anziché fruire liberamente si accumulavano ai reni e creavano grandi squilibri. In tutto il mondo non esiste una sola donna completamente frigida o orgasmica: qualsiasi donna è capace di orgasmo se portata nelle giuste condizioni. vo ritengo importante dire che siccome una donna può essere soddisfatta soltanto da un uomo è obbligo e dovere di quest'ultimo assolvere a questa funzione il ruolo dell'uomo è quello di servire la donna e se questa non è soddisfatta è colpa dell'uomo. se l'uomo riesce a darle il piacere completo avrà il suo amore incondizionato è un dato di fatto della vita.”

Un altro aspetto interessante, secondo la visione taoista è che il clitoride è posto nella zona di riflessologia vaginale corrispondente a reni e vescica, quindi un'iperstimolazione clitoridea può corrispondere a un'iperstimolazione renale che porta i reni sotto sforzo, perdendo la loro capacità di filtrazione e generando ritenzione idrica. Così, al contrario, una bassa energia renale può corrispondere a un clitoride poco sensibile, che non riesce a trasmettere l'impulso del piacere al cervello e quindi ha difficoltà a far salire l'onda orgasmica.

A tal proposito, nel quinto capitolo, dedicato ai rimedi, tratterò di un trattamento taoista che include la riflessologia dei genitali e che può essere un validissimo sostegno per l'individuo.

- **4.2 L'utero nel taoismo e la visione integrata contemporanea di Sajeewa Hurtado. Donne: sovrane del piacere.**

In tutte le rappresentazioni simboliche fin dall' antichità, l'utero è stato considerato il nido. È la casa in cui si crea la vita. Essendo lo scopo fondamentale del Taoismo il prolungamento della vita attraverso una ricreazione continua del proprio essere, si capisce perché la donna e l'utero, in quanto rispettivamente strumento e luogo di creazione, siano tenuti in gran conto dai taoisti. L'utero non è soltanto l'organo femminile della gestazione, ma il luogo nel quale ognuno, uomini e donne, deve compiere la propria creazione e procreazione. L'utero è il luogo di fusione, dell'ovulo con la semenza maschile ed è il terreno fertile in cui può avvenire lo sposalizio interiore:

“In lui si compie l'unione del maschio e della femmina, dello yin e dello yang. Ma non si tratta soltanto di un accostamento delle due polarità, bensì di una fusione intima, tanto che dall'unione dei due gameti risulterà soltanto una cellula. Una cellula che conterrà potenzialmente in sé, tutto un essere nella sua completezza. Nell'utero vi è la potenzialità di trasformazioni e moltiplicazioni straordinarie e, per questo motivo, esso viene paragonato all'Atanor dell'alchimista, nel quale

vengono uniti il mercurio con lo zolfo per ottenere l'oro alchemico simile al cinabro o solfuro rosso di mercurio."¹¹³

L'utero così è lo spazio vuoto che la donna può imparare a utilizzare come terreno fertile per coltivare e creare non solo i suoi figli terreni ma anche i suoi figli energetici, quindi per far crescere e manifestare i suoi potenziali e realizzare il suo progetto di Vita.

Sajeeva Hurtado, ginecologa colombiana che ha integrato nelle sue ricerche spirituali anche le tecniche ginecologiche taoiste e che si sta impegnando nella divulgazione per la consapevolizzazione del potere femminile, insegna proprio questo nei suoi libri e nei corsi: il valore di risvegliare il corpo al piacere. Il corpo se risvegliato conduce alla divinità interiore: *"Dove ci hanno detto che c'era il peccato, c'è Dio"*.¹¹⁴

Pensare che il piacere sia solo sessualità e quello che si prova durante un atto di amore, secondo lei significa perdersi il senso dell'intera vita. Il piacere deve essere la costante della quotidianità, in tutti gli ambiti dell'esistenza. Ma affinché il piacere entri nella vita è essenziale che l'individuo gli permetta di entrare, è una scelta che implica lavoro di consapevolezza su se stessi. Solo così poi il piacere può compiere le sue trasformazioni dentro e creare il miracolo: il miracolo che ognuno porta nel mondo manifestando la potenzialità unica e speciale del proprio Progetto animico.

È importante che la donna per abbandonarsi alla bellezza del suo essere pienamente donna e riconoscerci pienamente creatrice della Vita, impari a vivere l'onda orgasmica dentro di sé in ogni momento, permettendo alla vita in ogni momento di penetrarla.

Per aprirsi al piacere serve riportare i sistemi profondi dell'organismo in uno stato di attivazione del sistema parasimpatico, a discapito dell'attività del sistema simpatico in allarme che continua a porre l'organismo in uno stato di difesa da qualcosa che è accaduto in passato ma per il quale ora non c'è più modo di stare in allerta. Lo stesso sistema simpatico che porta la vagina a chiudersi, a seccarsi, a corazzarsi.

Bisogna rassicurare il corpo e aprirsi al momento presente alla nuova opportunità che il piacere ha da offrire proprio ora. Essere consapevoli del proprio respiro è un primo passo: esso in ogni momento con la sua inspirazione e la sua espirazione è come un atto sessuale di accoglienza e penetrazione che facciamo reciprocamente con l'universo e con la vita.

Risvegliare la sensorialità corporea e rendersi conto che ogni poro della pelle è un punto di accesso di informazioni al cervello e una potenziale porta di accesso al piacere.

La nostra pelle, i nostri muscoli i nostri organi, i nostri sensi, infatti, si corazzano per non sentire dolore, per adattamento, per sopravvivenza.

¹¹³ L'Uomo dal Concepimento alla Nascita Embriologia Energetica- Yvonne Mollard, Marco Maiola

¹¹⁴ Sajeeva Hurtado, video corsi online

- **4.3 La corazza come adattamento del corpo in chiusura al piacere**

Il concetto di corazza caratteriale è un punto nodale nella bioenergetica, disciplina che analizza il carattere dell'individuo in rapporto con la sua energia vitale.

*“Reich, chiamò Corazza l'esistenza di un apparato difensivo stratificato non solo fisico ma anche psichico: alle barriere caratteriali con cui il soggetto si difendeva dalle eccitazioni interne ed esterne suscettibili di scatenare l'Aggressività e l'Angoscia reattive in lui/lei latenti. Corrispondeva al livello somatico un insieme di Rigidezze e Blocchi Muscolari che assolvevano esattamente allo stesso scopo di difesa dalle eccitazioni interne ed esterne. Anzi Blocchi Emozionali e Blocchi Muscolari, Corazza Caratteriale e Corazza Muscolare sono funzionalmente identici, non sono cioè altro che le due facce della stessa medaglia, le funzioni e le disfunzioni dell'organismo vivente”.*¹¹⁵ Sono energie latenti, potenziali inespressi.

Ogni pensiero, ogni emozione che ci attraversano generano un flusso di energia nel nostro organismo necessari per creare un'azione. Quando questo processo fisiologico non avviene e le pulsioni naturali vengono repressi per adattamento all'ambiente, ai divieti, al censore interno, si crea tensione nell'organismo, paresi di inibisce all'azione, blocchi energetici, tensioni muscolari, scudi protettivi muscolari, connettivali, neurofisiologici che rubano energia vitale per la fisiologia, per la piena espressione di se stessi.

Più le corazze sono profonde e più si blocca il flusso recettoriale e la comunicazione di quelle zone con il cervello, sia nel dare che nel ricevere, limitando anche la sensorialità, il fluire delle emozioni, il piacere della vita. Le corazze rendono insensibili alla vita.

Così, tutto ciò che viene vissuto nella vita inconscia, viene impresso nel corpo, che ne porta memoria.

Il corpo mantiene il ricordo di ogni inibizione, di ogni trauma, di ogni incoerenza tra il nostro sentire, il nostro pensare e il nostro agire.

Bisogna, quindi, per sbloccare l'energia congesta, sciogliere, disarmare le corazze e le barricate che abbiamo posto, è necessario ritornare al corpo e ritornare ad ascoltarlo, a curarlo, a viverlo come una profonda benedizione.

È importante tornare a vivere il corpo nel pieno del momento presente, donarsi prima di tutto in modo autonomo un amore innocente. Un amore che va a sbloccare il corpo e come un elettricista va a riaprire e a riconnettere i canali in cui passa l'energia, i cavi della luce che si sono rotti e sfibrati. Bisogna ritornare a conoscere il corpo nel suo esser stato per natura concepito come uno strumento di piacere.

Sajeeva Hurtado dice che nessuna donna è anorgasmica, semplicemente il cuore è troppo chiuso e corazzato per permettersi di vivere il piacere e aprirsi all' amore.

“La vita non fa male, l'amore non fa male. È la tua corazza che ti fa male. È il tuo non amore che ti ammala. Se non ami sei controcorrente nell'universo: l'amore e il piacere sono forze infinite ovunque. Non è la tua vagina ad essere anorgasmica, è il tuo cuore, le tue emozioni, il tuo sentire spirituale. Non

¹¹⁵ CENTRO DI RICERCA ERBA SACRA; Dispense del Corso Analisi Bioenergetica, Marco Marchetti.

ti ossessionare se non provi piacere nella vagina, se prima non lo senti nella mente, nel cuore nel tuo campo aurico. Se tutto è contratto, tu stesso sei contratto, se tu non sei amante della vita, nessuno lo sarà con te. Ciò che più ti manca della vita sei tu. Ritorna a te stessa e tu stessa sarai il tuo più grande piacere. Incarna tu il piacere prima di uscire a cercarlo”¹¹⁶.

Attraverso pratiche specifiche, è importante che la donna si riconnetta con il potere del suo utero, che riempia il vuoto lì presente con l’energia del cosmo e ci faccia l’amore intenzionalmente per creare come un figlio i suoi progetti a livello energetico dentro di lei e poi manifestarli, partorire i propri sogni. Proprio come un feto che cresce nutrirlo energeticamente, farlo sviluppare dentro di se in un patto di amore con l’intero cosmo, in una danza cosmica con l’energia universale che ti rende magnetica. *“Perché quando siamo al centro della nostra esistenza e ti ami, sei al centro dell’esistenza puoi creare”¹¹⁷*

La donna così ritorna nel suo pieno potere di creatrice della vita. In questo modo si apre alla pienezza nel qui ed ora del proprio corpo finalmente abitato, si apre all’Amore, all’abbondanza, alla piena manifestazione del meraviglioso progetto dell’Anima. **Un progetto che quando è manifesto e realizzato fa sì che i propri sogni siano a disposizione dell’intera umanità e dell’intera evoluzione collettiva.**

¹¹⁶ Sajeeva Hurtado, video corsi online

¹¹⁷ Sajeeva Hurtado, video corsi online

Capitolo 5: RENI E SESSUALITÀ: RIMEDI NATUROPATICI

Appurato il collegamento tra l'energia renale e l'energia sessuale, in che modo il naturopata può sostenere l'individuo per il ripristino e il mantenimento della salute di questi apparati e affiancarlo nella realizzazione del progetto dell'Anima?

Come già specificato nel corso della trattazione, l'approccio naturopatico è volto a considerare l'individuo nella totalità del suo essere multidimensionale e il suo approccio punta a comprendere il disturbo e arrivare alla sua causa profonda invece di sopprimerlo. Esso rappresenta una parte che si sta manifestando alla coscienza dell'individuo affinché questi possa esserne consapevole e possa così occuparsene.

Il naturopata si avvale di tecniche specifiche per coadiuvare i processi fisiologici naturali, stimolare la forza vitale, assecondare la spontanea capacità dell'organismo di autoregolarsi per raggiungere l'omeostasi a livello sistemico. Il professionista della salute che si occupa di Naturopatia, considera elemento fondamentale per la sua attività la piena responsabilità, consapevolezza e partecipazione del cliente. In tal senso il naturopata può affiancare e sostenere l'individuo, ma solo quest'ultimo può prendere in mano la sua vita e tornare a viverla da protagonista.

Analizzerò di seguito degli strumenti con cui il naturopata può intervenire per sostenere i processi specifici che sono stati protagonisti di questa tesi.

• 5.0 Visita e colloquio naturopatico

La *visita naturopatica* è il principale istituto che il naturopata ha per svolgere la sua professione in conformità alla Norma Uni del 2013.

“Essa è un servizio che il naturopata svolge su richiesta della persona e che si svolge principalmente in due fasi. La prima fase è la valutazione dello stato di salute ossia l'analisi della costituzione, del terreno e dello stato di salute sistemico della persona condotta dal naturopata attraverso metodiche specifiche e con l'eventuale utilizzo di appropriati supporti tecnologici non medici”¹¹⁸, come ad esempio l'analisi iridologica; “mentre la seconda consiste nel fornire i consigli e nel praticare i trattamenti”¹¹⁹.

La visita naturopatica è lo strumento attraverso il quale il naturopata svolge la sua professione e può strutturare un percorso con il cliente, volto a educare e a responsabilizzare l'individuo nel ruolo attivo che egli svolge nella sua salute.

Il naturopata attraverso il colloquio può sostenere l'individuo nell'interpretare i disagi che egli sta vivendo e nel comprenderli, cogliendo l'opportunità di crescita che essi offrono.

Il naturopata può sostenere il cliente a vivere una vita in sintonia con la sua natura, riscoprendo e valorizzando i suoi potenziali, andando a consapevolizzare le tensioni psico-emotive ed energetiche

¹¹⁸Norma uni 11491

¹¹⁹Norma uni 11491

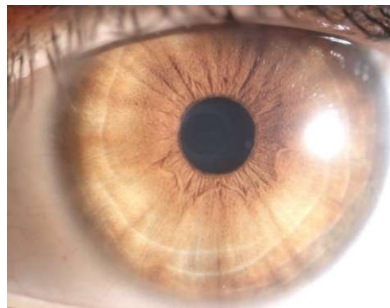
vissute in modo inconsapevole che limitano la realizzazione della propria unicità e quindi il suo Progetto individuale.

Oltre al colloquio, il naturopata può scegliere di sostenere la persona con dei consigli naturopatici che sono l': *“Insieme delle indicazioni per la risoluzione delle difficoltà, degli squilibri, dei disagi emersi dalla valutazione. Comprendono l'indicazione di prodotti (integratori alimentari, alimenti funzionali, oligoelementi, rimedi floreali, piante e preparati erboristici, fitocomplessi, preparati spagirici, complessi omeopatici, ecc.), trattamenti manuali (riflessologie, digitopressione, ecc.), tecniche di riequilibrio, stili di vita ed alimentari, eventuali consulenze presso altri professionisti della salute o la necessità di rivolgersi al proprio medico curante.”*¹²⁰

Nel caso specifico della tesi, il colloquio può essere volto a consapevolizzare la persona su cosa un disturbo renale o sessuale può rappresentare nella vita dell'individuo rispetto al suo vissuto.

- **5.1 Visita iridologica**

“Chi l'avrebbe mai detto che baciando gli occhi di un uomo si possa vedere così lontano”.¹²¹ gli occhi sono lo specchio dell'Anima.



Una fase importante della visita naturopatica è la visita iridologica.

L'Iridologia è una metodica di analisi della persona a partire dalla sua iride, ossia la parte colorata dell'occhio,

L'iride -*mappa riflessa* dell'intero organismo sui vari piani di esistenza di cui l'uomo è costituito- è unica e identificativa della persona, proprio come le sue impronte digitali.

L'iride ha scritto sottoforma di segni da interpretare il progetto dell'Anima dell'individuo.

Come tutti gli organi dell'organismo è innervato dalle fibre del *sistema neurovegetativo autonomo* e riceve, quindi, i messaggi di regolazione che l'*ipotalamo* invia all'organismo per generare gli *adattamenti organici* in risposta alle variazioni dell'ambiente.

L'iride è costituita da cellule e, come tutte le cellule dell'organismo, anche esse portano con sé la memoria di tutto il vissuto della persona. *I segni* presenti nelle iridi permettono di analizzare sia i *caratteri genetici* che *epigenetici* della persona. Si può esaminare la componente genetica, vedere le caratteristiche strutturali che la persona ha ereditato dai genitori; con quali peculiarità nasce sui vari piani ella sua esistenza; che qualità possiede. Dal punto di vista epigenetico è possibile analizzare l'adattamento della persona all'ambiente: in che modo la persona riesce a vivere e ad esprimere il suo

¹²⁰Norma uni 11491

¹²¹Alessandro Barricco, scrittore

potenziale, la sua vera natura nella sua quotidianità; se ci sono delle tensioni emotive profonde che impediscono alla persona di manifestarsi secondo la sua essenza la sua unicità; se sì, in quali settori della sua vita tali difficoltà si esprimono.

A seconda degli appiattimenti presenti sul bordo pupillare, infatti, si va ad analizzare in quali aree della vita psico-emotiva la persona ha delle tensioni profonde. Questo permette di arrivare a comprendere la causa primaria dei suoi disturbi.

Per ciascuna area psico-emotiva riflessa si può analizzare la rotondità o meno della pupilla e avere informazioni importanti di come la persona la vive e la percepisce. Gli appiattimenti pupillari, infatti, sono dati da uno squilibrio tra il sistema simpatico (utilizza l'energia) e parasimpatico (acquisisce energia): in condizioni fisiologiche i due sistemi complementari, sono in equilibrio (come lo yin e lo yang); se prevale il sistema simpatico - componente nervosa che porta il muscolo dello sfintere pupillare ad espandersi verso l'esterno- si avrà un'estroffessione pupillare; se prevale, invece, la componente parasimpatica si avrà un'introffessione.

L'analisi dell'iride, quindi, svolge un ruolo importante per far chiarezza sulle potenzialità che quella persona ha e che fanno parte del progetto della sua Anima, gli strumenti di cui la Natura lo ha fornito per la realizzazione della sua speciale, unica e irripetibile missione di Vita.

L'analisi dell'iride per la comprensione di eventuali disagi della sessualità della persona: segni semeiotici importanti che l'iride porta con sé a tal proposito possono essere:

-le tensioni presenti nell'area dell'es: quindi quanto la persona sa ascoltare i propri bisogni profondi e appagarli;

-quanto piacere la persona si permette nella sua vita e se le regole e le convinzioni in cui crede o che si porta dietro dai condizionamenti familiari, societari, religiosi e culturali, lo inducono a inibirselo o a viverlo con il senso di colpa;

-il rapporto che ha con il suo lato femminile e con il suo lato maschile, quindi con i suoi aspetti e qualità Anima e con quelli Animus e di conseguenza con le figure dello stesso sesso e di quello opposto, in particolar modo con le figure genitoriali e con il partner.

La capacità di vivere più o meno armoniosamente la nostra sessualità può essere analizzata dall'iride anche attraverso l'eventuale presenza di un pigmento acquisito di colore arancio che è legato agli ormoni sessuali. Questo segno topolabile¹²² può indicare che gli ormoni sessuali, anziché svolgere la corretta funzione fisiologica, stanno creando, in qualche modo, un rallentamento della funzionalità di altri organi (appunto quelli corrispondenti alla posizione dell'iride dove il pigmento si è posizionato).

Importante è andare ad analizzare anche l'iride secondo le regole dell'iridologia energetica, ponendo l'attenzione sulle informazioni che l'iride fornisce sull'energia e sulle funzioni relative al primo e al secondo chakra (che appunto corrispondono all'energia riproduttiva e creativa e agli organi genitali e all'apparato urinario).

Non che, l'energia della loggia acqua e la funzionalità del sistema urinario.

¹²²Nelle iridi esistono segni di tipo *topostabile*, il cui significato è legato alla posizione in cui si trovano, e quelli *topolabili*, il cui significato è scisso rispetto alla posizione in cui si trovano.

Per acquisire altre importanti informazioni sullo sviluppo psicoemotivo della persona e in che modo lo sviluppo della sua personalità può influenzare anche la sua sessualità, è utile studiare l'iride secondo la **mappa di Erikson**, che come già spiegato nel terzo capitolo, lega le aree dell'iride a fasi di sviluppo psicoemotivo della persona, permettendo di comprendere eventuali cause profonde di disagi attuali della propria sessualità.

- **5.2 Alimentazione naturale, Scienza dello stile alimentare e Dietetica cinese**

Tra gli strumenti che il naturopata dispone, un ruolo di primaria importanza è costituito dall'alimentazione che, in chiave naturopatica, viene trattata non solo in un'ottica nutraceutica ma anche e soprattutto infoceutica.

Il cibo, infatti, non è solo un contenuto biochimico di nutrienti e di calorie, ma è portatore di informazioni energetiche importanti. Ogni cibo porta nell'organismo il suo vissuto, quindi informazioni riguardanti la sua forma, il suo colore, la sua stagionalità, le strategie che ha dovuto adottare per poter affrontare l'ambiente in cui ha vissuto. Sono tutte condizioni che modificano notevolmente la qualità e la tipologia di informazioni che le nostre cellule assorbiranno dal cibo.

Tenendo conto di questi parametri, il naturopata può sostenere la funzione cellulare, tissutale e d'organo del cliente consigliando scelte alimentari che - tenendo in considerazione sia l'aspetto nutraceutico che infoceutico del cibo- diano specifici messaggi all'organismo. Si predilige la qualità alla quantità; si scelgono cibi di stagione, a km zero, biologici, ancora meglio se coltivati da sé o da un contadino locale di fiducia, da consumare freschi, non congelati, per assorbire il massimo potenziale energetico del cibo, quindi la loro massima vitale. Il cibo è costituito da materia che ha un suo potenziale elettrico. Quanta più carica elettrica il cibo ha al momento in cui lo ingeriamo, tanto maggiore è la quantità della sua energia vitale che assorbiamo. Fattori come il contatto con l'aria, la refrigerazione, le luci artificiali, i pesticidi, i diserbanti, ecc. depauperano l'alimento della sua carica elettrica, quindi, della sua energia vitale. Come specificato nei precedenti capitoli, l'energia renale e l'energia sessuale sono strettamente connessi con l'energia vitale della persona; quindi, sarà importate prediligere cibi ad alta energia vitale. A tal proposito può risultare funzionale limitare cibi raffinati, processati da processi industriali, congelati, trattati con conservanti e con aggiunte di coloranti e prodotti sintetici, ormoni.

Secondo i principi della Scienza dello stile alimentare, inoltre, uno stile alimentare va personalizzato sulla singola persona, sulle sue caratteristiche costituzionali, sulla fase della vita biologica che sta vivendo, sulle necessità dettate dalle attività che svolge durante la sua giornata. Uno stile personalizzato che tiene sempre in considerazione il vissuto profondo della persona, che ha condizionato in modo inconscio lo schema alimentare che la persona utilizza per difendersi o per compensare emozioni di base.

Il naturopata tiene in considerazione, inoltre, anche l'aspetto simbolico che il cibo porta con sé e cosa questo può rappresentare nell'esistenza della persona.

Non potendo analizzare qui il vissuto del singolo individuo e dare consigli personalizzati, darò in seguito dei suggerimenti alimentari generali, sfruttando anche alcuni principi della dietetica cinese e le conoscenze dei processi biochimici di neurotrasmissione.

Per il sostegno delle funzionalità renali, il primo alimento a cui dare particolare importanza è l'*acqua*. È preferibile che essa sia *oligominerale* per facilitare i processi di scambio e di depurazione.

Eccellente per ricaricare energeticamente il rene è l'*acqua di fonte* per la sua alta energia vitale e la sua *dinamizzazione* naturale.

Bere durante il giorno acqua bollita, preferibilmente calda è un altro consiglio importante: il freddo scarica l'energia renale e crea rallentamenti all'energia del *Qi*, con conseguenti grumi tossinici nel sangue che, ad esempio, possono manifestarsi nella donna anche sottoforma di grumi nel mestruo. L'acqua calda, grazie alla sua maggiore *energia cinetica* favorisce gli scambi tra l'ambiente intra ed extra cellulare. Inoltre, bollire l'acqua e consumarla calda ha una valenza quantistica importante: l'acqua mantiene per un'ora dalla sua bollitura *la coerenza quantistica* delle sue molecole *in forma esagonale*: questo facilita la trasmissione informativa e aiuta a mantenere l'informazione di coerenza nell'ambiente cellulare e nell'intero organismo.

Viste le corrispondenze della loggia acqua, l'eccesso di salato scarica la loggia energetica, pertanto è consigliabile una dieta iposodica, ma ad alto contenuto di *minerali* e di *sali inorganici*: quindi cibi naturalmente salati (esempio sedano, la bietola, ecc.).

Essendo il rene la radice della vita, può essere utile introdurre nell'alimentazione *tuberi* (patate) e *radici* (carote, cipolle, finocchi); come anche *semi* (mandorle, semi di girasole di Chia, di sesamo, ecc.) e germogli, alimenti che portano con sé l'energia potenziale della vita che sarà e, quindi, anche l'informazione del progetto finale (proprio come è stato già discusso per il rene).

In generale è consigliabile favorire *cibi di piccole dimensioni* perché essi contengono un potenziale energetico maggiore e più concentrato rispetto a quelli grandi.

È importante aumentare il quantitativo di *frutta e verdura freschi e scegliere soprattutto alimenti depurativi come* (finocchio, cetriolo, ananas, aloe, limone, sedano, prezzemolo) che aiutano nei processi di depurazione dell'organismo e quelli ad alto contenuto antiossidante (*barbabietole rosse, mirtilli rossi, crucifere- broccoli, cavoli, verze, cavoletto di Bruxelles- a grandi contenuti di zolfo*): il loro ph alcalino aiuta a riequilibrare i processi tossici acidi organici.

La scelta del colore nero associato al rene per la scelta dei cibi risulta interessante: i cibi neri (*cavolo nero, fagioli neri, riso nero*) o comunque viola scuro (*cavolo viola, radicchio, melanzane, patate e carote viola, mirtilli, prugne*), mantengono un quantitativo informativo maggiore e una maggiore quantità di *Jing* visto la capacità del colore nero di assorbire tutte le frequenze elettromagnetiche degli altri colori dello spettro del visibile.

Rispetto all'informazione relativa alla forma, portata dagli alimenti, interessanti sono i *fagioli* e le *fave* che ricordano la forma del rene.

Le *uova* sono particolarmente indicate sia per la funzionalità renale che per sostenere tutti i processi riproduttivi: l'uovo è da sempre un simbolo emblematico della vita. Esse sono molto importanti per il rene per grande quantità di Dna contenuto nel suo nucleo, il tuorlo; hanno, inoltre, un importante potenziale energetico: è in esso il progetto dell'intero pulcino; sono fondamentali, inoltre, per l'alto contenuto in albumina e abbiamo visto quanto questa proteina sia importante sia nella dinamica renale che nella procreazione.

Si possono prediligere inoltre:

-cereali integrali: essi hanno una forte capacità rigenerativa e riproduttiva e appartengono alla loggia terra che ha un ruolo riequilibrante sulle altre logge;

-carni di animali piccoli di età o di taglia, quindi *agnellini, conigli, tacchini*;

-pesci con grande contenuto di fosforo, d'Omega – 3 (es salmone) o crostacei come i *gamberetti*, sia per la loro forma che può ricordare il glomerulo renale, sia per la piccola taglia e il maggiore contenuto informativo;

-latte e latticini freschi non stagionati preferibilmente di capra;

-cibi ricchi di potassio, come *albicocche e prugne secche, avocado, banane*.

-cibi ad alto contenuto di Vit c (*papaya, agrumi, broccoli, fragole, peperoni, prezzemolo, kiwi*) e Vit d (*fegato, pesci grassi, tarassaco, burro crudo, tuorlo d'uovo*) per sostenere le ghiandole surrenali e il sistema immunitario;

-cibi contenenti zinco (*ostriche, torlo d'uovo, crostacei, semi di zucca, semi di girasole, soia germe di grano, frutta secca e carne*) per il sostegno delle ghiandole surrenali: esse sono l'organo del corpo a maggiore concentrazione di questo oligoelemento che lo utilizza per la produzione dei suoi ormoni.

Per la salute del sistema sessuale, si può inoltre dare importanza a cibi che contengono:

-**dopamina** (*mele barbabietole, verdure a foglia verde frutta e verdura e ortaggi di colore arancione - arance, zucca, carote- asparagi Crucifere - peperoni fragole*) o che contengono i due amminoacidi costituenti la dopamina, quindi **fenilalanina** (*o germe di grano o legumi o carne o uova o pesce*) e **tirosina** (*frutta secca, banane, avocado, semi oleosi, latticini, cacao, curcuma*);

-**serotonina** (o il suo amminoacido costituente- il **triptofano**): *legumi secchi (fagioli, ceci, fave), uova, banane, ananas, pesci di mare, cereali integrali, cacao e cioccolato fondente, formaggi freschi e le carni bianche (coniglio, pollo e tacchino)*. Per aiutare l'organismo a produrre serotonina è utile, inoltre, assumere anche la *pappa reale*.

Spezie a rinomata capacità afrodisiaca sono il *peperoncino, la cannella e lo zenzero*.

Rispetto alla forma, può essere significativo introdurre nella dieta cibi che hanno una forma fallica, come *banana, carote, avocado, asparagi, funghi, peperoni, zucchine, melanzane, peperoncino* o che ricordano la forma di una vagina come ad esempio i *fichi*, sia freschi che secchi.

• 5.3 Fitoterapia

La fitoterapia è uno strumento terapeutico che cura e sostiene l'organismo utilizzando *estratti naturali di piante* o di *erbe medicinali*. I fitoterapici sono rimedi che sostengono la funzione d'organo e il processo organico fisiologico, anziché sopprimere i sintomi, come fanno invece i medicinali chimici. Questo è possibile grazie all'azione dei *principi attivi contenuti* che svolgono un'azione definita di *network molecolare* che colpisce tanti recettori contemporaneamente: Quello che nella fitoterapia moderna viene chiamata *azione muticomponents-multitarget*.

L'azione del fitoterapico ha effetti sull'intero processo organico, permettendo una globale armonizzazione dell'organismo. La pianta è, inoltre, un vivente, costituito perciò da altri piani

esistenziali, proprio come l'uomo: questo determina un'azione del fitoterapico non solo sul piano fisico-biochimico, ma anche sul piano energetico ed informativo.

Per il sostegno dell'apparato renale, surrenale e sessuale può essere indicata un'integrazione fitoterapica di piante adattogene, come *Rodhiola*, *Ashwagandha*, *Eleuterococco*.

- Le **radici di Rhodiola** (*Rodhiola Rosea*) pianta definita “*la radice d'oro*”, hanno un'azione adattogena e antistress. La rhodiola produce un aumento della concentrazione plasmatica di beta-endorfine ed è così utile per alleviare lo stress e la sensazione di affaticamento fisico e mentale e per migliorare il tono dell'umore. Essa, infatti, aumenta i livelli di serotonina di circa il 30% nel sistema nervoso centrale oltre che quelli di dopamina.

“*Studi sovietici hanno dimostrato che, agendo come stimolante sul sistema ormonale femminile, è indicato in caso di amenorrea, oltre a migliorare significativamente la fertilità. Su quello maschile favorisce la funzionalità e la prestazione sessuale nel 70% degli uomini sofferenti di disfunzione erettile o di eiaculazione precoce. In Siberia, la Rhodiola è consigliata come afrodisiaco a chi soffre di turbe sessuali.*”¹²³

- **L'Ashwagandha** (*Withania somnifera Dunal*) è stata tradizionalmente usata da sempre come adattogeno, antinfiammatorio, tonico per il fegato e immunomodulatore. Utilizzata nella medicina ayurvedica come afrodisiaco per il trattamento della disfunzione sessuale maschile e della sterilità: migliora e aumenta anche la produzione di testosterone e la qualità dello sperma; regola gli ormoni riproduttivi e aumenta la fertilità; migliora la funzione tiroidea; sostiene in caso di stress, riducendo il cortisolo; sostiene i processi anabolizzanti e strutturanti dell'organismo, ridando vigore muscolare e rigenerata energia vitale.
- **L'eleuterococco** (*Eleuterococcus senticosus*) noto anche come *Ginseng siberiano* è un rimedio tonico-adattogeno, in grado di stimolare al meglio l'organismo fornendo la giusta dose di energia e contemporaneamente agendo come antistress. Consigliato in periodi di forte stanchezza, affaticamento, stress, convalescenze, migliora così la prestazione fisica e aumenta l'energia vitale. Antidepressivo, immunomodulante; favorisce i processi mnemonici ed è un afrodisiaco: agisce sul sistema ormonale, in particolare sulle sostanze che producono le ghiandole surrenali e sessuali. Aumenta la libido.

• 5.4 Aromaterapia: gli olii essenziali

Altri alleati del naturopata sono gli olii essenziali. Essi sono degli estratti liquidi e aromatici ottenuti tramite *distillazione a vapore acqueo* o con *spremitura a freddo* di una pianta o di una sua parte: questo permette di estrarre e conservare le sostanze attive naturali e le vibrazioni della pianta e portarle dentro l'organismo. Gli olii essenziali sono dei concentrati dell'essenza della pianta, del suo spirito e così con la loro informazione costruttiva ad alto livello vibrazionale sono dei veicoli per armonizzare il campo energetico individuale.

¹²³<https://www.cure-naturali.it/enciclopedia-naturale/rimedi-naturali/erboristeria/rhodiola>

“Gli oli essenziali puri e di grado terapeutico hanno la frequenza che varia dai 52 a 580 MHz. Il corpo umano in salute, dalla testa ai piedi, di solito ha le vibrazioni dai 62 ai 78 MHz, quando invece è a 57 MHz o sotto, è un segnale della malattia.”¹²⁴

Oltre che essi agiscono contemporaneamente su tutti i piani di esistenza dell'individuo:

- Sul *piano fisico*, con le proprietà biochimiche dei principi attivi contenuti;
- Sul *piano energetico ed emotivo*, attraverso la loro frequenza essi entrano in risonanza con la vibrazione del sistema dei nostri chakras energetici, riarmonizzandoli;
- Sul *piano psicologico*, l'olio essenziale agisce sul sistema limbico, questo permette di riattivare memorie in esso contenute, portarle e consapevolzza e quindi rielaborarle;
- Sul *piano spirituale*, agisce attraverso la vibrazione dell'archetipo che porta con sé, permettendo alla persona di riconoscerlo dentro di sé e armonizzarlo nella propria vita.

Per sostenere l'apparato renale e riproduttivo, esempi di olii essenziali utilizzabili sono:

-Patchiuli, Vetiver e Mirra: sostengono le funzioni legati al primo chakra; sviluppano capacità di radicamento e di concretezza; sostengono nella trasformazione dalle idee alla realtà, aiutando a trasformare le paure in forza d'azione; facilitano il processo di riconoscimento della propria identità e dei propri bisogni legati alla sopravvivenza.

-Gelsomino, Ylang Ylang e Zenzero: sostengono le funzioni legate al secondo chakra; lavorano sull'elemento dell'acqua; sostengono la persona a prendere contatto con le proprie emozioni e con il proprio piacere, così da poter riconoscere i propri bisogni e soddisfarli; stimolano la creatività e la fantasia; donano fiducia nell'affettività; riarmonizzano il proprio maschile e il proprio femminile.

• 5.5 Floriterapia: i fiori di Bach

Il lavoro con *i fiori di Bach* è un lavoro dolce, armonico, sottile, delicato e allo stesso tempo profondo. “I fiori di Bach” sono 38 rimedi floreali scoperti da E. Bach. Essi sono macerazioni di fiori in una soluzione idroalcolica: il rimedio assorbe la vibrazione del campo elettromagnetico del fiore e questa sarà trasmessa all'organismo.

È una vibrazione che va in risonanza con la vibrazione delle emozioni e le armonizza.

I fiori di Bach sono, così, dei catalizzatori di trasformazione emotiva, sono dei maestri alchemici che insegnano al corpo a trasformare con dolcezza la densità emotiva, riportando in coerenza il corpo, la mente e l'anima.

I fiori così come l'*alimentazione*, l'*integrazione fitoterapica* e gli *olii essenziali* vanno scelti in modo personalizzato sulla persona e sul suo vissuto emotivo profondo. Ad ogni modo da un punto di vista generale rispetto alla finalità della tesi possono essere utili fiori che aiutano a:

- rielaborare vari tipi di paure,
- ritrovare la fiducia in sé stessi e nella vita,
- lasciarsi andare al piacere, contattare i propri desideri e avere la forza di passare all'azione per realizzarli.

Tra questi alcuni esempi possono essere:

¹²⁴e-frequenze-degli-oli-essenziali.it

-*Aspen* è il rimedio per le paure vaghe con origine sconosciuta. Il fiore frena l'immaginazione e aiuta a ritrovare la serenità, superando angosce e paure.

-*Mimulus*: per le paure di origine conosciuta. Il fiore aiuta a ritrovare coraggio per affrontare il mondo.

-*Red Chestnut*: per chi teme per la salute altrui, soffre di stati d'ansia per il timore che qualche avversità possa colpire i propri cari. Il fiore permette di controllare l'ansia, mentre l'iperprotettività diventa più razionale.

-*Cherry Plum*: per la paura di perdere il controllo. Il fiore aiuta a instaurare un buon equilibrio tra controllo ed espressione delle emozioni. Può essere utile anche per persone con anorgasmia, per imparare a lasciarsi andare nella sessualità e godere del piacere.

-*Rock Rose*: per il terrore e per il panico: la forma più estrema della paura, quella che paralizza. Riattiva l'energia profonda, dona coraggio, calma e lucidità.

-*Larch* è il fiore che dà fiducia nelle proprie capacità e aiuta a superare le paure di: non riuscire in un'impresa; del giudizio degli altri. È utile per il pessimismo, per tutte quelle situazioni in cui la persona non ha fiducia in sé stessa e per questo tende a non muoversi, a non agire. Dona perseveranza di fronte agli ostacoli, capacità di comprendere il significato trascendente degli eventi (soprattutto quelli negativi) collocandoli in una corretta prospettiva.

-*Star of Bethlehem* è consigliato per la rielaborazione dei traumi passati e presenti, l'integrazione e la rielaborazione delle memorie che essi portano con sé.

-*Rock Water* è indicato per le persone caratterizzate da una certa rigidità morale **che**, a maggior ragione, non riescono a lasciarsi andare, per eccessivo autocontrollo anche nella loro sessualità. Il fiore aiuta ad ascoltare le proprie pulsioni, dalle regole fisse e godersi la vita.

-*Pine* è il fiore di Bach maggiormente indicato, in grado di farci sentire più liberi e di liberarsi dei sensi di colpa.

• 5.6 Tecniche di riflessologia

Le tecniche manuali delle riflessologie utilizzano il principio della *mappa riflessa*: ogni parte del nostro corpo è un microcosmo dell'intero organismo ed è in essa una mappa riflessa, una somatotopia di tutto il corpo. I piedi, le mani, le orecchie, la lingua, il viso, l'iride così come gli organi genitali sono delle mappe riflesse dell'intero organismo e contengono tante terminazioni sia nervose che dei meridiani.

Stimolando zone specifiche delle zone riflessogene, si effettua un trattamento agli organi, ai tessuti e alle ghiandole corrispondenti, riequilibrando, così, la loro energia, e riarmonizzando il vissuto psico-emotivo corrispondente.

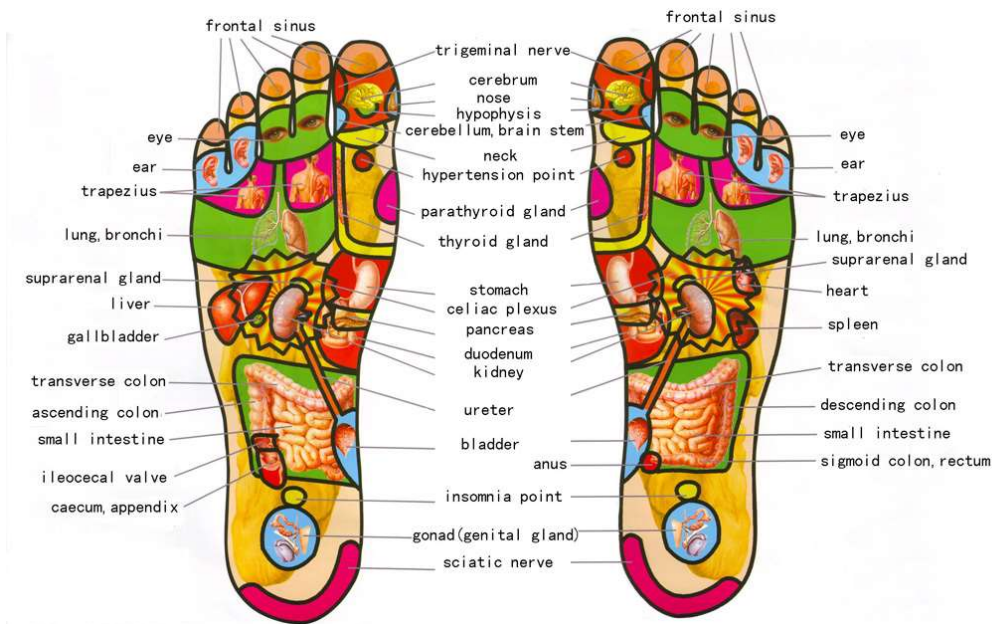
Essendo una comunicazione che avviene sul piano inconscio, ha il beneficio di oltrepassare le barriere del piano mentale, riuscendo a scioglierne le corazze e a liberare l'energia lì trattenuta, che tornerà ad essere a disposizione dell'individuo.

Sono tecniche che ripristinano la fisiologica comunicazione tra i vari piani esistenziali, permettendo di consapevolizzare parti di sé e aumentando il proprio livello di consapevolezza.

Le riflessologie riattivano i normali processi di omeostasi e di autoguarigione: stimolano l'energia vitale, il sistema immunitario, sostengono i processi di drenaggio e di depurazione; riequilibrano l'attività del sistema simpatico e parasimpatico; stimolano la produzione di una cascata di

neurotrasmettitori del buon umore, quali endorfine, ossitocina, serotonina, dopamina; inducono un rilassamento profondo portando la persona in onde cerebrali alfa, le stesse che durante il sonno sostengono i processi di rigenerazione cellulare.

• Riflessologia plantare



125

Per quanto riguarda la *riflessologia plantare*, ossia la riflessologia del piede, essa può offrire un ulteriore collegamento tra l'apparato genitale e urinario: i loro punti riflessi corrispondenti sono contigui se non addirittura sovrapposti in alcune zone (come, ad esempio, la percorrenza del meridiano del rene che attraversa i punti riflessi dell'apparato riproduttore).

È importante stimolare la zona del tallone corrispondente agli organi genitali e la percorrenza degli organi di rene, uretere e vescica.

Esistono, inoltre, tecniche che potrebbero essere particolarmente significative per il riequilibrio dei sistemi e delle dinamiche ad essi connessi che abbiamo qui in sede trattato:

- *La tecnica metamorfica emozionale dello sfioramento di Robert Sent John*: essa stimola un cambiamento nel modo di essere dell'individuo lavorando su strutture emotive e schemi comportamentali che si sono acquisiti in modo inconscio durante la vita embrionale intrauterina e durante il parto. È particolarmente indicata anche in chi ha dinamiche irrisolte con la figura materna e paterna. È utile, quindi, per riequilibrare il proprio maschile e il proprio femminile.
- *La tecnica dello scanner dell'alluce*: attraverso la stimolazione del sistema nervoso centrale crea una de-programmazione degli schemi mentali preesistenti e la creazione di nuove sinapsi: utilissima, quindi, per la rielaborazione dei traumi.

• Riflessologia auricolare

La *riflessologia auricolare* è una tecnica di stimolazione dell'intero organismo a partire dall'orecchio. Questa tecnica, di origini antichissime, è stata riconosciuta dall'OMS, l'Organizzazione Mondiale della Salute.

Questo trattamento risulta interessante ai fini della tesi da me trattata perché l'orecchio è l'orifizio del rene; quindi, già solo l'intero massaggio manuale del padiglione auricolare è un ottimo strumento per sostenere l'energia del rene; inoltre, essendo un organo di senso, ha tantissime terminazioni nervose che lo rendono estremamente sensibile agli stimoli, tanto da risultare un'importante zona erogena. Importante anche per quanto riguarda il progetto dell'Anima: la mappa dell'orecchio è la corrispondenza di un feto rovesciato, il feto che contiene il potenziale dell'intero organismo.

È utile stimolare i punti di corrispondenza degli organi costituenti l'apparato renale e genitale oltre che punti che agiscono a livello sistemico sul riequilibrio dell'intero organismo, come i punti seguenti:

- *Punto zero* stimola in tutto il corpo un riequilibrio omeostatico generale, producendo un bilanciamento energetico, ormonale, e dell'attività cerebrale;

- *Shen Men: la porta dello spirito*: la sua funzione essenziale è di tranquillizzare la mente. Allevia lo stress, i dolori, le tensioni, l'ansia, la depressione, l'insonnia, l'eccesso di sensibilità, l'incapacità di rilassarsi

- *Autonomic point. Punto del sistema simpatico*. Riduce lo squilibrio neurovegetativo, bilanciando l'azione dei sistemi ortosimpatico e parasimpatico. Migliora la circolazione del sangue.

- *Thalamus point. Punto del talamo, chiamato anche Pain Control Point*. il sovraccitamento, riporta la tranquillità, riduce uno stato di shock. Riduce inoltre i dolori cronici attivando il famoso cancello talamico del sistema sopra spinale, inibitore del dolore (anche emotivo).

- *Endocrin point. Punto dell'ipofisi*. Normalizza la funzione ormonale ed attiva l'ipofisi, ghiandola madre del sistema ormonale. Regola l'iperattività, ipersensibilità, reumatismi, disordini uro-genitali.

- *Tranquillizer point* e il punto del rilassamento muscolare per tranquillizzare i sistemi di allarme e lo stress

- *Sexual Desire Point*. Aumenta libido ed energia sessuale, utilizzato in frigidità, per sbloccare questa energia.

• **Trattamento Karsai e riflessologia degli organi genitali**

Anche la vagina e il pene sono delle mappe riflesse dell'intero organismo. Il lavoro riflessogeno sui distretti corporei direttamente interessati nelle dinamiche trattate può unire -oltre a tutti i benefici già citati per le riflessologie in generale- quella di trattare direttamente gli organi interessati nei disturbi.

La riflessologia dei genitali è inserita nel massaggio terapeutico Karsai: una tecnica mista thai e taoista che unisce la digitopressione sui punti di accesso ai meridiani energetici del nostro organismo assieme alla riflessologia degli organi genitali, ano compresa.

I genitali, oltre ad essere delle mappe riflesse, sono dei veri e propri cervelli emotivi che mantengono memorie profonde.

Questo trattamento va a sciogliere le energie legate ai conflitti emotivi e traumatici sedimentati nelle aree genitali, trasformando le tensioni psico-emotive che riducono la sensibilità degli organi sessuali e impediscono di vivere serenamente la propria sessualità con serenità.

I processi attivati dal trattamento sostengono la persona a sbloccare e a liberare la propria carica sessuale e a risvegliare il corpo al piacere, aumentando la consapevolezza di se stessi e della propria energia vitale.

È una tecnica che agisce a livello sistemico con benefici:

-sulla disintossicazione del sistema linfatico;

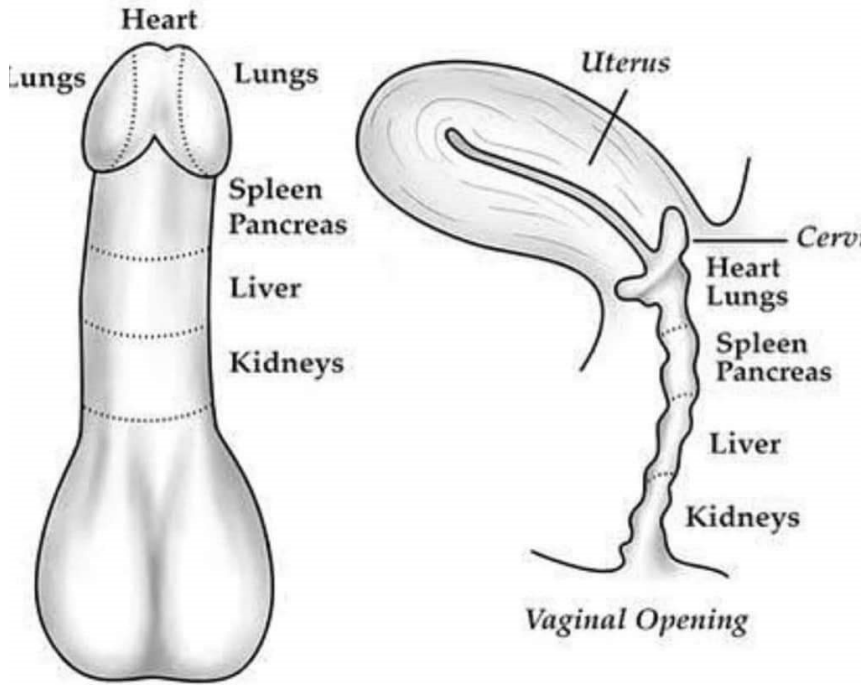
- sulle sedimentazioni e sulle coagulazioni delle vene degli organi sessuali e delle ghiandole che si verificano con il passare degli anni e che provocando il blocco della circolazione nei testicoli e nella prostata per l'uomo, nell'utero e nelle ovaie nella donna;

- sulle contratture muscolari dei muscoli profondi che sono coinvolti nell'attività sessuale. Tratta l'insieme di muscoli che in medicina cinese viene definito il “*muscolo Chi*” o il “*muscolo dell'amore*” che comprende il diaframma urogenitale, il diaframma pelvico, il muscolo dello sfintere anale e il muscolo pubococcigeo. È un trattamento che agisce come una riabilitazione del pavimento pelvico

È uno strumento importante per trattare disturbi del sistema riproduttivo ed è ottimale in caso di:

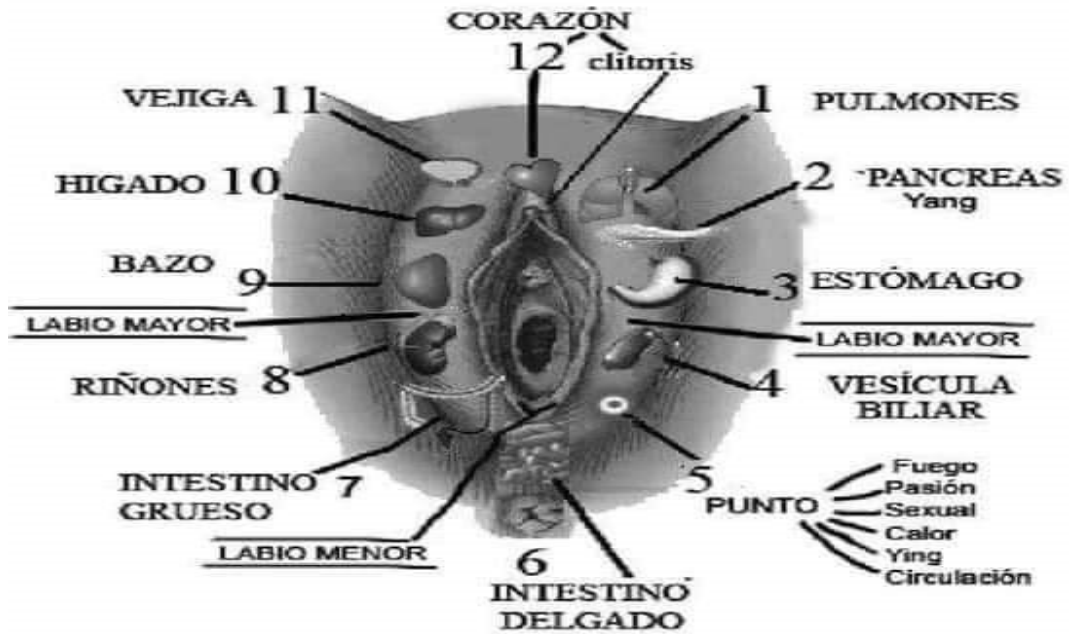
- ✨ Prolasso o rovesciamento dell'utero;
- ✨ Ovulazione e mestruazioni dolorose e/o irregolari;
- ✨ Aumento della libido sessuale, espansione del piacere;
- ✨ Aumento della prestanza sessuale;
- ✨ Infertilità, rapporti dolorosi;
- ✨ Anorgasmia (assenza o difficoltà orgasmo);
- ✨ Depressione legata al ciclo mestruale;
- ✨ Cisti ovariche e fibromi benigni;
- ✨ Stadio iniziale dell'ingrossamento della prostata;
- ✨ Iperplasia prostatica benigna;
- ✨ Aumento della durata del rapporto;
- ✨ Purificazione dei dotti seminali e disintossicazione dei tessuti;
- ✨ Prostatite;
- ✨ Erezione alterata;
- ✨ Gestione e diminuzione di stress ed insonnia;
- ✨ Disfunzioni erettili e impotenza (dipende dalle cause).

GENITAL REFLEXOLOGY



Zones of the Penis

Zones of the Vagina



126

¹²⁶Immagine dai libri di Mantak Chia

CONCLUSIONI

Concludo la mia elaborazione finale in Naturopatia ripartendo dalla scelta del titolo e sottolineando i risultati principali a cui la mia analisi mi ha condotto.

“*Rene e sessualità: dalla radice della Vita al Progetto dell’Anima*” è il titolo che ho scelto con l’intento di ricercare collegamenti possibili esistenti tra il Rene, la sessualità e il proprio Progetto dell’Anima, che ho concepito come l’origine e come lo scopo della vita stessa.

In chiave naturopatica, ho posto l’attenzione sulle correlazioni esistenti tra la salute dell’apparato urinario e quello genitale, cercando, in più, di sottolineare perché il rene energeticamente è connesso al Progetto dell’Anima e in che modo l’energia sessuale può essere utilizzata per procedere più velocemente nel manifestare la propria missione di vita.

Nel primo capitolo, per poter spiegare a cosa mi riferissi parlando di “Progetto dell’Anima”, ho sentito necessario spiegare che questo era parte del Progetto evolutivo dell’Universo intero.

- Per fare ciò, ho posto l’attenzione sui collegamenti tra il Livello macroscopico dell’Universo e quello microscopico dell’Uomo, cercando di porre l’accento sulla progettualità di base della vita. Ho iniziato l’analisi rifacendomi dapprima a concezioni mistiche e religiose antiche, per seguire una trattazione più razionale attraverso elementi presi dalla matematica, dalla Biologia e proseguendo in modo più corposo con la Fisica quantistica.
- Grazie alle scoperte all’avanguardia della Fisica quantistica ho potuto sottolineare che:
 - la complessità dei fenomeni naturali esistenti, uomo compreso, non può essere studiata in modo isolato e attraverso un ragionamento lineare;
 - l’intero Universo è in costante vibrazione e il suo campo elettromagnetico è il veicolo di tutti i fenomeni materiali;
 - il Campo dell’Universo è una tela quantica informativa, che tiene in sé tutte le informazioni che guidano lo sviluppo di tutto ciò che esiste. È una Mente Intelligente, uno stato di Coscienza in espansione continua, un Campo di Informazioni Pure costruttive. Una grande Anima Madre cosciente universale che si evolve sulla base di un Programma intrinseco nella sua stessa essenza: il **Progetto universale**.

-le singole anime individuali sono dei campi informativi, stati e livelli di Coscienza che fanno parte di questa Anima universale, restano sempre ad essa connesse e la loro evoluzione contribuisce all’evoluzione universale del Tutto. Ogni singola Anima individuale porta con sé il proprio **Progetto d’Anima**, che rappresenta il motivo del suo esistere e il suo stesso scopo esistenziale.

-le singole anime individuali sono dei campi informativi, stati e livelli di Coscienza che fanno parte di questa Anima universale, restano sempre ad essa connesse (in questo svolge un ruolo essenziale anche la comunicazione quantistica veicolata dell’acqua, gestita a livello organico dal rene) e la loro evoluzione contribuisce all’evoluzione universale del Tutto. Ogni singola Anima individuale porta con sé il proprio Progetto d’Anima, che rappresenta il motivo del suo esistere e il suo stesso scopo esistenziale.

- l'individuo assume un ruolo di primaria importanza nella realtà che vive, una realtà in cui esisterebbero più dimensioni spaziali presenti contemporaneamente in un'unica dimensione temporale, dove quindi passato, presente e futuro coesistono (questa è la dimensione esistenziale dell'Anima). L'individuo, oltre ad essere un osservatore, è un partecipatore attivo della realtà che manifesta. Consapevolizzare ciò e comprendere le leggi che regolano l'Universo è determinante per co-creare la realtà che si desidera e vivere la propria vita come protagonista, in allineamento al volere della propria Anima;

-il campo energetico individuale riesca ad attingere tanto più facilmente alle informazioni contenute nella propria Anima quanto più il proprio campo energetico è espanso: il piacere, la gioia, l'amore sono emozioni che contribuiscono in questo. La stessa energia sessuale, l'energia del piacere per antonomasia, può essere, in tal senso uno strumento per accedere più facilmente alle informazioni della propria Anima. L'energia sessuale, inoltre, è la corrispondente nel microcosmo umano dell'energia creativa universale: essa può essere utilizzata per creare non solo figli umani, ma anche i propri "figli celesti", quindi i propri progetti di vita.

Compreso cos'è il Progetto dell'Anima, ho attinto alle conoscenze della Medicina Tradizionale Cinese per sottolineare in che modo a livello energetico il Progetto dell'individuo va a creare l'impalcatura su cui si crea il corpo fisico e come esso si incarna nel cosiddetto *Ming Men: la Porta del Destino*, posta all'altezza tra i reni e il cinabro inferiore taoista (punto energetico basso addominale considerato radice energetica dell'uomo, nonché sede dell'energia sessuale).

Attraverso un'analisi embriologica ho posto l'attenzione sulla derivazione dell'apparato urinario e genitale dallo stesso foglietto embrionale, sottolineando l'emozione di base ad essa connessa, (importante da considerare in caso di disturbi riguardanti i due apparati).

Nel secondo capitolo ho approfondito il Rene da un punto di vista naturopatico, quindi come un organo multidimensionale, ponendo l'attenzione sulle dinamiche biologiche-fisiologiche, psico-emoive, energetiche, simboliche e spirituali a cui esso è connesso. Ritengo che l'analisi condotta possa offrire spunti di riflessione interessanti da analizzare nel vissuto di una persona che manifesta disturbi all'apparato urinario, piuttosto che aspetti da consapevolizzare per mantenerne il suo stato di salute e di efficacia.

Rispetto ai collegamenti con l'obiettivo della tesi riporto qui:

- il rene fisico è coinvolto nell'eliminazione di prolattina, un ormone coinvolto con la fertilità
- il rene Gestisce le acque dell'organismo, quindi, è essenziale anche nella produzione dello sperma nell'uomo e dei liquidi vaginali della donna;
- a livello energetico, esso, è la sede dello Jing che è l'informazione primaria; quindi, il lavoro del rene è legato alla gestione dell'informazione portata dal proprio Dna, il mezzo delle informazioni del nostro progetto individuale su un piano fisico. Lo stesso Dna, inoltre, agisce come un'antenna per le informazioni coscienziali dell'Universo;
- il rene è legato anche alla paura che crea un meccanismo di simpaticotonia dell'organismo, creando un'iperproduzione di cortisolo che interferisce anche con gli ormoni della fertilità e con la sessualità. La paura che, connessa anche alle memorie di situazioni

traumatiche, può influire in modo importante sulla capacità di vivere una sessualità fisiologica appagante e sulla capacità orgasmica dell'organismo;

- contenendo l'energia primordiale il rene in medicina cinese viene considerato come la radice della vita, il seme potenziale in cui è custodita l'essenza di tutto quello che sarà nell'individuo
- i reni, inoltre, sono legati alla polarità archetipale Anima-Animus, quindi alle qualità archetipe maschili e femminili presenti in ognuno di noi. Nel processo evolutivo per la realizzazione del progetto dell'Anima, è un passaggio essenziale lo spozalizio interno tra queste due polarità. La Sessualità Suprema, come Osho la definisce, si raggiunge proprio da questa sessualità interiore tra il proprio Maschio e la propria Femmina interiori: questo processo è uno strumento di profonda alchimia interna e di evoluzione.

Nel terzo capitolo e quarto capitolo ho affrontato il tema della sessualità, affrontando l'argomento oltre che da un punto di vista fisiologico e biologico (aspetto necessario alla riproduzione della specie), anche legandola alla funzione del cervello, al sistema di neurotrasmissione ad esso connesso e alle tappe dello sviluppo psicoemotivo della persona che possono influenzare su una fisiologica sessualità. Passando per l'analisi di possibili disturbi legati alla difficoltà di vivere il piacere, sempre in chiave naturopatica, ho sottolineato che anche l'orgasmo è un fenomeno che coinvolge tutte le dimensioni esistenziali dell'essere umano. Importante a tal proposito, l'analisi da un punto di vista spirituale, secondo il momento dell'orgasmo è un momento di morte della mente, del piccolo io, della personalità; è un momento di abbandono dell'io all' Anima, in cui ci si connette profondamente con la propria verità, quindi con l'essenza portatrice di informazioni del proprio Progetto. Una difficoltà a vivere una serena sessualità può essere connessa a una paura di riconoscere davvero se stessi e la propria divinità interiore.

Così, ho utilizzato la filosofia tantrica, taoista e una visione contemporanea integrata, per mettere in evidenza come l'energia sessuale, se consapevolizzata, può essere utilizzata, non solo per i bisogni procreativi dell'individuo, ma anche come energia di guarigione dell'organismo e come canale per:

- espandere il proprio campo energetico,
- attingere a maggior quantità di informazioni pure del Campo della propria Anima,
- elevare il proprio stato di Coscienza,
- fare l'amore con l'energia dell'Universo ritornando all'unità con il Tutto
- aumentare il proprio quantum energetico per manifestare la realtà desiderata.

Dopo aver sviscerato i collegamenti tra Progetto dell'Anima, Reni e Sessualità, ho desiderato concludere con gli strumenti naturopatici che possono essere utilizzati per sostenere lo stato di salute degli apparati coinvolti e in che modo il Naturopata può affiancare un individuo con disagi renali e sessuali o che semplicemente ha intenzione di occuparsi del mantenimento del loro stato di salute.

Ho sottolineato che il Naturopata svolge un ruolo importante nella società: ricordare che la salute dell'individuo è strettamente connesso con la sua responsabilità di manifestare nel mondo la propria unicità, quindi vivendo secondo il proprio progetto d'Anima. Un percorso naturopatico, quindi, può

accompagnare l'individuo nel suo percorso di consapevolezza di se stesso, educandolo a mantenere la sua salute e a fare prevenzione primaria e a realizzarsi secondo la propria Natura.

Posto e ipotizzato che le correlazioni da me trovate, attraverso studi naturopatici, ricerche bibliografiche, esperienze personali e collegamenti intuitivi siano valide, mi piace pensare che si possa aprire una nuova finestra di dialogo, di ricerca e di sperimentazione per poter offrire una visione alternativa a malattie o a disagi dell'apparato urinario e genitale.

Sarebbe molto interessante in caso di malattie poter affiancare alla visione medica tradizionale, una visione e un supporto naturopatico che possa sostenere l'individuo nel consapevolizzare ciò che sta vivendo e sostenerlo in un percorso importante per ripristinare e mantenere il suo stato di salute su tutti i piani della sua esistenza.

Sarebbe molto interessante poter sperimentare anche gli esercizi di consapevolezza sessuale, ad esempio taoisti, con gruppi di persone che esprimono difficoltà renali o sessuali.

Così come sarebbe utile proseguire gli studi per comprendere in modo più approfondito come si può intervenire con strumenti Naturopatici anche in fasi acute di malattie che vengono convenzionalmente curate e trattate con metodi della medicina classica.

Quello che in questo momento sento rilevante è una speranza come Naturopata di poter portare con la mia professione una prospettiva diversa dei disagi che si possono vivere, così come una fiducia in se stessi, nella propria esistenza e nel proprio progetto d'Anima. Sostenere le persone che a me si rivolgeranno con eventuali disarmonie renali o sessuali a ricercare dentro di sé il senso profondo di ciò che stanno attraversando, affiancandole nel prendersi cura di loro stesse e della loro Anima che attraverso i disagi esprime la sua sofferenza e il desiderio di manifestare la sua bellezza e il suo potenziale infinito.

Come professionista della salute e come donna, la mia speranza è anche quella di poter continuare a portare sensibilità e consapevolezza sulla sessualità, una sfera della vita avvolta ancora da tabù pregiudizi. Desidero portare informazione ed educazione per riconoscerle il ruolo importante che essa svolge nella vita dell'individuo e della sua evoluzione.

Ai miei reni,

Alla Sacra Sessualità,

Al Progetto dell'Anima,

All'inizio della mia professione come Naturopata, in nome del bene comune e dell'evoluzione collettiva.

BIBLIOGRAFIA

- IL TAO DELLA FISICA, F. Capra edizione del 1995
- LA FISICA DELL'ANIMA, Fabio Marchesi, terza edizione ampliata – tecniche nuove
- IL SOGNO DELL'UNITÀ DELL' UNIVERSO- Steven Weinberg- edizione Mondadori Deagostini
- DAL QUARK AL COSMO-Ledermann, Schramm- zanichelli editore
- LA TEORIA DELLE STRINGHE- Augusto Sagnotti, pubblicazione 2006
- LA MATRIX DIVINA: UN PONTE TRA TEMPO, SPAZIO, MIRACOLI E CREDENZE, *Gregg Braden*
- *FISICA QUANTISTICA, FISICA DELLA VITA*, Mauro Lavallo
- LA FISICA DELL' ANIMA, Fabio Marchesi
- LA BIOLOGIA DELLE CREDENZE, Bruce Lipton, libro
- IL POTERE DELLA MENTE QUANTICA, TRE MOSSE PER ATTIVARLO, Vincenzo Fanelli – William Bishop, Macro
- L'UOMO DAL CONCEPIMENTO ALLA NASCITA EMBRIOLOGIA ENERGETICA- Yvonne Mollard, Marco Maiola
- FISILOGIA ENERGETICA. CLINICA ENERGETICA. – libro di Ruggero DUjany
- dizionario etimologico di L.Wieger, 1972 - lezione 141
- EMBRIOGENESI E MALFORMAZIONI DELL' APPARATO URINARIO E GENITALE MASCHILE -Nino Dispensa, Vincenza Alonge, Rosario Patti Alice Pavone, Rosanna Iacona
- IL MIRACOLO DELL'ACQUA, Masaru Emoto
- ANATOMIA E FISILOGIA, Saladin, Quinta edizione
- SULLA VIA TI HO INCONTRATO, Lucia Prato
- GUARIRE IL CORPO, LIBERARE LA MENTE, Dr. Ameet Aggardwal Nd.
- NORMA UNI 11491
- PSICONEUROENDOCRINOIMMUNOLOGIA E SCIENZA DELLA CURA INTEGRATA. IL MANUALE. di Francesco Bottaccioli, Anna Giulia Bottaccioli
- I LIBRI DELLA SALUTE: L' APPARATO ENDOCRINO E L' APPARATO RIPRODUTTORE”, Arnoldo, Mondadori editore
- TAO YOGA DELL' AMORE, Mantak Chia
- LA COPPIA ILLUMINATA, Fabio Marchesi

- QUANDO L'ANIMA DI UNA DONNA SOFFRE, IL SUO CORPO SI AMMALA, Vincenzo Primitivo
- IL POTERE DEL TANTRA, Arvind e Shanta Kale, Armenia edizioni
- TANTRA, André Van Lysebeth, Mursia
- TANTRA AMORE E MEDITAZIONE- Osho
- L'UNICO DESIDERIO.NELLA NUDITÀ DEL TANTRA- eric Baret- edizioni la Parola
- LA SACRA SESSUALITÀ- salvatore brizzi
- TAO YOGA DELL'AMORE, Mantak chia
- TAO YOGA FEMMINILE, Mantak chia
- TAO DEL SESSO, IL LIBRO DELLA SAGGEZZA INFINITA, Mantak chia
- KARSAI NEI TSANG: MASAJE DEPURATIVO Y TERAPEUTICO GENITAL, Mantak chia
- IL LIBRO DELL'IMPERATORE GIALLO
- DIETETICA MEDICA SCIENTIFICA E TRADIZIONALE: CURARE PREVENIRE CON IL CIBO - Bologna -Di stanislao- Corradin- Giovanardi-Mazzanti (casa editrice ambrosiana)
- LUNA ROSSA, Miranda Gray
- CURE MEDICHE E ALTERNATIVE- I LIBRI DELLA SALUTE: IL CONCEPIMENTO, LA GRAVIDANZA, IL PARTO- Arnoldo Mondadori editore

SITOGRAFIA

- consciousjourneys.com
- [https://phifoundation.com/proporzione divina: phi proporzione divina - phi foundation](https://phifoundation.com/proporzione%20divina%3A%20phi%20proporzione%20divina%20-%20phi%20foundation)
- [il numero phi della proporzione divina: 1,618 \(numero aureo\) \(eroicafenice.com\)](http://eroicafenice.com)
- [il suono primordiale che ha creato l'universo - 1 \(shan-newspaper.com\)](http://shan-newspaper.com)
- <https://it.wikipedia.org/>
- <https://www.researchgate.net/publication>
- [la teoria delle stringhe \(in parole semplici\) e le 11 dimensioni | one mind \(manuelmarangoni.it\)](http://manuelmarangoni.it)
- [video di brain greene sulla teoria delle stringhe https://youtu.be/jcwsh9fjkxe](https://youtu.be/jcwsh9fjkxe)
- [matrix divina, la rete energetica dell'universo – fisica quantistica e conoscenze al confine](http://www.fondazioneitalianadelrene.org)
- <https://www.fondazioneitalianadelrene.org>
- [epigenetica: la scienza che studia la regolazione dell'espressione genica \(microbiologiaitalia.it\)](http://microbiologiaitalia.it)
- bing.com
- sorrisointeriore.it
- medicinaonline.com
- treccani.it
- counselingitalia.it
- ibs.it
- archetipi.org
- <https://www.sleepaidresource.com/images>
- [il trauma e il piacere - erica francesca poli \(ericapoli.it\)](http://ericapoli.it)

- wikipedia.org
 - corriere.it
 - <https://oracionbendita.com/it/preghiera-a-yemaya>
 - www.origini.info/argomento/biologia/378-dna,-proteine,-embrioni,-nobile,-creazione.html
 - [il dna quantico • epigenetica evolutiva](#)
 - areashiatsu.com
 - <https://osservatoriosenior.it>
 - [il cervello dell'uomo durante il rapporto sessuale - visione alchemica](#)
-
- [il circuito cerebrale del piacere - la mente è meravigliosa \(lamenteemeravigliosa.it\)](#)
 - <https://www.mauragigliotti.it>
 - www.manarshakti.it
 - video e audio corsi di medicina cinese
<https://www.dragoneromtc.com/>
 - [canale youtube di Sajeewa Hurtado](#)
 - <https://www.ericapoli.it>

MATERIALE DIDATTICO

- **CENTRO DI RICERCA ERBA SACRA, ACCADEMIA OPERA: FORMAZIONE PROFESSIONALE IN NATUROPATIA**
- Dispense del corso PSICOSOMATICA E GUARIGIONE OLISTICA- -docente Susanna Garavaglia
- Dispense del Corso di ARTETERAPIA pratica-Docente: Tatiana Muccioli
- Dispense del Corso di ANALISI BIOENERGETICA -Docente: Marco Marchetti
- **EUNAM INSTITUTE - ENTE DI FORMAZIONE IN SCIENZE E METODOLOGIE NATUROPATICHE**

- lezioni di MEDICINA TRADIZIONALE CINESE, DIETETICA CINESE, INFOBIOANTROPOLOGIA E SISTEMI DI OMEOSTESI E ANALISI DI LABORATORIO IN CHIAVE NATUROPATICA – Dr. Marko Solomon

- lezioni di ANATOMOFISIOLOGIA E IRIDOLOGIA FISICA, ENERGETICA E PSICOEMOTIVA- Dr. Lucio Birello

- lezioni di EMBRIOLOGIA E DI ORGANOGENESI - Dr.ssa Pandolfo

- lezioni di EMBRIOLOGIA - Dr. Marcello Monsellato

- lezioni di FITOTERAPIA SPAGIRICA - Dr J. Cannillo
- lezioni di ORGANIZZAZIONE E ISTITUZIONI DI NATUROPATIA, LINGUAGGIO DEGLI ORGANI, ALIMENTAZIONE NATURALE E SCIENZA DELLO STILE, SEMEIOTICA DELL'ALIMENTAZIONE- Tonella Doro
- lezioni di METODOLOGIA NATUROPATICA, Dr. Andrea Mereu
- lezioni di TECNICHE DI RIFLESSOLOGIA, Luigi Nardi
- lezioni di ANATOMIA SIMBOLICA, Dr. Caddeo
- lezioni di FITOTERAPIA e FARMACODINAMICA, Dr. Micucci
- lezioni di BIOLOGIA E BIOLOGIA MOLECOLARE, Dr. Alessandra Pollice
- lezioni di PSICOLOGIA DELLA RELAZIONE E FLORITERAPIA, Dr. Ameet Aggardwal
- lezioni di FISICA E BIOLOGIA QUANTISTICA, Dr. Massimo Scalia
- lezioni di BOTANICA, Dr. Zanghirati
- lezioni di FISICA E BIOFISICA, Dr. Sperini
- lezioni di CHIMICA INORGANICA, CHIMICA ORGANICA, BIOCHIMICA, Dr. Francesca Moscato
- lezioni di SCIENZA DELLA NUTRIZIONE, ANALISI DI LABORATORIO E FILOSOFIA DELLA MEDICINA OMEOPATICA, Dr. Antonietta Iasiello
- lezioni di FILOSOFIA DELLA MEDICINA ANTROPOSOFICA
- lezioni di FILOSOFIA DELLA MEDICINA AYURVEDICA, Lucia Tommasini

RINGRAZIAMENTI

Inizio con il ringraziare la docente **Susanna Garavaglia**, relattrice di questa tesi in Naturopatia per il supporto e la dedizione che mi ha fornito per la stesura di questo elaborato.

Seguo ringraziando **Accademia Opera di Erba Sacra** per permettermi di finire il mio percorso formativo qui con voi. Ringrazio il **corpo docenti Eunam** che in questi anni mi ha trasmesso le sue conoscenze con immenso amore. Attraverso la vostra visione integrata, mi avete spinto a innamorarmi della Naturopatia e di tutte le discipline affrontate e a scavare dentro me stessa in un modo che mai avrei pensato quando il percorso ha avuto inizio.

Ringrazio **tutti i professori** che mi hanno sostenuto e incoraggiato e chi mi ha messo in difficoltà: grazie a quel dissenso ho sondato ancora più a fondo dentro me stessa, affermando di nuovo la scelta fatta cinque anni fa e seguendo la scintilla naturopatica che ha continuato a chiamarmi e mi ha spinto a non arrendermi e ad essere finalmente qui.

Grazie alle mie **meravigliose compagne di studio e di percorso**: senza la tenacia del gruppo e il supporto reciproco che ci siamo date in questi anni, tutto sarebbe sembrato insormontabile. Siete stati i miei specchi, siete state amiche, colleghe, madri, sorelle e figlie. Abbiamo condiviso così tanto insieme e siete state il primo posto nella vita in cui finalmente mi sono sentita in sintonia con la mia verità. Ringrazio anche gli altri ragazzi della scuola con cui ho stretto, in particolar modo un grazie speciale va a **Roberto Pinzi** che è stato un sostenitore immancabile di questa mia tesi.

Ringrazio le persone che sono con me da anni sempre al mio fianco nonostante tutto **Anna Pia, Valerio, Giuseppe, Selene e Francesca B.** Il vostro supporto nella mia vita e anche in questo percorso è incommensurabile. Non avete mai smesso di credere in me, di comprendermi, di supportarmi, di spalleggiarmi nella mia evoluzione, nelle mie molteplici fasi. Siete essenziali!!!!

Grazie a **Verdiana**, mia collega di questa giornata e di questo percorso di cui abbiamo condiviso le stesse emozioni e che mi hai dato il là per trovare la scuola Erba Sacra dove concludere questo percorso. Grazie per esserci supportate in questo processo! A un nuovo inizio!

Ringrazio tutti i **sostenitori visibili e invisibili** che in questi anni siete apparsi al mio fianco, a tutte le persone che hanno svolto un ruolo passando (e chi restando) nella mia vita, nutrendomi l'Anima con le vostre essenze, con le vostre presenze, con le lezioni di vita che mi avete fatto apprendere. Siete numerosissimi e se iniziassi a nominarvi rischierei di perdere nomi, ma la gratitudine per voi resta incisa nel mio cuore. A tutti i **Maestri** che mi hanno portato oggi qui a gioire di questo successo. Con un grazie speciale a **Lucia Prato, Massimiliano Siddharta, Regina, Pier Andrea, Enrico, Vincenzo, Mara**, e alle meravigliose Anime in cammino **Felice, Manuela, Julietta, Francesco e Michele**. Ognuno di voi sa il perché! PROFONDAMENTE GRATA!

Ultima nella lista, ma di primaria importanza, è la **mia famiglia**: senza ognuno di voi, nulla di tutto questo sarebbe stato mai possibile, voi che ci siete stati fra ospedali, esami, conquiste e cadute, per voi che sono la figlia strana e stralunata e un po' fuori dalle righe, ma che sempre ci siete stati in questo percorso, nonostante tutto, comunque e a prescindere.

A mio padre e a mia madre per i sacrifici enormi che avete fatto per farmi studiare e per mantenermi, a voi che anche nei momenti più difficili mi avete detto: stai tranquilla, tu pensa a studiare! Noi ci siamo!

Grazie **Papà**, senza di te non mi sarei iscritta all'università; senza le tue ore di lavoro e di impegno nulla poteva essere. Grazie **mamma** per il tuo esserci stata con le tue premure e con la tua presenza, per il tuo non avermi lasciata sola e venire pure fino a Bologna a darmi tutto il tuo calore. Grazie per quello che con le vostre vite mi avete dato o non dato, perché con il vostro essere come siete mi avete e mi state dando l'opportunità di cercare dentro di me tentando di comprendere ogni giorno e tentando di allineare la mia vita alla verità che porto dentro, oltre i modelli che voi mi avete offerto. Siete e resterete sempre i due strumenti di confronto che più mi hanno fatto lavorare su me stessa e su cui continuerò a lavorare per tutta la vita. Grazie per essere stati i vettori di questo mio corpo fisico, permettendomi di fare esperienza in questa Vita.

A Carmen e a Carmine grazie per esserci stati in questi anni, in ogni mio trasloco, in ogni traguardo. Voi che avete affiancato tutte le fasi del mio essere a Roma (dalle sere al Flunch al ritorno da Tenerife con furore!!!) aprendomi anche le porte di casa vostra tante volte, sostenendomi a fare scelte più ponderate e dandomi coraggio ad andare avanti e a districarmi tra le regole della materia dove inciampavo.

A cucciolotto di zia Pippi, grazie per esistere perché i tuoi sorrisi, sono la mia forza e la forza di tutta la famiglia.

A Marianna e a Rosario, grazie infinite per tutto l'Amore immenso che con la vostra presenza mi avete sempre donato. Il vostro supporto è stato fondamentale, avete sempre creduto in me, siete stati sempre presenti con il cuore immenso e generosissimo che avete. Siete speciali e vi meritate ogni bene, ogni sorriso che la Vita vi possa aprire per riscaldare i vostri cuori. Grazie!!

Un ringraziamento specialissimo va **alla mia Tatina**, a te che sei stata una donna essenziale nel mio essere la donna che sono oggi: la Tua Cigliaruzza oggi non sarebbe la stessa senza il tuo esempio guerriero, senza il tuo sorriso, senza la tua forza di credere nella vita nonostante tutto! Grazie infinite per tutto il supporto che mi hai continuato a dare in questi anni, con te non saprò mai come potermi sdebitare per tutto quello che hai fatto e fai con Amore immenso per me! Sei unica, speciale, insostituibile, un esempio di Vita, una Maestra del Cuore. Sei parte essenziale di me. Per te bisognerebbe creare una parola che esprima il GRAZIE ALL'ENNESIMA POTENZA! Ti voglio bene, tantissimo!

Ringrazio anche i miei **clienti** e tutte le persone che in questo anno e mezzo si sono affidate ai miei trattamenti (special guest **Cecilia, zio Checco e zia Luci** immancabili ogni mese). Nella luce dei vostri sguardi che ritornava a brillare dopo i nostri incontri, ho ritrovato ogni volta la forza per proseguire in questo ultimo anno e mezzo del mio percorso di studi in cui almeno mille volte ho pensato di non farcela. I vostri feedback, il vostro affidarvi a me con fiducia, i vostri cuori che tornavano alla presenza oltre le corazze, mi hanno curato l'Anima e mi hanno dato la forza, ricordandomi il motivo del perché dovessi proseguire. I vostri occhi sono nei miei!

E desidero ringraziare anche **me stessa**, la mia storia travagliata, il mio sentirmi sempre in continua ricerca che mi ha fatto cambiare strade, sondarne di inesistenti, andare contro tutti pur di restare onesta

con una voce che da sempre era nel mio cuore a parlarmi, anche quando non sapevo spiegarla a parole e non avevo alcuno strumento per comprenderla. Grazie e a una forza che la Vita mi ha dato per continuare a cercare me stessa anche quando mi sentivo estranea alla convenzionalità di ciò che mi circondava. Voglio ringraziare i miei reni e la malattia e la difficoltà a portare il piacere nella mia vita perché senza di loro non mi sarei messa in gioco per arrivare oggi qui; senza di loro non sarei arrivata a 24 anni a sondare me stessa in un letto di ospedale, non mi sarei posta domande che avrebbero iniziato un po' alla volta a mostrarmi verità che portavo dentro, come a ricordarmi che ero viva in vita! Senza di loro non sarei qui oggi a poter portare le mie conoscenze e i miei strumenti a beneficio di altre vite e di altre donne.

Voglio ringraziare **Tenerife**, terra magica che mi hai chiamato e condotto a te e mi ha nutrito l'Anima, avvolgendomi della tua energia. La forza straripante e potente della sta Natura, mi ha fatto sentire scorrere nelle vene ogni elemento vitale: con te sono stata Oceano e Foresta, Vento e Deserto, Fuoco e Vulcano. Nella tua diversità così integrata in un solo scorcio, ho visto le mie sfaccettature affiancarsi e tornare a far parte del mosaico variopinto della mia Anima. Con la tua energia e con le persone meravigliose che mi hai dato, hai curato le mie ferite e ridato l'energia per portare a termini questo percorso di studi.

Ringrazio la mia **Danza**, amica e alleata indiscussa di una vita, con cui è iniziata una nuova fase di presenza reciproca. Grazie a **Jose, Georgenis e Amalys** per star credendo in me e per darmi l'opportunità di crescere sotto questo aspetto essenziale della mia vita e della mia missione.

Concludo ringraziando la **Vita**, questa Vita che anche quando io non avevo più la minima forza di credere in me mi ha continuato ad avvolgere e a sostenere, mi ha fatto capire che tutto ha un senso anche lì dove io non voglio accettarlo. A questa Vita che mi continua ad amare, a questa Vita a cui spero di poter dare il mio contributo in nome dell'Amore.

Questa tesi la dedico ai miei angioletti **Ginevra, Federico, Azzurra**, ringraziando **zia Rosanna e zia Lillina, i miei nonni, zia Annina, Zia Teresa e zio Babbo**, e tutte le **forze angeliche** e gli esseri di **Luce** che mi sostengono nelle mie giornate, anche nella mia inconsapevolezza.

Grazie ad **ognuno di voi che in questo giorno per me importante è al mio fianco, da vicino o da lontano**. Grazie perché ognuno in modo diverso, siete tutti parte di me e di questo cammino! Vi voglio bene

Grazie, Valeria

