

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

## BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 1 di 16

Ad oggi ho fornito a tutti voi un'indicazione di massima su quelli che sono i servizi che offro; avevo già presentato una divisione per settori nell'articolo "considerazioni sul sito" del 04/02/2010 e non mi sembra il caso di ripetermi, avendo solo aggiunto un articolo sulla figura del terapeuta energetico.

Poiché sembra che vi sia il desiderio di leggere qualcosa di diverso, qualcuno m'ha chiesto di fare anche articoli su determinati problemi risolvibili con la massoterapia olistica, altri vorrebbero chiarimenti, ecc., cercherò quindi di mettere in rete qualcosa che possa esaudire almeno in parte tutto ciò.

Facendo ora seguito a quanto m'è stato richiesto, ho pensato possano essere argomenti interessanti quelli che ho evidenziato nel titolo: sono peraltro tutti campi in cui la massoterapia olistica e la terapia energetica possono essere risorse su cui fare affidamento per raggiungere in modo naturale una migliore qualità della vita; così come penso siano anche tutti argomenti importanti di cui, chi più chi meno, tutti si interessano nella vita di tutti i giorni:

- **stare bene** con se stessi e con gli altri porta luce e calore nella vita,
- poter godere di **buona salute** è un bene che non ha prezzo,
- **serenità e gioia** sono un traguardo che ognuno desidera raggiungere e la loro presenza rende la vita un dono straordinario;
- la **bellezza**, . . . , non è solo ciò che appare e vi sono molti modi per coltivarla nelle sue varie "sfaccettature"; ma di questo ne parlerò più estesamente.

Considerati i dubbi circolanti di cui son venuto a conoscenza e che portano insicurezza riguardo a coloro che esercitano questa professione, per cominciare cercherò **per quanto mi riguarda e m'è possibile** di "rendere accogliente l'ambiente", e così come quando si procede a ristrutturare una strada si tolgono le erbacce, si consolida e si rende piatto il fondo, si riscavano i fossi che la cingono affinché con le acque piovane non si trasformi in un ruscello, si mettono i parapetti laddove v'è il pericolo d'uscir di strada ed i cartelli indicatori, cosicché sia agevole per chi vi passa giungere alla destinazione desiderata, allo stesso modo cercherò di estirpare le erbe dei dubbi, riempire i buchi scavati dai timori e consolidare fondo e cerchiaggio dissestati da quanti magari nel tempo han fatto qualcosa che non avrebbero dovuto, così da rendere agevole e sicura la strada che porta da me per usufruire dei miei servizi. I cartelli ci sono già: il sito ad esempio.

Parto naturalmente dal principale quesito cui mi son trovato a dover rispondere: "**Perché mai una donna**, soprattutto, dovrebbe andare dal massoterapista olistico o dal terapeuta energetico, quando queste figure non hanno attualmente un chiaro corso di studi ed un legale riconoscimento? Perché da te ad esempio? **Come sapere che** ci si può fidare e non sei un . . .? E **quale dovrebbe essere la preparazione** di un massoterapista olistico? E quella di un terapeuta energetico?"

Coerentemente con quanto sinora fatto, inserisco quindi tra gli articoli una pubblica spiegazione; cosicché anche chi magari vorrebbe sapere, ma non vuole esporsi rivolgendomi direttamente queste domande, possa veder esaudito questo suo desiderio. Di leggi non me ne intendo, quindi, anche se domande relative alla questione me ne sono state poste, non posso entrare nel merito della qualifica di **massaggiatore**; a riguardo di questa figura professionale ho letto in un articolo presente in rete che vi è un'apposita Legge: 23 giugno 1927, n. 1264, che pare non sia mai stata abrogata, che ne descrive le caratteristiche, come pure che i relativi corsi furono attivati in base al R.D. 31 maggio 1928, n. 1334, inoltre questa legge venne trasfusa nel T.U. delle Leggi sanitarie. A questo riguardo penso non sia male far presente che anni fa, durante una chiacchierata a riguardo di professionalità ed abusivismo, ad un certo punto un medico espresse un suo parere dicendo che **forse** la figura del massaggiatore andrebbe rivalutata, anche in considerazione del fatto che vi sono persone che hanno un dono naturale per cui, benché con una preparazione non così completa come quella che esporrò, sono comunque in grado di operare in modo egregio ottenendo risultati che non ci si aspetterebbe da loro. Detto questo, come consigliatomi, passo a far chiarezza sui servizi che io personalmente offro.

Nel rispondere parto dal fondo del quesito, perché in minima parte già avevo fatto un precedente accenno. Come infatti ho chiarito nell'articolo "considerazioni sul sito" del 04/02/2010, non esiste attualmente un adeguato e legalmente approvato corso di studi universitario per preparare alla **professione di massoterapista olistico**; figura che non prenderebbe il posto del fisioterapista (così come l'ingegnere e l'architetto non sono la stessa figura professionale, anche se entrambi abilitati a far progetti ed al calcolo del cemento armato, allo stesso modo non lo sono il fisioterapista ed il massoterapista olistico) in campo di riabilitazione fisica funzionale, ad esempio non provvederebbe al recupero funzionale di un paziente cui con intervento chirurgico è stata impiantata una protesi all'anca, ed inoltre potrebbe fornire una buona collaborazione ad altri professionisti del settore sanitario. Ad oggi ogni singolo massoterapista che offre i suoi servizi ha quindi il livello di preparazione cui è giunto in seguito al programma dei corsi che ha potuto seguire ed al livello di preparazione degli insegnanti titolari dei corsi stessi; ogni singolo individuo ha inoltre una sua indole, una sensibilità ed una sua personale scala di valori su cui trovano motivo e fondamento i suoi pensieri e le conseguenti azioni; su questo punto reputo onesto astenermi da qualsiasi giudizio che non riguardi me personalmente.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)

e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 2 di 16

Riprendendo il discorso interrotto, presento ora quella che io (con tutti i miei limiti) considero una adeguata preparazione per il massoterapista olistico al fine d'esser **professionalmente competente**. È chiaro che molto influisce in questa mia risposta l'aver frequentato trenta e più anni fa (sono di quei tempi anche i nomi con cui indico le materie), il primo ed iniziato il secondo triennio del corso di laurea in Medicina & Chirurgia, facoltà da cui mi son ritirato per sopraggiunte imprevedibili cause di forza maggiore. Quello che segue è l'elenco delle materie che mi son sembrate essenziali per massaggiare sapendo quello che stavo facendo e per comprendere la risposta del fisico di chi vi si sottoponeva, così da poter adeguare le tecniche che avevo appreso a quella individuale risposta per raggiungere nel modo migliore il risultato desiderato.

Non so proprio cosa potrebbero pensarne di quest'idea di istituire una nuova figura professionale ai Ministeri della Salute, o dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca; è un lavoro che io faccio con passione (quella di curare chi si trova in una situazione di disagio fisico, psichico o/e morale è una vocazione che non s'è comunque mai spenta), tuttavia ben sapendo che ci sono persone più preparate di me sull'argomento, sono il primo a sapere che è compito di costoro eventualmente valutare la completezza di quest'elenco, decidere l'ampiezza del programma di ogni singola materia che sarà oggetto di studio, aggiungendovi poi tutte quelle necessarie per il rispetto sia delle leggi vigenti, che della totale salvaguardia di chi si sottopone a questi trattamenti.

Senza pretendere d'aver ragione ritengo sia il caso di suddividere il ciclo di studi in due parti, così da dar inizio alla **formazione** del futuro terapeuta, prima di passare all'insegnamento della parte pratica, fornendogli/le una solida base idonea a costruire quella **forma mentale** utile per procedere nel lavoro e su cui poggiare quelli che saranno i ragionamenti: sia sul come agire utilizzando con la dovuta padronanza le tecniche di massaggio che si apprenderanno, sia sul come adeguare il lavoro alle caratteristiche d'ogni singolo paziente (ci saranno anche servizi non propriamente curativi in senso strettamente clinico, tuttavia molto importanti sotto il profilo olistico, dal greco "hòlos" che significa tutto intero, di salute umana globale. Diceva David Bohm (1917 – 1992), fisico e filosofo, "**se pensiamo all'Universo** come ad una rete di interconnessioni energetiche, non possiamo più concepire l'idea di parte, quindi non siamo parti separate di un intero, siamo l'intero. Siamo così condotti ad una nuova nozione di interezza integra, che nega l'antica idea che il mondo possa essere analizzato e studiato in parti che esistono separatamente ed indipendentemente le una dalle altre").

Nessuno me ne voglia per quanto andrò esponendo; è chiaro che, facendo un'ipotesi su quanto si potrebbe eventualmente fare in un **campo ove**, che io sappia, **non sono ancora tracciate specifiche linee guida**, posso logicamente basarmi solo su personali esperienze e ragionamento, in base ai quali credo sarebbe buona cosa iniziare subito nel primo triennio dell'unico ciclo di studi con alcune materie che ho trovato presentate e spiegate in modo chiaro e secondo un'ottima sequenza logica (non seguita nell'elencarle: benché necessitino di determinate conoscenze e vengano pertanto insegnate in anni diversi, essendo questo un discorso di carattere generale ho unito nello stesso punto materie che vedo come parte d'un unico argomento) nel corso di laurea in Medicina & Chirurgia; penso non sarebbe male dare in queste materie anche al massoterapeuta olistico uguale completezza nella preparazione:

- **Fisica**, importante sia per capire la natura dei movimenti e quanto ad essi collegato, sia per comprendere il funzionamento dell'organismo e le sue reazioni nell'ambiente ad esso esterno;
- **Chimica Organica ed Inorganica**, nonché **Biochimica**, che studia i processi chimici che avvengono negli organismi viventi; conoscenze indispensabili per comprendere quanto segue;
- **Biologia e Genetica**, per conoscere gli organismi viventi a livello molecolare, cellulare, di organo, di organismo e di popolazione;
- **Microbiologia** per comprendere i rapporti esistenti tra gli esseri microscopici e gli altri esseri viventi; molti microrganismi sono infatti agenti eziologici di malattia. Andrebbe poi completata nella seconda parte degli studi con un corso di **Clinica Dermosifilopatica** adeguato alle necessità di questo professionista che ha contatto epidermico con i pazienti;

- **Immunologia** per comprendere il complesso di fattori e di meccanismi per i quali gli organismi superiori possono essere resistenti a malattie ed infezioni, nonché i possibili problemi connessi;
- **Citologia**, in quanto la cellula è l'unità fondamentale degli organismi; base di tutti i fenomeni biologici e patologici, quindi è necessario conoscerne bene sia le caratteristiche fisico-chimiche, sia le varie funzioni cui è deputata, quindi i vari tipi nelle varie specializzazioni funzionali;
- **Istologia**, poiché i corpi su cui si lavorerà sono formati da diversi tipi di tessuti composti da diversi tipi di cellule; ogni tessuto ha caratteristiche proprie e svolge funzioni diverse dagli altri; è una conoscenza indispensabile per affrontare poi altre materie;
- **Embriologia Generale ed Umana**, per sapere come si formano gli esseri viventi a partire dal concepimento, con particolare attenzione all'essere umano; è un aiuto al ragionamento nel momento in cui si vanno a valutare olisticamente le cose;
- **Anatomia Umana**, perché naturalmente occorre sapere bene com'è fatto un corpo umano prima di pensare di poterci lavorare su; così come un meccanico che deve sapere com'è stato assemblato il mezzo su cui gli viene chiesto di intervenire prima di mettersi all'opera; completata poi nella seconda parte degli studi con **Anatomia ed Istologia Patologica**;
- **Fisiologia della vita vegetativa e della vita di relazione** per comprendere come funziona e come reagisce all'ambiente che lo circonda un essere vivente e nel caso specifico un essere umano; altrimenti non è possibile comprendere le risposte del fisico del paziente;
- **Patologia generale** per avere le idee chiare circa la malattia nella sua natura, nelle sue cause, nel suo evolvere e nelle sue conseguenze; completato nella seconda parte di studi con un corso di **Semeiotica** adeguato alle necessità di questa professione.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)

e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 3 di 16

Ho esposto quella che considero l'utile base di partenza (che praticamente equivale alle fondamenta su cui si edifica una casa: se le fondamenta sono salde la casa può resistere a molte "intemperie", ma se le fondamenta non sono adeguate . . .) per apprendere poi l'arte del massaggio terapeutico, che andrà arricchita dalla "sapienza" della comunicazione tattile. Chiaramente (nessuno può saper tutto) non è sufficiente per affrontare in autonomia tutti i casi, quindi questa preparazione **non esimerà** mai il massoterapista dal richiedere, prima di iniziare un trattamento "impegnativo", sia la precisa diagnosi medica che l'eventuale prescrizione della terapia da seguire ogniqualvolta il caso lo necessiti (si deve usare ogni attenzione al fine di **non far danni**; l'imprevisto non può essere evitato, ma è indispensabile non andare mai oltre quelle che sono le proprie competenze; del resto **chiedere ad un professionista altrimenti preparato non è certo sinonimo di incapacità**; anzi,

riconoscere i limiti del proprio percorso di studi è vera professionalità: gli stessi medici ricorrono al consulto quando necessario, quindi . . .).

Penso che quella indicata possa essere una solida base da cui partire per poi affrontare serenamente lo studio di materie indispensabili quali **Fondamenti Clinici della Massoterapia** e le **Tecniche di Massaggio** (in questi ultimi anni lo scambio di conoscenze tra diverse civiltà ha dato buoni frutti, tanto che tra antiche e nuove, occidentali ed orientali, molte sono a disposizione di chi vuole curare per quanto possibile senza utilizzare quegli strumenti tecnologici che rientrano nella disponibilità operativa d'altre figure sanitarie), onde poter poi utilizzare con la necessaria padronanza le manovre manuali sui tessuti molli per risolvere determinati tipi di dolore, di disfunzioni e non solo.

In questo secondo triennio del ciclo di studi andrebbe anche inserito un corso di **Farmacologia** come insegnata nei corsi di laurea triennali, visto che i farmaci utili alle cure saranno naturalmente sempre prescritti dal medico (senz'altro il massoterapista che sentisse poi la vocazione a proseguire gli studi e divenire medico potrà farlo; ma a meno che, qualora venisse presa in considerazione l'idea di programmare questo corso di laurea, le competenti autorità sanitarie non ritengano che questa nuova figura debba avere una maggiore preparazione, solo il medico è adeguatamente competente), però sapere a cosa servono e quali effetti possono avere è importante per capire e lavorare al meglio.

Anche se non farà il lavoro del fisioterapista, è chiaro che ampio sarà il ventaglio dei suoi possibili interventi, è quindi bene siano compresi corsi di **Clinica ortopedica e traumatologica**, nonché **Medicina fisica e riabilitativa**: non solo per agire con competenza nei confronti di ogni paziente, ma anche per poter meglio collaborare con quanti operano specificatamente in quel settore. Utile come completamento un corso di **Radiologia**, anche se naturalmente ci si affiderà alla diagnosi del medico radiologo; come pure è necessario un corso di **Neurologia** comprendente anche il settore delle neuroscienze (importante ad esempio la conoscenza della neuroplasticità collegata al discorso psicologico); visto che questo terapeuta non lavora secondo schemi rigidamente definiti, ma utilizza anche le "sensazioni a pelle" per intervenire nel modo che più si adatta alle caratteristiche di ogni singolo paziente, queste conoscenze servono ad ampliare l'apertura mentale per quanto riguarda sia la massoterapia, che la collaborazione interdisciplinare con altri professionisti.

Questo terapeuta, a parer mio dovrebbe essere soprattutto in grado di lavorare con un **occhio di riguardo per quello che è l'aspetto psicologico del malessere** accusato dal paziente; perché quel corpo, mezzo attraverso il quale ognuno avverte le proprie sensazioni dolorose e sul quale viene eseguito l'intervento massoterapico, è anche l'invocro-casa entro cui ciascuno di noi vive l'intera sua esistenza, sperimentando soprattutto a livello psichico l'effetto delle vicissitudini quotidiane, avendo la possibilità di evolversi sempre più: in modo consapevole ed in vari livelli di coscienza, magari con l'aiuto di qualcuno in quei momenti difficili ove le proprie forze sono insufficienti; vi sono infatti casi in cui nell'affannosa ricerca d'una via d'uscita si può anche inconsapevolmente regredire. Anche il massoterapista (PSICO-SOMA-TERAPISTA) olistico dev'essere quindi in grado di assolvere almeno in parte tale compito: sia **collaborando** con lo psicoterapeuta (il terapeuta energetico può a sua volta essere d'aiuto), ogniqualvolta ciò sia necessario, ma anche sapendo eseguire il massaggio tenendo presente l'aspetto psicologico di ogni singolo paziente, **adattando** cioè la tecnica alle necessità dell'anima: ho assistito ad insperati risultati dopo aver semplicemente effettuato trattamenti linfatici e viscerali "ascoltando" quello che del paziente sentivo dentro di me. L'evento psicosomatico segnala una disarmonia più profonda: attraverso determinate sintomatologie vengono attivati sistemi biologici, endocrini, neurovegetativi ed immunitari, che possono modificare la risposta dell'organismo e produrre un vasto repertorio di comportamenti difensivi. Il massoterapista olistico adeguatamente preparato può arrivare all'aspetto psicologico attraverso (**comunicazione tattile**) i nervi, i muscoli e la pelle, portando quindi un aiuto

che non va sottovalutato, ecco perché serve un'indiscutibile alta statura morale, nonché una adeguata preparazione anche in campo psicologico.

Come ho evidenziato sul sito, mi occupo anche di Terapia Energetica, che come ho spiegato tocca tutti i livelli in cui un essere vivente esiste (anche il terapeuta energetico è una figura a sé, che non prende il posto d'altri); l'aspetto psicologico è il punto di contatto tra queste due terapie: in questi casi, soprattutto, occorre la "luce della coscienza" (che va pazientemente coltivata e difesa; ed anche di questo ne ho già parlato nei miei articoli), che permette di rendersi pienamente conto che quel *paziente* oggi davanti a noi è una *persona momentaneamente "fragile"*, bisognosa di un aiuto che va portato capaci d'Amore in un difficile momento della sua vita; ecco perché ritengo non basti essere buoni tecnici, ma si debba **saper andare oltre la tecnica** mantenendo sempre un altissimo rispetto per quel nostro simile che sta soffrendo e va cercando non tanto un sostegno, od un semplice conforto (cose senz'altro ottime, ma fornibili anche da veri amici ad esempio), quanto piuttosto un mezzo per venirne fuori e tornare ad essere "libero/a in casa propria", non più oppresso da una sofferenza che "soffoca ed incatena".

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)

e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 4 di 16

Riprendendo è il caso di considerare che per completare la preparazione del massoterapista olistico, a parer mio dal corso di laurea in Psicologia andrebbero presi ed inseriti nel secondo ciclo di studi corsi (considerando la possibilità di un lavoro congiunto massoterapista - psicoterapeuta, ritengo che anche la preparazione debba quindi essere adeguata con programmi sufficientemente estesi ed approfonditi) di:

- **Psicologia** generale;
- “ dello sviluppo cognitivo e delle relazioni familiari;
- “ della personalità;
- “ dinamica;

necessariamente serve un corso di **Clinica psichiatrica** per completare la visione d'insieme.

Fermo restando il diritto a seguire la propria vocazione e proseguire gli studi per raggiungere il livello di preparazione che si ritiene ottimale, è **importante** che i terapeuti sempre abbiano come primo e più importante obiettivo il reale miglioramento della qualità della vita di chi loro si affida, affinché nei limiti di quanto possibile ogni paziente trovi soluzione al suo malessere-problema . . . è un incarico delicatissimo che comporta un'altissima responsabilità morale e non solo. Vale quanto già detto a proposito di Terapia Energetica: **migliorando la qualità della vita in generale, di riflesso si migliora anche quella della propria vita.**

Da tener ben presente che, operando con grande attenzione all'aspetto psicologico, il massoterapista tenderà ad un'**estrema specializzazione in quanto è terapeuticamente possibile a mezzo del proprio corpo e della propria mente**; mentre, anche se saranno stati oggetto di studio, per quanto riguarda strumenti tecnologici quali ad esempio ultrasuoni, laserterapia, elettrostimolazione, ecc., ottimi per un lavoro sul corpo, il loro utilizzo resterà chiaramente di competenza del fisioterapista.

In questa prima parte della risposta ho esposto il mio punto di vista; ed è lapalissiano che qualora venisse presa seriamente in considerazione la possibilità di istituire un corso di *laurea magistrale* in Massoterapia Olistica, sarà naturalmente compito delle Autorità sanitarie decidere cosa sia meglio fare. Ritengo potrebbero anche essere predisposti specifici corsi post-laurea per questa particolare figura professionale; corsi di specializzazione per determinati settori, in modo da avere persone in grado di collaborare con gli altri professionisti sanitari in modo ancor più mirato per raggiungere risultati utili per migliorare sempre più la qualità della vita per chiunque ne abbia bisogno.

Per quanto riguarda invece la figura del terapeuta energetico, ho già cercato di darne un'idea nei precedenti articoli; tuttavia essere esaustivi è cosa diversa, perché **l'intervento energetico** avviene su di un intero di cui solo una piccola parte è cosa evidente: la gran parte dei livelli su cui si va a lavorare trascende l'immanente di cui si ha tutta consapevolezza; ed è difficile aver coscienza di quanto sfugge ai nostri cinque sensi e può venir percepito solo con altri sensi che, anche se nessuno ne è sprovvisto, nella nostra cultura occidentale non viene insegnato come sviluppare. Per questo motivo da tempo mi è stato chiesto di scrivere un libro che sia snello e con un'esposizione non noiosa e facilmente comprensibile, che tocchi i vari punti d'interesse generale. Probabilmente pubblicherò quello che è il parere di un terapeuta, cioè il mio, cercando di far presenti le cose più importanti che ho appreso e di cui sono divenuto consapevole in un'esplorazione iniziata ben oltre trent'anni fa, entro i limiti propri di un testo di dimensioni contenute e di facile lettura per chiunque.

Naturalmente questi professionisti dovranno anche pubblicamente assumersi l'obbligo d'agire in modo irreprensibile. Prendendo esempio dal giuramento di Ippocrate ho abbozzato una possibile **promessa solenne di adempiere a determinati obblighi** da far prestare a chi vorrà intraprendere la professione di **massoterapista olistico**:

“**Consapevole** dell'importanza civile e morale dell'atto che compio e di quanto dovrà conseguire all'obbligo che oggi prendo su di me, **mi impegno a**:

1. esercitare la massoterapia olistica in libertà ed indipendenza di giudizio e comportamento, senza tenere in considerazione gli indebiti condizionamenti;
2. perseguire la tutela della salute fisica e psichica dell'essere umano, nonché d'agire sempre per alleviare le sofferenze di quanti a me ricorreranno; a questi fini rivolgerò, con responsabilità e costante impegno scientifico, culturale, sociale e spirituale ogni mio atto professionale;
3. curare ogni paziente con eguale scrupolo ed impegno, prescindendo da etnia, religione, nazionalità, condizione sociale ed ideologia politica; promuovendo l'eliminazione di ogni forma di discriminazione in campo sanitario;
4. non compiere mai atti idonei a provocare deliberatamente danni ad una persona, come pure astenermi da ogni inutile operatività, promuovendo anche l'alleanza terapeutica col paziente fondata sulla fiducia e sulla reciproca informazione, nel rispetto e condivisione dei principi a cui si ispira la mia arte;

5. attenermi nella mia attività ai principi etici della solidarietà umana contro i quali, nel rispetto della vita e della persona, non utilizzerò mai le mie conoscenze;
6. mettere le mie conoscenze a disposizione del progresso della sanità in tutte le sue discipline;
7. affidare la mia reputazione professionale esclusivamente alla mia competenza ed alle mie doti morali;
8. evitare in ogni momento della mia vita ogni atto e comportamento che possano ledere il decoro e la dignità della professione;
9. perseguire con costante impegno la continua e consapevole crescita mentale e spirituale;
10. rispettare i colleghi anche in caso di contrasto di opinioni;
11. rispettare e facilitare il diritto alla libera scelta del massoterapista olistico, così come di qualsiasi altro professionista sanitario;
12. prestare assistenza d'urgenza a chi ne abbisogni e mettermi, in caso di pubblica calamità, a disposizione dell'Autorità competente;
13. osservare il segreto professionale, tutelare la riservatezza su tutto ciò che mi è confidato, che vedo o che ho veduto, inteso od intuito nell'esercizio della mia professione od in ragione del mio stato;
14. prestare, in scienza e coscienza, la mia opera con diligenza, perizia, prudenza; secondo equità, osservando le norme deontologiche che regolano l'esercizio della massoterapia olistica e della medicina in generale, nonché quelle giuridiche che non risultino in contrasto con gli scopi della mia professione.
15. Coerentemente all'impegno oggi solennemente assunto, con innocenza e purezza custodirò quindi la mia vita e la mia arte, ed ugualmente insegnerò a fare a coloro che potranno essere miei allievi, onde agire sempre avendo come fine il massimo bene dell'umanità e dell'intero creato.

Per quanto riguarda i terapeuti energetici è necessario aggiungere ancora qualche punto, ma prima di evidenziarli è bene che spieghi ancora qualcos'altro.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)

e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 5 di 16

Riprendendo passo ora al quesito **“Come sapere se ci si può fidare di te?”**; bonaria provocazione con cui mi è stata formulata una doppia domanda da parte di persone che mi conoscono e non hanno

quindi dubbi, ma che giustamente han ritenuto fosse il caso ci riflettessi su e scrivessi qualcosa per chi di me non sa nulla tranne ciò che pubblico.

1. **Come fare a sapere se** sei effettivamente capace di eseguire i massaggi relativi ai servizi che offri; e che quindi non si corre il rischio di finire nelle mani di un incompetente che può far danni? A livello di sito penso di non aver altra alternativa al di fuori del fatto di cercar di presentare articoli che in qualche modo possano evidenziare la preparazione che ho alle spalle; poi chi è interessato può contattarmi, far domande, ecc.; far di più a livello virtuale mi pare un problema di difficile soluzione.
2. **Come fare a sapere che** sei un professionista serio e non magari uno che . . .? **Tu sei un uomo**; e per alcune donne questo potrebbe essere un problema. Penso valga la pena di mettere all'inizio della risposta la considerazione che il **fondamento della vera moralità** è la responsabilità personale, che include la consapevolezza di quanto si fa, permettendo la libera decisione nell'azione, che quindi rispetta una ben precisa volontà propria. È pertanto lapalissiano come agendo entro i limiti di quanto è moralmente ineccepibile non verrà mai fatto alcunché possa anche minimamente ledere altri; inoltre a livello professionale chi sta **sul lettino** non può essere altrimenti visto se non come **un essere umano**, quindi **non** può esserci **differenza** se è di **sex** maschile o femminile, **così come** non può aver rilevanza per un terapeuta maschio il fatto che a sottoporsi al trattamento sia una donna giovane o vecchia, bella o brutta, ecc.; altrimenti ci sono altri fini che, indipendentemente dall'aver o no una legale abilitazione, nulla hanno di professionale.

Questo mio modo di pensare ed agire penso risulti evidente anche leggendo quanto pubblico; inoltre il fatto di utilizzare lo strumento telematico che rende di pubblico dominio tutto quanto contenuto, allestendo funzionalità che comprendono anche il contatto via e-mail, sobbarcandosi pure i costi di un sito posto su di un portale per essere più facilmente visto dai motori di ricerca e nello stesso tempo poter contare anche sul bacino d'utenza del portale stesso, come pure il necessario impegno di tempo ed attenzione per continuamente aggiornarlo, ecc., dovrebbe dare un minimo di sicurezza; soprattutto in considerazione del fatto che tutto ciò serve per farmi conoscere più rapidamente e su di un territorio più vasto di quello raggiungibile col passa-parola: non ha proprio senso fare tanto, per poi perdere stupidamente la faccia e non solo comportandosi in modo indegno; **lo stesso web**, che magari non ha portato alle stelle, **di sicuro porterebbe alle stalle**.

Volendo esagerare, si potrebbe ancora ribattere che tutto ciò può non essere ancora sufficiente; la cronaca stessa evidenzia come ci siano individui che su internet si presentano come persone ottime, in modo da riuscire a carpire l'altrui fiducia, poi una volta che ne hanno la possibilità si rivelano per quanto sono in realtà, ma per la vittima è ormai troppo tardi e per motivi vari a volte non segue neppure la denuncia. Vero; ma, tolto il passa-parola, ove essendo degno di fiducia chi fornisce l'informazione automaticamente vien data fiducia a chi vien da questi accreditato (non mi sembra la regola nel caso dei navigatori sul web), potrebbe mai servire porre la domanda tramite i mezzi disponibili su internet? Mi sembra d'essere sempre al punto di partenza: chi dubita come potrebbe sapere se si può fidare di chi risponde? **Ottimo sarebbe** poter offrire questi servizi in strutture dove tutto è sotto controllo, chiunque ne potrebbe usufruire in sicurezza; ma al momento, non essendoci riconoscimento legale, è cosa tutt'altro che semplice nonostante la buona volontà di chi coscienziosamente ed in modo irreprensibile lavora in questi campi.

Non so quanto queste risposte possano essere servite; ma anche ascoltare i consigli d'altri, che per altro non ci guadagnano alcunché, può dare buoni frutti e per questo le ho pubblicate.

Passo ora a trattare gli argomenti evidenziati nel titolo, mettendo in chiaro il fatto che **le emozioni** sono componenti fondamentali della vita di ogni uomo/donna e forniscono **utili stimoli** per dare significato al continuo passare dei giorni della nostra esistenza terrena, recettivi nei confronti del bene e stando in guardia contro i possibili pericoli; **ma** a volte qualcosa turba questo equilibrio e serve un intervento riarmonizzante: anche la massoterapia olistica e la terapia energetica possono rivelarsi **benefici rimedi** cui ricorrere per ristabilirsi.

Gli esseri umani da sempre sono alla ricerca di quelle sensazioni ed emozioni che

- fanno stare bene = **serenità**,
- che soddisfano ed insieme permettono l'avvento di quello stato di **calma** interiore che porta ad assaporarle completamente,
- che possono portare alla **felicità** = appagamento generale che allontana le paure e fa crescere coraggio e speranza;
- ed in ultima analisi, ogni giorno cercano di avanzare per raggiungere il massimo livello di benessere = **gioia**, che non è solo una splendida sensazione, ma da anche luogo ad un'attivazione fisiologica generalizzata dell'organismo, che porta a positive ripercussioni sul comportamento, sui processi cognitivi, sulla fiducia in se stessi ed in quanto la vita può offrire, ecc..

**E' ovvio che** il raggiungimento anche solo parziale di questi obiettivi si ripercuote positivamente sullo star bene dell'individuo con se stesso e con gli altri, sul suo stato di salute (un individuo sereno è più forte e resistente di fronte al tentativo d'insorgere dei vari disturbi), consentendo di trovare una luminosa gradevolezza nella vita: come ho già detto, la massoterapia olistica e la terapia energetica sono **mezzi che hanno una loro efficacia** per aiutare a raggiungere queste ambite mete.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)

e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 6 di 16

Dato per scontato che esiste una **"bellezza" oggettiva**, che nessuno può onestamente disconoscere, non si può comunque affermare che questa eserciti un'attrattiva sempre e su chiunque: ad esempio un'opera d'arte può essere semplicemente definita bella da qualcuno, mentre in qualcun altro può esercitare un fascino irresistibile; e lo stesso vale tra uomini e donne, cosicché **a tutti/e è concesso uno spazio**.

La celebre frase: "Non è bello ciò che è bello, ma è bello ciò che piace", presuppone un **rapporto esclusivamente soggettivo con la bellezza** tra colui/ei che osserva e ciò o chi dell'osservazione è l'oggetto; tant'è che a supporto di questa considerazione troviamo un'altra frase altrettanto celebre: "La bellezza è negli occhi di chi guarda".

Tutto ciò induce a supporre che, indipendentemente dall'oggetto o dal soggetto, la bellezza è un'opinione e non un fatto; tanto che, pure essendo in generale vero che ad esser "bello/a" è ciò che manifesta nel suo insieme grazia ed armonia, nel particolare, però, ciò soggiace al "metro" con cui "misura" il soggetto osservante.

Per quanto riguarda noi umani, si potrebbe considerare la bellezza come il positivo risultato di una mutua e buona compensazione tra le varie qualità di un essere umano. Prendiamo l'esempio di un **uomo che guarda una donna**: s'arriva ad un maggior coinvolgimento del soggetto osservante, in quanto entrano in gioco tutti quei fattori che contribuiscono al formarsi o meno dell'idea di bellezza da cui si è attratti, cioè la propria esperienza, i propri gusti, il proprio livello vibratorio (parlando di Energia ne ho fatto cenno), il proprio livello di consapevolezza, il tipo di rapporto che si desidera in quel momento, che tuttavia può anche divenire fatto secondario di fronte all'emanazione energetica della persona valutata, tanto più intensa quanto più questa persona s'è presa cura ed ha sviluppato quelle caratteristiche che esaltano i valori che sono in lei; infatti, soprattutto se l'osservatore è una persona matura (non è certo l'età anagrafica a fare la differenza), la semplice forma materiale esteriore lascerà presto il posto più alto alla dimensione dell'Eterno Femminino. Non è così raro, infatti, incontrare ad esempio una **donna che**, pur non apparendo bella secondo quelli che nel determinato periodo storico sono i canoni convenzionali legati alle tendenze di riferimento (le quali poi mutano senza sosta generazione dopo generazione riflettendo gusti, usanze e preferenze di una determinata società), **emana** però qualcosa di "prezioso al di là del tempo e dello spazio" anche se indefinibile che, pertanto, la rende nell'insieme più attraente rispetto ad altre, benché queste al semplice colpo d'occhio vengano normalmente considerate più attraenti secondo i criteri di valutazione del momento.

La **bellezza** è un intero = **unità**, composta a sua volta da **unità più piccole**, così come una molecola è un'unità composta da unità più piccole: gli atomi. Occupano certamente un loro posto importante nell'intero della bellezza unità più piccole **quali**: sensualità, raffinatezza, eleganza, grazia, dolcezza, bontà d'animo, generosità, empatia, purezza, forza interiore, intelligenza, dignità, consapevolezza, saggezza, mistero, umiltà, Amore, ecc..

Sono queste singole qualità ad essere più importanti in una valutazione cui può far seguito rispetto, ammirazione, amicizia, ecc.; quindi, mentre il semplice aspetto esteriore può far spalancare gli occhi ed accendere l'immaginazione, queste "virtù nascoste" possono far aprire gli occhi dell'animo dell'osservatore suscitando un'emozione che senz'altro arricchisce: **come per magia**, quanto ad una prima occhiata non è apparso subito bello, giacché con quella si vede solo la facciata materiale, da questa emozione viene illuminato, diventa nitido alla vista interiore che trascende la materialità, tanto da permettere all'osservata di trasmettere all'osservatore una serie di informazioni che rendono possibile quella misteriosa sintonia che porta i due a rispecchiarsi l'uno nell'altra . . . gli esseri umani non vivono solo di cose materiali; anzi, anelano a quell'appagamento ed a quella gioia che la materia non può dare.

Sovente però, le persone hanno bisogno di un **aiuto** per divenire non solo consapevoli di ciò, ma capaci di non lasciarsi schiacciare dal mondo in cui vivono: quanti/e non sufficientemente sorretti/e son divenuti inizialmente preda della tristezza, per scivolare lentamente in uno stato d'animo che non permette più di rialzarsi con fiducia, arrivando poi ad affrontare la vita con quella che io chiamo la "mentalità dello sconfitto"?

**Per assurdo che possa sembrare**, anche l'intervento del massoterapista olistico, che manipolando il corpo elimina blocchi, ristagni e dolori riportandolo in una condizione di armonia, mette in moto un processo che (comunicazione tattile-energetica) coinvolge anche l'animo riportando serenamente a quello stato di armonia perduto; è sempre importante, ove possibile, utilizzare sani rimedi che

restituiscono la libertà: quanti blocchi che rendono più difficili anche semplici attività quotidiane sono di fatto provocati da cause “sottili”. In questi casi occorre andar oltre il semplice ammorbidire, distendere e mobilizzare; è necessario un lavoro che induca un lento, ma graduale recupero anche del rilassamento interiore.

**Accrescere la propria bellezza:** il massoterapista olistico preparato può dare un aiuto importante, arrivando all’aspetto psicologico attraverso i nervi, i muscoli e la pelle, così da intervenire anche su quella parte più “sottile” e portando quindi un aiuto che non va sottovalutato, perchè molte volte un risultato non soddisfacente può essere migliorato di molto lavorando sulla componente “lieve” del corpo.

L’aiuto del massoterapista olistico può essere amplificato e potenziato dall’intervento del terapeuta energetico.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

## BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 7 di 16

Come ho fatto notare, da una parte la **bellezza** soggiace al “metro” con cui “misura” il soggetto osservante; dall’altra è un intero = unità, composta però a sua volta da unità più piccole. Ed ancora va tenuto presente che sovente le persone hanno bisogno di un **aiuto** per non trovarsi ad affrontare la vita sentendosi troppo deboli e fragili per far fronte alle difficoltà ed avversità che trovano sul cammino, questo soprattutto per evitare che giorno dopo giorno sempre più si sentano “sconfitti e/o traditi” da questa vita; purtroppo non sempre trovano un aiuto adeguato e le reazioni che seguono sono diverse da individuo ad individuo. Fermo restando che vi sono professionisti dell’area sanitaria preparati per affrontare i problemi di carattere psicologico, senza pertanto voler fare il loro lavoro, faccio presente un possibile aiuto che può venire da trattamenti diversi, che non vanno quindi visti come alternativi, quanto piuttosto come olistici corroboranti per rinvigorire corpo e spirito di chi affronta la sfida del cambiamento.

Il **massoterapista olistico** col massaggio inizia il lavoro di restaurazione per riportare all’autentico splendore quelle qualità trascurate, o che le vicissitudini han fatto dimenticare, benché concorrano a rendere più belle/i.

Il **terapeuta energetico** può portare avanti questo lavoro, così come intervenire autonomamente, prendendosi cura dell’intimo del paziente (anche se questo terapeuta nei limiti della sua maturità e preparazione è pronto ad accogliere sofferenza, vissuti e domande di quanti a lui si rivolgono, al fine d’aiutarli ad acquisire maggior consapevolezza della realtà, di se stessi, delle proprie difficoltà e potenzialità, acciocché possano modificare comportamenti dannosi, perdonarsi ed accettarsi per ciò che sono, quindi perdonare onde ritrovare serenità e benessere, tuttavia non vi è alcun obbligo di esporre verbalmente i propri guai come si farebbe con uno psicoterapeuta; non è necessario dirgli più di quanto si desidera; neppure è necessario far confidenza alcuna, se non se ne ha piacere, o se la sensazione di disagio nell’esporre i propri problemi supera il livello considerato accettabile: il lavoro energetico **trascende l’immanente**) e sorreggendolo/a mentre guarisce, mentre “**rifiorisce**” ritrovando quella perduta condizione di armonia su cui si fondano serenità, forza e bellezza.

Fermatevi ad osservare per un momento e con attenzione (facendo silenzio dentro di voi) quanta armonia e bellezza vi sono anche solo nei fiorellini che, stretti tra le erbe dei fossi che cingono le strade, trovano la forza di non lasciarsi stritolare da queste e di sopravvivere tra fumi di scarico, immondizia buttata senza riguardo dai finestrini dei mezzi circolanti, incuria, ecc.: vivono la loro vita con coraggio, energia e gioia, rendendo più bello il luogo dove si trovano; se non si guarda solo “sbadatamente”, ma ci si ferma per vedere “collegando gli occhi al cervello ed il cervello al cuore”, sanno insegnare molto senza dir neppure una parola, cosicché qualcosa dentro comincia a muoversi, lavorare ed un nuovo entusiasmo da la forza di andare avanti con speranza.

Facendo ora un salto indietro nel tempo ci si può accorgere che albe e tramonti si susseguono, ma determinati argomenti restano; infatti già Platone (428 – 348 a.C.) considerava la bellezza capace di ordinare il caos che regna nella realtà sensibile così da farvi rispecchiare la superiore Armonia; ma si trattava di un argomento che veniva da tempi remoti, infatti questo ordinamento del disordine di questo mondo era secondo lui la realizzazione di un’**antica profezia** secondo cui **la Bellezza avrebbe salvato il mondo**. Nella Grecia del periodo classico antico, la Bellezza veniva considerata come l’esteriorizzazione di un’interiorità; ed anche Platone fa coincidere il Bello con il Sommo Bene. Ne consegue che la Bellezza non è che la manifestazione sensibile (materiale) di un’idea intelligibile (parte sottile, lieve), qual è per l’appunto il Bene; quindi, facendo 2 + 2 arriviamo al risultato che **bellezza e benessere sono strettamente collegati**. Attenzione però a non confondere l’apparenza con l’essenza: solo l’essenza non muta ed ha valore autentico, mentre l’apparenza oggi c’è e domani può non esserci più.

Fatta questa considerazione, anche per legare il primo punto del titolo col secondo, è coerente con quanto vado esponendo ricordare che su di un livello ancora più sottile di quello raggiungibile dal massoterapista olistico lavora il terapeuta energetico, il quale, senza voler occupare il posto degli psicoterapeuti, può intervenire con tecniche “particolari”: **vi sono casi in cui, se davvero si vuole guarire, occorre sperimentare una dilatazione di coscienza**.

Quello che ora dirò può apparire assurdo, specialmente ai nostri giorni ed in questa nostra società tutta luci, voci, rumori, ecc. (è molto difficile estraniarsi anche per poco da tutti questi “sfavillii e richiami”, per interiorizzarsi e nel silenzio riflettere e crescere in consapevolezza), ma **è necessario elevarsi se davvero si vuol scendere nel profondo** e trovare quanto è realmente prezioso; se non ci si eleva si può solo sprofondare e non è augurabile a nessuno. Questo è parte dell’essenza del lavoro a livello energetico:

- **permettere** a chi vi si sottopone di prendere coscienza di se stesso/a,
- di **utilizzare** risorse che neppure pensava d’avere,
- di **accedere** ad una Realtà sconosciuta e senza falsità,
- di aver coscienza di **poter contare anche** sull’aiuto che può venire da quella Realtà,
- di divenir **consapevole della debolezza** di quelle paure che tanti problemi procurano: sono come nani le cui ombre proiettate sulla parete verso cui guardiamo paiono gigantesche, ma basta “girarsi” e . . . ;
- di **“ricordarsi”** che ciò di cui ha veramente bisogno è già in lei/lui, non fuori; cosicché giorno dopo giorno è possibile riprenderne possesso; indebolendo ed allontanando così i precedenti motivi di tensione e sconforto.

Nell'Antica Grecia veniva fatta risalire ad Apollo un'importante esortazione "conosci te stesso"; e partendo da Socrate (469 – 399 a.C.) per arrivare ai nostri giorni moltissimo s'è riflettuto su questo motto: un invito a guardarsi dentro per divenire consapevoli che la vita è dentro di noi e non fuori, per conoscere i propri limiti che vanno **accettati** (cosa diversa da tollerati, giacché chi tollera non abbandona la speranza di poter cambiare le cose) per essere felici; ciò non significa abbandonare ogni tentativo di fare quanto possibile per migliorarci, perchè è proprio sapendo quali sono i propri limiti che si può raggiungere il meglio senza "cadere" per strada. Per questa via s'arriva ad una condizione di maggior benessere psicofisico con indubbi vantaggi; tra l'altro rende senz'altro **più belle/i ed anche più recettivi e sicuri di sé**, segue poi un miglior confronto con quanto e quanti ci circondano; cosicché, se non ci si limita a "guardare rasoterra", oltre a star sempre meglio è più agevole percorrere la via che porta alla serenità in senso ampio: **la "sostanza" a differenza dell'illusione si lascia trovare.**

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

#### BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 8 di 16

Un tempo benessere era semplicemente sinonimo di buona **salute fisica**, condizione che, essendo priva di patologie, dava all'individuo la possibilità di usufruire al meglio della propria vita. Anche questo è senz'altro importante, tanto che più avanti parlerò anche di mal di schiena, gambe gonfie, ecc. e quale aiuto può venire da un massoterapista per allontanare questi sgraditi ospiti.

Molto più che in passato ci si è resi conto che per star bene davvero occorre andare oltre quello che è un livello unicamente materiale; oggi il termine **ben – essere** ha acquistato infatti un'accezione più ampia: oltre all'aspetto *fisico* è stato inserito quello *mentale*, poi oltre all'aspetto psico-fisico è stato preso in considerazione quello *sociale*, perché non si può paragonare un individuo ad un'isola in mezzo al mare, va piuttosto considerato un albero nel bosco che vive in compagnia di altri alberi; da qui si è andati ancora oltre, prendendo in considerazione anche l'*ambiente* in cui esiste la società, parimenti agli alberi che vivono nel bosco in compagnia d'erbe, fiori, animali, ecc..

Ad oggi per **benessere** si intende lo stato emotivo, mentale, fisico, sociale e spirituale del singolo all'interno di un ambiente e della comunità che lo abita: il buon equilibrio di questi aspetti consente agli individui sia di migliorare continuamente il loro benessere, sia di raggiungere e mantenere il loro potenziale personale all'interno della società in cui vivono. Di conseguenza il concetto di benessere si fonde con quello di **salute in senso olistico** e determina quindi, non tanto un fine cui tendere, quanto piuttosto un **mezzo** di cui dotarsi per poter quotidianamente condurre **sia** una vita produttiva a livello individuale, sociale ed economico, **sia** per raggiungere la conoscenza piena di se stessi, che sola può offrire le giuste attrezzature e preparazione per superare le difficoltà dell'ascesa verso la **felicità**.

Il lavoro del massoterapista olistico, specie se unito a quello del terapeuta energetico, può essere utilizzato per risolvere con successo vari problemi; queste terapie possono quindi essere considerate **mezzi idonei alla promozione della salute**, tanto che non vedo motivo che possa validamente vietare che possano essere considerate come **risorse** a disposizione di chiunque ne necessiti per

raggiungere un effettivo stato di ben-essere = avere una buona esistenza. **Necessario** è, invece, far attenzione e smascherare gli imbroglioni che lucrano sulla sofferenza e la credulità degli altri.

È il caso di tener sempre ben presente che il dolore esige rispetto; **il dolore degli altri** può essere condiviso e rispettato, solo così è possibile prendersi realmente cura di qualcuno senza pensare di potersi approfittare di quel qualcuno. Questo è tanto più vero in Terapia Energetica dove è proprio l'aspetto spirituale ad essere così importante.

Parecchio tempo fa ho letto su una rivista, mentre aspettavo il mio turno in uno studio, una frase che riflette un aspetto di quanto abbiamo davanti agli occhi; non ricordo che giornale fosse e l'articolo mi pare parlasse del "male di vivere" o qualcosa di simile, ma per la sua "asprezza" la frase mi è rimasta impressa:

- "Se stai bene, va bene!
- Se muori, va bene!
- **È lo stare nel mezzo** che fa . . . la gente".

Alla continua ricerca della Felicità e per non perdere il livello di felicità raggiunta, vi sono persone capaci di fare di tutto, anche di disinteressarsi completamente degli altri con cui di solito uscivano, stavano in compagnia, ecc., quando questi "poveretti" arrivano al punto di star male spiritualmente, non solo per una sera o due che si può sopportare, ma hanno veramente bisogno d'aiuto per venirne fuori. In questo modo tendono ad isolare coloro che minerebbero la loro tranquillità e mini-felicità, perché l'umore delle persone che hanno intorno li condiziona pesantemente e non hanno corazza protettiva: l'illusione non la fornisce mai.

In questa situazione:

- Se stai bene non ci sono problemi: contribuisci anche tu al buon umore di tutti.
- Se muori non ci sono problemi, tanto la gente se ne farà una ragione.
- Ma se stai male lo puoi far presente solo per poco tempo, poi deve rimanere un problema solo tuo e chiuso in te stesso, perché dopo un po' la gente (sovente purtroppo aggrappata ad un galleggiante di fortuna), non sopporta più (per paura d'affondare con te t'allontana).

In queste situazioni è da considerarsi una grazia ricevuta l'aver amici veri che sanno portare aiuto e sostegno, ma a volte la sofferenza è tale da far disperare di poterne venir fuori; allora l'intervento del **terapeuta energetico** può dare la giusta "scossa", portando a trovare le necessarie motivazioni per affrontare e superare le difficoltà (indispensabile il personale impegno del paziente; come già evidenziato nei precedenti articoli), onde rioccupare il proprio posto più forti di prima, sentendosi anche in armonia col proprio corpo e la propria mente; **consapevolmente** in cammino verso un sano futuro.

Spesso parlo della necessità di impegno costante, difficoltà da superare, sofferenze lungo la via, ecc. per raggiungere una consapevolezza **sempre più** completa al fine di arrivare a vivere bene, godendo pienamente di quanto offre la vita. È pur vero, però, che alcuni partecipano a seminari e convegni su Energia, esseri di Luce, maestri asceti, ecc., ove s'insegna che quello che viviamo non è un viaggio lungo, faticoso, pesante, pieno di difficoltà e neppure è necessario caricarsi di "bagagli e pesanti fardelli", giacché l'unico requisito essenziale è la propria "naturale leggerezza", il ricordarsi la propria "provenienza" che ci è nota nel livello di esperienza che sovrasta il piano di realtà attuale, onde far riaffiorare la consapevolezza della natura profondamente creativa ed energeticamente

eterna che ognuno di noi è, ecc.. Non è questo un corso quindi non entro nel particolare, ma **serve una precisazione**; voglio pertanto portare ad esempio un personaggio storico: Siddharta Gautama (565 – 486 a.C.) non fu esentato da prove e sacrifici, ma gli toccò un lungo ed impegnativo percorso prima di essere il **BUDDHA**. Si narra che fosse un principe figlio di un Rāja, che si sposò a sedici anni ed a ventinove ebbe un figlio. Crebbe in mezzo a comodità e lusso, ma volle uscire dal palazzo reale per vedere la realtà del mondo circostante; ebbe modo di rendersi conto della crudezza della vita e comprese che la sofferenza accomuna tutta l'umanità, che ricchezze, cultura, eroismo e molto altro sono valori effimeri e caduchi; decise quindi di rinunciare a famiglia, ricchezza, gloria e potere e si ritrovò a circa trent'anni nell'assoluta necessità di cercare la Verità. Seguirono alcuni anni di vita itinerante, incontrò molti maestri e soggiornò anche presso alcuni asceti, sempre riflettendo e meditando sui mali della vita, la vecchiaia, le malattie e la morte; **lottò tenacemente** per liberare la sua mente dai pensieri ingannevoli, per non cedere alle tentazioni e giunse all'illuminazione all'età di 35 anni, dopodichè decise di rendere anche gli altri partecipi della sapienza che aveva acquisito: **senza personale impegno non s'arriva**.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

## BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 9 di 16

Vengo ora ad alcuni casi pratici che l'intervento del massoterapista può risolvere. Un classico è il **mal di schiena** (lombalgia, giacché interessa il tratto lombare).

Tutto comincia da quando i nostri progenitori hanno assunto la stazione eretta e la parte inferiore della colonna vertebrale ha dovuto subire tutta una serie di adattamenti, al fine di assolvere a questo nuovo particolare compito per il quale non era stata progettata. È probabile che quel fastidiosissimo dolore comunemente definito "mal di schiena" sia in effetti una conseguenza di questo non ancora perfettamente completato adattamento. Ulteriori problemi son venuti dall'obbligare questa schiena ad adattarsi alla posizione seduta.

Cause iniziali a parte, è pur vero che un ruolo fondamentale lo riveste anche lo **stile di vita** ed il **lavoro** di ciascuno

Il mal di schiena quasi sempre dipende da una difficoltà al regolare funzionamento di muscoli, legamenti, ecc.; di buono tuttavia c'è che la colonna vertebrale è oggi una delle strutture più forti del nostro corpo, in quanto:

- deve assolvere al mantenimento della **stabilità**, cioè sostenere il tronco, gli arti superiori e la testa;
- permettere la **mobilità**, cioè consentire tutti gli spostamenti del tronco, delle braccia e della testa;
- rendere possibile l'**equilibrio** del corpo sia durante i movimenti, sia nell'immobilità, tramite un'armonica interazione anche con gli arti inferiori cui è collegata a livello del cingolo pelvico;

- infine deve **proteggere** il midollo spinale, ultima parte del sistema nervoso centrale.

È chiaro che per poter assolvere a tutti questi compiti è dotata di una struttura alquanto complessa ed il cervello gestisce armonicamente il suo funzionamento ed il corretto equilibrio di tutto il corpo, contrastando con continui adattamenti (nei limiti di quanto possibile) tutte le cause che potrebbero far perdere l'equilibrio.

Quando la schiena non è in condizioni tali da assolvere pienamente il suo compito per mantenere questo equilibrio, allora compare il **dolore** che, un po' come la sirena d'un **allarme**, segnala per l'appunto che la schiena non è in forma ed è pertanto fuori controllo.

Non voglio allargarmi a problemi più gravi quali artrosi, discopatie, ernie del disco, ecc.; sia perché entrerei in ambito propriamente medico, sia perché fortunatamente la gran parte dei mal di schiena che la gente accusa non son dovuti a quelle cause.

Nei casi non gravi, sovente il mal di schiena va e viene; **l'intervento del massoterapista**, che ha ben chiaro quanto sopra schematizzato, rilassando i muscoli, drenando i tessuti, ecc., **può** calmare il dolore, velocizzarne la scomparsa, agevolare i movimenti contribuendo così a ripristinare armonia e benessere totale del corpo.

Normalmente a tutti coloro che ricorrono a me, ad intervento concluso ricordo che mantenersi in forma con una regolare attività fisica (anche il semplice ballo amatoriale può esser considerato una piacevole attività fisica capace di dare buoni frutti; inoltre ha il vantaggio di portare allegria e buon umore allietando anche lo spirito: risultato una buona forma psico-fisica. L'importante è rispettare sempre i propri limiti e se possibile trovare sale che rispettino il **progetto di Madre Natura**, che non ci ha concepiti come ad esempio i gatti per vivere in stato di veglia sia di giorno che di notte, **altrimenti come minimo riusciremmo a vederci anche al buio**. È sempre meglio, ove possibile, rispettare i "paletti" previsti dal proprio progetto biologico naturale: è un argomento degno d'essere approfondito e probabilmente lo farò in un prossimo articolo; infatti è **una questione di benessere e salute in senso olistico** l'aver questa premura verso se stessi e gli altri, mentre l'infischinarsene è una possibile causa di futuro disagio.) è fondamentale per ridurre i rischi di ricadere nella situazione dalla quale sono appena usciti (**compito del massoterapista olistico** non è solo fare i trattamenti da cui trae il suo guadagno, ma anche consigliare per quanto sa e può), perché migliora le condizioni dei muscoli che presiedono ai movimenti della colonna vertebrale; inoltre fa bene alla salute delle ossa ed è anche un modo per scaricare le tensioni: se non si è competenti evitare il fai da te, perché anche nel seguire un programma di lavoro in palestra od in piscina non si deve **mai voler strafare**, giacché si otterrebbe il risultato di peggiorare la situazione; ottime possono essere anche piacevoli passeggiate di almeno mezz'ora al giorno, ecc.; qualche fastidio, soprattutto all'inizio dopo il passato periodo di inattività, è inevitabile ed occorre dosare le proprie forze, concedersi alcuni momenti di riposo, mantenere le attività quotidiane evitando gli sforzi; ma, una volta capito cosa va bene fare e cosa non è il caso di fare (occorre abbandonare anche le cattive abitudini), se l'attività è ben dosata, con un programma adatto al proprio fisico, i benefici ripagano poi abbondantemente. Va ricordato che anche se l'attività lavorativa che quotidianamente si svolge richiede molti sforzi fisici, in realtà non allena il fisico, ma lo **usura**, perché normalmente le attività lavorative sono ripetitive; al contrario l'attività fisica, più varia e ricreativa, oltre al fatto che allena può essere vista come un ricostituente che potenzia e ricarica anche a livello psicologico.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 10 di 16

Oltre alle pure cause fisiche, anche lo stress è tra le possibili cause scatenanti il mal di schiena, così come lo sono i continui stati di tensione che, pur non arrivando allo stress, tuttavia contribuiscono a rendere peggiore il problema.

È ora il caso di ricordare che, come ho imparato, per tutte le patologie umane e specialmente per i dolori alla colonna vertebrale, l'entità della sofferenza percepita dipende molto dallo stato d'animo con cui si affronta il dolore, tanto che i pazienti possono essere divisi in due gruppi:

- quelli che **subiscono il dolore**, quindi si lasciano scoraggiare e pensano che sia possibile farlo passare affidandosi solo ai farmaci e riposandosi a lungo;
- quelli che **gestiscono il dolore** non lasciandosi completamente scoraggiare neppure in quei giorni in cui la sofferenza si fa più acuta, sorretti dall'incrollabile speranza che anche un forte dolore passerà; quindi, compatibilmente con quanto il dolore permette, cercano di mantenere anche solo un minimo di attività fisica e se possono non smettono di lavorare.

**Chi** riesce a gestire il dolore soffre meno intensamente (anche perché ci pensa di meno) e per meno tempo (perché lo combatte attivamente); inoltre sul lungo periodo ha una qualità di vita migliore di chi subisce il dolore.

**Chi** subisce il dolore soffre molto (dovuto al fatto stesso di pensarci di continuo) e più a lungo (non combattendolo in modo attivo); inoltre rimane per più tempo a casa dal lavoro e questo contribuisce ad intristire e fiaccare le persone; per di più (affrontandolo solo indirettamente) rischia di avere più frequentemente ricadute, che rendono ancora più fosco il quadro.

Fatto salvo che quando una situazione, che non segue a cause traumatiche, non si risolve in tempi accettabili è lo stesso massoterapista ad inviare il paziente dal medico per i controlli del caso; va pure ricordato **sia che** i dolori vertebrali beneficiano del movimento, che rende anche più rapido il lavoro di riparazione dei tessuti, **sia che** l'immobilità porta all'indebolimento precoce dei muscoli. Da ciò si deduce che restare attivi, continuare per quanto possibile la vita normale, anche accettando di avere alcune limitazioni nelle attività quotidiane, non cercando quindi di strafare nel rispetto di quelle che sono le possibilità del proprio fisico, è un fatto importante, perché permette di affrontare meglio il dolore sia a livello psicologico che fisico: “**chi ben comincia è a metà dell'opera**” recita un vecchio proverbio popolare che ben s'adatta a questi casi.

Naturalmente anche la **Terapia Energetica** ha alcune “idonee frecce nella sua faretra”, pronte per essere scoccate quando il paziente lo necessita e lo richiede. Lo stress è di fatto una disarmonia; e l'azione dell'Energia di fatto tende a ripristinare l'armonia perduta, migliorarne il livello qualitativo, rendendo più forte il soggetto in quanto più consapevole anche del proprio valore: in questo modo se il paziente fa pienamente la sua parte è anche possibile che smetta di subire il dolore e, cosciente di quanto è nelle sue possibilità, passi a gestire attivamente non solo quella, ma tutte le situazioni di disagio; nel presente, ma soprattutto nel futuro. Questa è una delle cose che maggiormente migliora la qualità della vita: raramente si può mutare il corso degli avvenimenti; ma

sempre si può cambiare il modo con cui li si affronta; e così facendo **spesso da perdenti si diventa vincenti**.

Per quanto riguarda gli effetti dell'**azione combinata** Massoterapia – Terapia Energetica, ho trovato alcune valide motivazioni a sostegno e spiegazione di quanto vedo che è possibile (da ricordare che non faccio miracoli; inoltre, anche se intervengo su corpi aurici, sottili ed a livello fisico con azioni volontarie in risposta a mie precise sensazioni su quanto è bene per il/la paziente, tuttavia l'Energia che partecipa al trattamento lavora anche al di là delle mie personali possibilità di intervento, nel rispetto assoluto delle Leggi dell'UNITA') ottenere anche in quanto sostenuto sia dal dottor Thorwald Dethlefsen, psicologo e psicoterapeuta, che a Monaco di Baviera dirige l'Istituto privato di psicologia straordinaria da lui stesso fondato, sia dal dottor Rüdiger Dahlke, medico specializzato in terapie naturali e psicoterapia, che a Johanniskirchen dirige un centro di medicina naturale da lui fondato: l'essere umano è infatti molto di più del corpo che indossa.

Oltre alla lombalgia, vi è un altro disturbo alquanto comune che interessa la colonna vertebrale: la cervicalgia, o **dolore al collo**, che, anche se da non pochi fastidiosi problemi, fortunatamente nella maggior parte dei casi non ha all'origine cause gravi a carico delle strutture meccaniche del collo; basta infatti uno sforzo non adeguato alle proprie possibilità, che può aver luogo sia in modo brusco ed istantaneo, così come con un'azione avente durata prolungata nel tempo, per provocare una lesione seppur minima a queste strutture.

L'ossatura del collo è formata da sette vertebre ben più esili di quelle lombari; particolari le due in cima, Atlante ed Epistrofeo, che hanno la funzione di permettere un'estrema mobilità del capo in tutte le direzioni (basta anche semplicemente far caso a quanto è possibile vedere senza spostare il resto del corpo, ma unicamente muovendo la testa); sono intervallate da dischi intervertebrali ed avvolte da forti legamenti che le tengono insieme permettendo e contrastando vari movimenti, a loro volta resi possibili e controllati dal lavoro di un apparato muscolare che sostiene e muove in modo coordinato ed armonico la colonna e la testa ed interviene pure in certi movimenti delle spalle e delle braccia.

Normalmente il dolore interessa il collo, ma può anche estendersi: partendo dal collo si irradia alle spalle ed in alcuni casi può coinvolgere le braccia, rendendo conseguentemente difficile fare quanto normalmente è cosa semplice.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 11 di 16

Riprendendo faccio notare che **il collo come tutto il nostro corpo è progettato per il movimento e non per la sedentarietà**; purtroppo ad oggi il lavoro e la vita quotidiana sovente costringono a stare troppo fermi, mantenere posture fisse e far movimenti in contrasto con quanto è funzionalmente corretto. S'arriva pertanto alla contrattura muscolare perché manca la risposta al movimento, cioè, per farmi capire, il muscolo si contrae per reagire funzionalmente a qualcosa di esterno, che però non arriva; il muscolo resta contratto in attesa di fare il suo lavoro, ma una stasi che si prolunga in modo esagerato nel tempo provoca una sofferenza muscolare anche per carenza di ossigenazione;

volendo dare una spiegazione, ma senza entrare nel dettaglio della fisiologia del lavoro muscolare poiché è una chiacchierata e non una lezione, si può dire che l'ossigeno arriva ai muscoli a mezzo del sangue con un meccanismo a pompa, il quale a sua volta necessita che i muscoli collaborino col procedimento **contrazione** (i capillari praticamente si chiudono e si riduce conseguentemente l'ossigenazione) – **rilasciamento** (i capillari permettono nuovamente il pieno passaggio del sangue ed aumenta la quantità d'ossigeno disponibile).

Val la pena far attenzione al fatto che più che piegare la testa da una parte e dall'altra, tendiamo a movimenti di flessione ed estensione che sovraccaricano la **parte bassa** del collo; essendo inoltre divenuto comune l'uso del computer sul lavoro come nella vita quotidiana, è bene considerare che con una postura prolungata al video sovraccarichiamo la **parte alta** del collo, cosa che tra l'altro può anche facilmente portare al mal di testa; inoltre quando si lavora è buona norma il cercare di **appoggiare le braccia** sulla scrivania o sui braccioli della sedia per evitare di sovraccaricare la muscolatura del collo.

È naturale, quindi, che una postura scorretta può nel tempo determinare microlesioni sia ai dischi intervertebrali, che alle articolazioni; col passare del tempo portare anche a patologie reumatiche, instabilità vertebrale, ecc.. Chiaramente questo è un settore di competenza dei medici, coi quali sia il massoterapista che il terapeuta energetico possono cooperare al fine di riportare in una situazione di benessere chi ne ha bisogno, ma non è il caso di andare oltre ad un accenno in un articolo fatto per dare un'informazione di carattere generale su quanto possono offrire Massoterapia e Terapia Energetica.

Anche per quanto riguarda la cervicalgia lo stress può, purtroppo, “metterci lo zampino” e causare contratture muscolari che favoriscono l'insorgere di microlesioni; per quanto riguarda il trattamento energetico anche qui vale quanto detto a riguardo della lombalgia

**L'intervento del massoterapista**, rilassando i muscoli, drenando i tessuti, ecc., **può** calmare il dolore, velocizzarne la scomparsa, agevolare i movimenti contribuendo così a ripristinare armonia e benessere totale del corpo; anche in questi casi comunque ad intervento concluso è bene mantenersi in forma con una regolare attività fisica (agli esercizi devono partecipare anche le braccia, altrimenti non è utile per la muscolatura del collo) è fondamentale per ridurre se non eliminare le possibilità di ricaduta nella situazione dalla quale si è appena usciti.

Avendo portato l'attenzione sulle braccia è logico a questo punto passare ai disagi cui possono essere soggette. Brachialgia è il termine con cui si designa il **dolore al braccio**, cui possono associarsi anche disturbi della sensibilità; normalmente è dovuto all'irritazione od alla compressione di una delle radici nervose del plesso brachiale (C5 – C6 – C7 – C8) a livello della colonna nel tratto cervicale, spesso dovuta a cause fortunatamente non gravi, altre volte a cause più gravi (presenza di osteofiti, artrosi, ernia discale, ecc.). Come fatto in precedenza, non entro in quel settore dove la massoterapia non basta, ma è necessario il competente ed accurato esame da parte dei medici, che possono avvalersi anche di tomografie computerizzate, risonanze magnetiche, elettromiografie, RX per arrivare ad una corretta diagnosi cui seguirà adeguata prescrizione delle necessarie terapie fisiche e nei casi più gravi anche l'intervento chirurgico.

Cosa può fare il **massoterapista**? Nei casi non gravi (farsi visitare dal proprio medico non è mai sbagliato) molto si può ottenere tramite il drenaggio linfatico manuale (conosco e normalmente uso il metodo Vodder, molto dolce, che ha trattamenti specifici per ogni singola zona, esempio: arti superiori, addome, schiena, ecc.; altri metodi in casi particolari.) ed anche utilizzando altre tecniche massoterapiche: sovente il dolore cessa completamente e **molte volte bastano** uno - due cicli di trattamenti l'anno per stare bene. Al fine di ridurre al minimo il disagio è consigliabile intervenire

non appena il disturbo si ripresenta, cosicché è anche possibile ridurre al minimo il numero delle sedute necessarie per ottenere un buon risultato e di conseguenza anche i costi.

Nei casi in cui entrano in gioco stati di tensione vari, allora può essere utile la **terapia energetica** per rasserenare l'animo e togliere potenza ai motivi che inducono agitazione; da tener presente che i trattamenti energetici **possono portare alla soluzione** di molte situazioni "spinose" e quindi ad una migliore qualità della vita, ragion per cui anche la bellezza ne guadagna, però questo non vuol dire "far miracoli", ma unicamente permettere al singolo individuo di ottenere quanto gli/le è possibile lavorando su se stesso, appoggiandosi all'aiuto del terapeuta ed alla maggior forza che gli/le viene dall'Energia; come del resto ho già spiegato in precedenti articoli.

Passo ora a trattare un'altra parte del corpo, che specialmente nelle donne può dar qualche problemuccio: le gambe.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 12 di 16

Il **gonfiore alle gambe** è un disturbo comune, dovuto soprattutto al fatto che si trascorre molto tempo in una posizione statica: in piedi, o seduti. Specialmente nelle donne si possono avvertire fastidi agli arti inferiori, come sensazioni di pesantezza, tensione e gonfiore a gambe, **caviglie** e **piedi**; il fatto che spesso tali disturbi compaiono alla sera, magari dopo una giornata pesante, porta a considerarli come un'ovvia conseguenza della fatica e magari anche come un'inevitabile frutto del tempo che passa.

Questi fastidi possono anche essere i **primi sintomi** di un'alterazione della microcircolazione negli arti inferiori ed il fatto che le **donne** possano essere più facilmente soggette a tale disturbo è dovuto all'azione degli ormoni estrogeni, che rilassando la muscolatura liscia delle pareti dei vasi sanguigni rendono possibile il ristagno del sangue, inoltre possono aumentare la permeabilità dei capillari e facilitare il passaggio di liquido nei tessuti circostanti, causando gonfiore. Naturalmente esistono altri fattori come soprappeso, ereditarietà, lunga esposizione a fonti di calore (che ha azione vasodilatatoria), ecc., cui son soggetti anche gli uomini.

**Il fatto che** si possano provare sensazioni di pesantezza e di tensione si deve alla difficoltà che il nostro organismo incontra e deve superare per pompare il sangue dal basso verso l'alto nella fase di ritorno del sangue al cuore: un esempio calzante è quello dello **scalatore** che s'arrampica verso la cima della montagna; anche il sangue sale verso una cima quando dai piedi deve risalire al cuore. Come lo scalatore utilizza tutta una serie di attrezzi come piccozze, ramponi, corde, chiodi, ecc., anche il cuore si avvale di aiuti quali le valvole e la tonaca muscolare dei vasi sanguigni, il lavoro della muscolatura, che contraendosi esercita l'effetto di una pompa spingendo il sangue verso l'alto.

Fatto questo accenno non mi dilungo, non volendo andare in settori non più di competenza del massoterapista: in presenza di dubbi è sempre bene ricorrere al medico, che può visitare, richiedere esami e visite specialistiche, fare una diagnosi e valutare cosa sia meglio fare.

L'intervento massoterapico può consistere in una serie di sedute di drenaggio linfatico manuale di tipo specifico per questi casi (parlando della visione olistica del drenaggio linfatico ho fatto presente che esistono delle controindicazioni), così da beneficiare:

- dell'**effetto antiedematoso**, permettendo il passaggio ai capillari linfatici dei residui presenti negli spazi interstiziali dei tessuti, così da **eliminare** le diffusioni di siero, che in questi casi il sistema sanguigno non riesce ad eliminare del tutto ed anche il sistema linfatico stesso senza questa manipolazione non è in grado di assorbire completamente, ottenendo la scomparsa dei disturbi;
- dell'**effetto sedativo, antalgico e rilassante**, che in molti casi favorisce anche il sonno fisiologico in soggetti particolarmente affaticati ed **aggiungendo** tecniche energetiche anche in soggetti stressati, col risultato di portare il lavoro ad un piano psicofisico;
- dell'**effetto rigenerante**, infatti tramite il drenaggio si ha un miglioramento della nutrizione e della respirazione cutanea, promuovendo così un lento, ma graduale miglioramento dell'aspetto globale della persona.

Molte volte bastano **uno – due** cicli di trattamenti l'anno per stare decisamente meglio; in ogni caso intervenire non appena il disturbo si ripresenta permette di ridurre al minimo il numero delle sedute necessarie per ottenere un buon risultato.

Naturalmente anche il/la paziente può fare molto come **azione preventiva**; ad esempio camminare per una mezz'ora almeno al giorno, oppure andare in bicicletta, fare cyclette, ottimo il nuoto, come pure altre attività sportive, ma efficace è anche il semplice salire e scendere le scale, ecc.; quando serve inizialmente può essere utile inserire massaggi specifici per velocizzare la ripresa del fisico.

È bene ricordarsi come nei lavori che obbligano a rimanere **in piedi fermi a lungo** comunque ci si può sollevare ogni tanto sulle punte dei piedi onde attivare la pompa muscolare; se possibile poi, è meglio evitare di rimanere **seduti** troppo a lungo, in ogni caso si può cercar di fare almeno qualche movimento con le gambe pur rimanendo seduti; inoltre, assumere magari l'abitudine di tenere le gambe in verticale, anche appoggiandole alla parete per non stancarsi, per almeno cinque minuti prima di coricarsi per dormire può dare buoni frutti. Non vuol certo essere un esaustivo elenco dei possibili rimedi, tuttavia anche questi pochi consigli possono essere utili.

Un caso a sé sono poi **i piedi** che, oltre a rendere difficile il trovare calzature sufficientemente confortevoli, a volte per via del dolore che possono causare tolgono anche il piacere di una sana passeggiata; oltre al drenaggio manuale e senza disconoscere quanto possono fare coloro che lavorano nel campo del benessere e dell'estetica, posso comunque ricordare che la massoterapia mette a disposizione altre tecniche per migliorare la situazione in tutti quei casi che non richiedono l'intervento dei medici.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

Oltre ai casi esposti la massoterapia può essere utile anche per quanto riguarda le **difficoltà-rigidità** nel fare i **movimenti**, così come in quelle situazioni in cui oltre a sentirsi intorpiditi si ha pure la sensazione che ci sia qualcosa che non funziona più armoniosamente e che col passare del tempo porta prima ad **insoddisfazione**, poi a volte anche a **disturbi** fisici; naturalmente la massoterapia ha dei limiti naturali, superati i quali sono necessarie visite e diagnosi mediche ed a seguire idonee prescrizioni del necessario percorso terapeutico; come fatto sinora non entro in questo settore, che è fuori dagli argomenti che vado esponendo nel presente articolo.

Parlando poi di **salute - benessere** in senso lato, un posto a sé occupa la Terapia Energetica, che può essere vantaggiosamente utilizzata anche per “**schiarire e pulire** le lenti degli occhiali” attraverso i quali si guarda dentro e fuori di sé: non è da paragonarsi ad una bacchetta magica, tuttavia molti sono i casi in cui può portare a piacevoli ed insperati risultati, mentre non ho ancor sentito che possa far danni. È chiaro che anche **sentirsi bene ed in pace con se stessi** è un fatto da non sottovalutare se davvero si vuole raggiungere una situazione di reale BEN – ESSERE.

Quanto detto porta quindi al concetto di **gioia**, ma la via che porta alla gioia va preparata con cura.

Per poter inserire degnamente questo argomento all'interno di questo discorso val la pena tornare un attimo a parlare delle **emozioni**, che come ho già detto sono eventi fisiologici che fanno parte della natura umana e, sino a quando vanno e vengono fluendo con misura ed in modo regolare, vengono considerate espressioni di una sana attività psichica dell'individuo; volendo, non mi sembra illogico paragonarle a movimenti di **energia** che nascono all'interno dell'essere vivente in risposta a stimoli esterni.

Purtroppo a volte le emozioni **possono divenire dannose** portando a vari malesseri (ne ho parlato nell'articolo sul terapeuta energetico): possono essere eccessive per la capacità di sopportazione del singolo; ma può anche accadere che l'emozione non venga riconosciuta, né elaborata e compresa in modo appropriato, o che venga repressa nell'inconscio. Qui mi fermo; il discorso squisitamente psicologico è di competenza di precise figure professionali, con cui spero possa esserci sempre più ampia collaborazione: l'**armonia del fare** necessita del fecondo impegno di tutti gli esseri di “**buona volontà**”.

Secondo le teorie-conoscenze che vengono prese in considerazione per prepararsi ad esercitare la professione di terapeuta energetico, quando le emozioni sono di **intensità inappropriata per le possibilità** di un essere umano determinano l'alterata movimentazione dell'Energia Vitale = Ki nel suo corpo, cosa che può riflettersi anche sul funzionamento degli organi. Le energie anormali, che cioè superano la capacità difensiva del singolo individuo, vengono considerate **energie perverse**, poiché penetrando nell'intero organismo (di cui il corpo è solo la parte più densa) generano disturbi e malattie; ragion per cui è necessario agire in modo da rendere armonicamente fluido e potente il movimento del **Ki**, onde riarmonizzare l'organismo.

Nella Medicina Tradizionale Cinese, infatti, psiche e corpo non sono mai stati divisi e questa è una delle fondamentali differenze con la Medicina Occidentale. In oriente si fa notare come ogni volta che un organo è ammalato le manifestazioni dello stato patologico si manifestano anche a livello emozionale; e come ogni malattia in definitiva sia il risultato di un fluire eccessivo, o di un ingorgo, o di una carenza di **Energia Vitale**.

Per portare il discorso ad un livello più “palpabile”, posso far presente come anche coloro che qui da noi praticano l'Agopuntura, o lo Shiatsu, imparano a considerare il **corpo umano** come un **insieme armonico** che coinvolge numerosi sistemi funzionali, in molti casi associabili ad organi

fisici, cosicché lo stato di malattia equivale al venir meno di quell'armonia. Questo però si lega perfettamente all'occidentale concetto di **omeostasi**, di cui ho già parlato, in quanto l'omeostasi è di fatto armonia che viene mantenuta con un continuo lavoro di compensazione per contrastare gli effetti delle naturali reazioni che avvengono nell'organismo vivente.

In terapie come **Agopuntura** e **Shiatsu** si utilizzano aghi, pressione, calore, ecc., per intervenire su uno o più di questi sistemi al fine di curare la disarmonia: questo perché anche studiando queste materie si impara come il corpo sia percorso da canali principali e secondari (da non intendersi fisicamente, infatti non possono essere esaminati con gli strumenti oggi a disposizione; sono un fenomeno vitale presente solo durante la vita e non dopo la morte) nei quali scorre il **Ki**.

A questo punto posso dire che **tutte le emozioni sregolate agitano il Cuore** (che è anche uno dei meridiani = canali principali) e l'agitazione del Cuore turba la quiete interiore; diventa quindi più difficile entrare in contatto con il proprio sé originario e con la propria natura essenziale, cosicché, perdendo la possibilità di agire in modo spontaneo, tutto diventa più difficile e faticoso. È la vita vissuta in queste condizioni ad **usurare** l'individuo ed essergli d'**ostacolo** per la maturazione sul piano spirituale; mentre, al contrario, la **serenità del Cuore** lo migliora e gli permette di percepire quanto accade in lui e fuori di lui, dandogli così idonei mezzi per **accrescere il personale livello di consapevolezza**: arrivare a conoscersi davvero è assai arduo, tuttavia indispensabile per evitare sia di farsi inconsapevolmente del male da soli, sia per trarre vantaggio vero da quanto è a disposizione.

È la consapevolezza profonda sia di chi siamo, sia che quanto necessita è a disposizione a portare alla **gioia**, cosa molto diversa dall'euforia. Nella gioia si continua a crescere in consapevolezza, cosicché s'arriva alla Gioia Piena.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 14 di 16

Ho accennato al fatto che tutte le emozioni sregolate agitano il Cuore, che l'agitazione del Cuore turba la quiete interiore, rende più difficile entrare in contatto con il proprio **sé originario** ed anche con la propria **natura essenziale**; che è la vita vissuta in queste condizioni ad usurare l'individuo ed essere d'ostacolo per la maturazione sul piano spirituale; cosicché risulta la **serenità del Cuore** ad essere effettivamente necessaria, perché può migliorare l'individuo, permettendogli di percepire sia quanto accade in lui che fuori di lui, fatto indispensabile per poter crescere in **consapevolezza**. È questa consapevolezza profonda che può portare alla **gioia vera**; cosa molto diversa dall'euforia.

L'**euforia** è uno stato di allegrezza caratterizzato da un eccesso di buonumore (in tutte le cose va sempre ricercata una giusta misura, al fine di evitare possibili sgradite sorprese e reazioni), che si esprime per lo più come una condizione di eccitazione, magari anche solo lieve e sotterranea, tuttavia continua; provoca quindi una eccessiva stimolazione del Cuore (problema energetico) che porta l'individuo ad uno stato di agitazione interna, dal quale possono poi originare irrequietezza, fatica a concentrarsi, difficoltà a dormire bene, ecc.: v'è quindi sempre maggior difficoltà a poter avere consapevolezza di quanto accade, cosicché diventa impossibile percepire la realtà per quello che davvero è.

La **gioia**, invece, è un calmo e potente movimento di Energia che nasce all'interno dell'Anima grazie alla positiva e serena risposta agli accadimenti ed alle sollecitazioni del mondo esterno. Da questa si può, tramite una crescita consapevole, arrivare a sperimentare la **Gioia Piena** che abita all'interno di ognuno e non ha una causa esterna, ma deriva dal sentirsi bene nel Creato ed in pace con se stessi; solo così diventa possibile apprezzare davvero anche quanto e quanti ci circondano, riscoprire la freschezza, la spontaneità, la giocosità, la curiosità del bambino, nonché la capacità di vivere in modo totale nel **presente** senza preconcetti e pregiudizi: non sono ammesse fretta, ansia e reazioni rabbiose nel percorrere la strada che porta a questo livello; ed a tal proposito vi è un'antica frase di Lucio Anneo Seneca (4 a.C. – 65 d.C.) che rende magnificamente l'idea: “Per aspera sic itur ad astra” = **attraverso le asperità alle stelle**, a significare anche che non è un problema solo moderno, ma già anticamente si sapeva che la via che porta alle cose più elevate è irta di ostacoli, cosicché, sempre nutrendo speranza, coraggio e volontà, se nell'affrontare le prove non si mettono anche costanti impegno, pazienza, calma e sopportazione, si finisce o per rifiutare di proseguire per non dover mangiare il “sale” della sofferenza, o per perdersi di coraggio prima d'esservi giunti; in ogni caso tirandosi indietro la situazione non migliora, però può peggiorare anche di molto.

Checché dir se ne voglia, **la Terapia Energetica** è un sano mezzo a disposizione di chiunque (con Umiltà di “cuore”) voglia (sempre nei limiti di quanto possibile ad ogni singolo individuo) dirigersi verso quel traguardo: **ad ogni passo** si possono cogliere buoni frutti, così da sentirsi sempre meglio; ma, come già spiegato in precedenti articoli, non si deve mai dimenticare che il terapeuta energetico non è un mago e neppure ha il potere di cambiare il corso degli eventi, anche se l'Energia con cui opera non conosce limiti (come già detto, quest'Energia rispetta il libero arbitrio di ognuno e non impone neppure una “guarigione”); quindi **può** aiutare, fare da guida, **ma** è il paziente che deve sempre fare la sua parte se vuole raggiungere un miglioramento definitivo: se troppi sono i problemi per potersi assumere questo personale impegno, allora è meglio non cominciare neppure! . . . Non si è ancora pronti ad attraversare il “guado” ed affrontare quanto sta dall'altra parte.

Non è che con questo voglio cautelarmi, scaricando tutta la colpa dell'eventuale “insuccesso” (solo secondo il punto di vista polare) sul paziente; quello che desidero far capire è che:

- 1) Un effetto che non dura nel tempo è un risultato misero;
- 2) un effetto che ha richiesto tempo oltre che un esborso di denaro per essere ottenuto, è chiaro che porta la persona (purtroppo anche se non ha fatto la sua parte) alla speranza di non aver buttato tempo e soldi;
- 3) accorgersi d'aver sprecato tempo e denaro perché l'effetto gradatamente svanisce, da una parte porta a svalutare il trattamento cui ci si è sottoposti, dall'altra porta ad intristirsi, perdersi d'animo, rafforzando l'idea, specie se è in coda a molti altri tentativi falliti, d'essere in una situazione da cui non se ne verrà più fuori, aggiungendo quindi danno a danno.

Ora è chiaro che:

- far tante parole per qualcosa che non può ottenere risultati duraturi mi sembra alquanto **controproducente, perché** allora si potrebbe pensare che anche quanto detto riguardo ad altre tecniche ha lo stesso misero valore;
- così come il permettere a chi non comprende la necessità di fare la sua parte per guarire e vorrebbe che fosse il terapeuta a fare tutto da solo, di poter poi parlar male di questa Terapia **non è accettabile:**

- 1) sarebbe un **danno** per chiunque, pur avendone bisogno, venuto però a conoscenza della versione di coloro che (sperando nel miracolo) non si sono impegnati in prima persona e non hanno conseguentemente potuto risolvere il problema, non ritenendola quindi degna di fiducia non la prenderebbe neppure più in considerazione;
- 2) sarebbe un **danno** anche per coloro che come me lavorano utilizzando questa terapia per curare, giacché il loro lavoro verrebbe falsamente screditato; quasi fossero dei “venditori di fumo” che vogliono approfittarsi del dolore e della creduloneria altrui per riempirsi le tasche.

Ecco perché ci tengo ad evidenziare come l’impegno del paziente a fare quanto richiesto, sempre nel limite delle sue possibilità, ha una grandissima importanza: solo il paziente può **difendersi** da se stesso e guarire **curando** definitivamente se stesso. Come già altre volte ho evidenziato il nocciolo è: “**conosci te stesso**”. Per rendere la cosa più chiara, la si può paragonare al caso di chi per star bene deve seguire una determinata dieta: **il medico può** consigliarla, prescrivere farmaci, ecc.; **ma** se il paziente non la segue è tutto inutile, continuerà a non star bene e sarà colpa sua, non del medico.

**Un discorso a parte** meritano tecniche come ad esempio il Reiki, di cui possono tranquillamente fruire quei pazienti che non vogliono assumersi tale impegno; in questi casi, infatti, ci si limita a far fluire Energia e ad interventi esterni: ottengono sempre risultati positivi, che tuttavia non potranno che essere piccoli se chi vi si è sottoposto non fa seguire a questi interventi **un minimo** d’impegno personale per migliorarsi sfruttando quella carica che sente in sé dopo il ciclo di trattamenti, anche eliminando abitudini dannose e mutando quelle poco salutari, oltre che cercando consapevolmente d’agire conformemente a ciò che davvero è meglio per lei/lui: **l’acqua sempre va verso il basso; per farla risalire occorre lavoro.**

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 15 di 16

Per concludere voglio fare un po’ di chiarezza sul posto che occupa la Terapia Energetica in questo discorso relativo ad argomenti per tutti importanti come la bellezza, il benessere, la salute, la gioia, affinché risulti chiaro che non sono parole scritte con l’intento di affascinare, convincere e far soldi vendendo illusioni, perché **anche se non ha** la bacchetta magica, né l’abilitazione a far miracoli, questo terapeuta che:

- non è uno **psicologo**: questo professionista, infatti, consegue la relativa laurea magistrale, divenendo uno specialista che si occupa della psiche umana sia sul piano conoscitivo, impegnandosi ad accrescere le conoscenze al riguardo, sia sul piano clinico –operativo, cercando di comprendere ed accogliere la sofferenza, i vissuti e le domande di quanti a lui si rivolgono, al fine d’aiutarli ad acquisire maggior consapevolezza di se stessi, delle proprie difficoltà e potenzialità, acciocché possano metter ordine nella loro vita, modificare comportamenti dannosi, perdonarsi ed accettarsi per ciò che sono, onde poter agire in un modo migliore verso se stessi e gli altri;

- non è uno **psicoterapeuta**: questi è uno psicologo od un medico che ha seguito una scuola di specializzazione in psicoterapia: l'aspetto mentale umano è complesso, lo si può guardare da diverse angolazioni, infatti esistono varie scuole di psicoterapia (dir di più non è compito mio);

**può comunque fornire** un aiuto importante a chi si trova ad affrontare un momento difficile e non è consapevole di cosa ci sia sotto tutto ciò: molto importante è anche l'**aspetto metaforico della malattia**, che sovente si manifesta più distintamente durante e dopo un ciclo di Terapia Energetica. Personalmente ritengo che potrebbe essere interessante affrontarlo lavorando in **equipe** con altre figure sanitarie in un clima di leale collaborazione.

All'interno della continua ricerca di migliorare la propria situazione, gli esseri umani si rivolgono anche ad altre figure; tra queste, soprattutto quando si sentono tristi, disperati e soli, ve n'è una molto particolare per il ruolo che ricopre: il **sacerdote**. Mi è infatti capitato di sentire frasi del tipo "perché mai si dovrebbe andare dallo psicologo che ti costa, quand'è possibile andare dal prete che è senz'altro in grado di dare buoni consigli e per di più gratis?". Entrambe le figure intervengono tramite l'ascolto e l'appropriato uso della parola, entrambi sono legati al segreto riguardo a ciò che è stato loro confidato; però al sacerdote ricorrono solo coloro che appartengono alla stessa sua Fede, mentre per lo psicologo non ha importanza condividere la stessa Fede.

Sempre interessandomi a quanto ruota intorno alla ricerca di come agire per migliorare la qualità della vita di chi non si sente a proprio agio in questo mondo, ho preso in esame anche quest'aspetto dell'umano vivere: soprattutto per un terapeuta energetico l'aspetto "spirituale" è da tenere sempre e per primo in considerazione; nell'articolo del 01/11/2010 avevo infatti concluso evidenziando l'esistenza del **carattere spirituale della Terapia Energetica**, che prende in considerazione anche quest'aspetto di cui è permeata la vita di ognuno, a cui pochissimi però prestano l'attenzione che occorre. Ne farò ora un piccolo accenno.

L'attuale società di stampo occidentale valuta positivamente forse solo la vita attiva, a discapito della componente contemplativa, cosicché a patirne è anche la personale intimità di ognuno: da non intendersi come ricerca dell'intimità a qualsiasi costo (nell'esagerazione i rischi non mancano mai), bensì protezione della propria preziosissima **sfera intima**.

Se si fa attenzione è impossibile non accorgersi che, proprio nella nostra civiltà secolarizzata ed orgogliosamente poggiata sul sapere scientifico, gli individui sono assetati ed affamati dell'**aspetto trascendentale e misterioso della vita**; quasi un'insopprimibile e forse inconscia nostalgia per qualcosa che è necessario alla natura umana, ma si fa difficoltà a trovare; questa complicazione fa sì che il **rischio** d'avventurarsi su vie sbagliate sia molto alto. Come ho fatto presente nell'uscita del 01/05/2010, si respira un diffuso senso di scontento, di smarrimento. . . è bene riflettere se non è il caso di ripescare e rivisitare in modo intelligente qualcosa che per errore è stato considerato inutile e privo d'importanza. Le notizie stesse dei nostri giorni rendono evidente, infatti, a quali **orrori** si può giungere imboccando ed avanzando per vie "tenebrose".

È importante **non temere** di fronteggiare il **silenzio**, lontano dalle "mille luci e richiami" di questa realtà malata, e consapevolmente irrobustire il coraggio di affrontare la **solitudine**; comprendendo come i momenti in cui ci si trova davvero soli (cellulari, computer, MP3, ecc. spenti) non sono mai un fatto negativo, anzi, possono essere estremamente positivi poiché, superata la fase di **riflessione** su quanto è nei nostri pensieri, ci si può finalmente accorgere (l'aiuto di un buon maestro può essere importante) che si può andare oltre, accedendo alla **meditazione**: splendido mezzo per affacciarsi sul trascendente, imparando e traendo giovamento dalla sua misteriosa e benefica ricchezza; ottimo

strumento per riempire quel **pericoloso vuoto interiore** che vien mantenuto accuratamente vuoto dalle “mille luci e richiami” dell’illusoria realtà polare, cosicché s’impedisce il raccoglimento ed è quindi possibile siano in molti ad essere normalmente **insicuri senza averne coscienza**. Ma quando ci si trova a vivere situazioni veramente difficili, ecco che nella prova s’arriva alla resa dei conti e nell’individuo senza valide difese la disperazione senza grandi fatiche può fare il suo ingresso ed ogni illusoria protezione rivela la sua inconsistenza.

Molto importante in questi casi è non solo la moralità, ma la capacità di vivere secondo la **modalità dell’Essere** da parte di colui/ei o coloro a cui si ricorre per superare la difficile situazione che si sta vivendo: solo chi è davvero passato oltre può indicare l’Unica Via Sicura, anche se impegnativa, per passare indenni attraverso tutte le insidie che sono nascoste sul percorso.

A questo punto non si può non considerare come **tra le cause che** facilmente tolgono gioia, felicità, benessere e bellezza, ci siano situazioni dove un’**incomprensibile angoscia** riesce a rovinare tutto e mettere l’individuo in uno stato di continuo smarrimento; quasi una nebbia che contrasta la luce del Sole, toglie vivacità ai colori, nitidezza al paesaggio, portando un freddo umido e la paura, sua triste compagna, nell’anima: ecco che a volte può succedere che nel profondo nuoti la **sensazione d’aver disatteso un obbligo morale**, assai insidiosa soprattutto se il tutto è vago e la coscienza non ha le necessarie certezze.

Non è mia intenzione invadere il campo d’altri, però anche in questi casi l’intervento del terapeuta energetico può permettere a chi si trova in queste difficili situazioni di comprendere ciò di cui ha bisogno e trovarlo; magari rendendosi conto che è bene per lui/lei rivolgersi anche ad un sacerdote.

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)

BELLEZZA - BENESSERE - SALUTE - GIOIA parte 16 di 16

Ho parlato di fronteggiare il silenzio, irrobustire il coraggio di affrontare la solitudine, pericoloso vuoto interiore, meditazione, vivere secondo la modalità dell’Essere, Via Sicura, incomprensibile angoscia e vaghi sensi di colpa. A questo punto voglio inserire una piccola parte di quanto ha scritto Giambattista Torellò (1920 – vivente), sacerdote laureato in Medicina & Chirurgia e specializzato in Psichiatria, che ha preso in esame anche questo aspetto degli umani bisogni: molti sono i punti in comune con quanto ritengo dovrebbe prendere in esame il terapeuta energetico (secondo quella che è la **mia “idea” di terapeuta energetico**) anche riflettendoci su, meditando; tanto che sovente mi capita di leggere libri, o partecipare a congressi e convegni ove vengono date informazioni cui ero già arrivato in totale autonomia e magari già inserite in articoli, o scritti miei.

Con l’attenzione propria del **“pastore”** egli fa presente come un grande problema contemporaneo è la progressiva scomparsa sia del concetto che della coscienza del **peccato** (distingue la *peccato* = *colpa* dai suoi effetti, compresi quelli di peccati altrui per i quali si può soffrire senza averne alcuna personale colpevolezza; così come avverte che non va fatta confusione tra peccato ed insuccessi o sventure: sentirsi vinti e schiacciati dagli accadimenti della vita non vuol dire essere colpevoli) dalla mente degli esseri umani, che hanno sostituito l’idea stessa di peccato con processi psicologici e sociali, trascurando l’aspetto che riguarda la **colpevolezza morale**; evidenzia come l’aver coscienza

di ciò sia invece molto importante per coloro che (per l'educazione ricevuta, la mentalità acquisita, la consapevolezza raggiunta, ecc.) possono **guarire**, cioè placare quel senso di colpa che sta alla base di disturbi che in modo più o meno grave li affliggono, solo passando attraverso il pentimento, la riparazione, la Confessione e la penitenza.

Sottolineando come la religione consista nell'incontro tra la Parola di Dio e la risposta dell'essere umano, egli rende manifesto come effettivamente il peccato rientri nell'ambito delle **relazioni personali** tra uomo/donna ed il loro Creatore (che io chiamo UNITA') e sia conseguentemente un **atto che lede un amore personale**, essendo Dio prima di tutto Amore; ed ancora come sia questo fatto a motivare lo **strazio interiore** del sofferente, una ferita che porta con sé anche altri problemi, tra i quali il più grande è lo scompiglio emotivo che vien suscitato e che porta all'**angoscia**: evidenzia come solo nell'umile e serena accettazione della propria umana fragilità unita all'atto di pentimento si può beneficiare del conforto che porta la Confessione, che pacifica l'essere umano sano, permettendogli di riprendere serenamente e rinfrancato il proprio cammino.

Giustamente mette in evidenza che è stata registrata la protesta dello spirito oppresso da una forma d'esistenza umana erroneamente ritenuta più libera e ricca di opportunità; ed anche che i credenti di oggi hanno purificato la loro Fede da alcune incrostazioni razionalistiche ed antropomorfe; così possono muoversi con più disinvoltura nell'ambito della scienza e con più larghezza attingono ad una spiritualità meno devozionale e più teologica.

A tutto ciò collega il fatto che la Psicologia moderna non è in contrasto con la Mistica nel guardare alla **Coscienza** come al **centro di unificazione di tutta la personalità**. Come psichiatra affronta poi il problema del nervosismo psicosomatico, che non intacca la personalità dell'individuo nel suo nucleo, e quello decisamente più grave della nevrosi; come sacerdote affronta poi il discorso della falsa spiritualità, che impedisce lo sforzo ascetico e può portare al "nulla", e di contro quello della libertà dell'uomo/donna, che può condurre anche alla santità.

Come già prima non sono entrato in campi altrui, neppure ora mi metterò a disquisire su queste cose, che ho fatto presenti sia perché ritengo possa essere un bene per molti leggerle e rifletterci, sia per poter poi esporre come anche il terapeuta energetico può fare la sua parte in questi casi. Mi sembra ancora degno di nota sia il fatto che puntualizzi come il sacerdote e lo psicoterapeuta (essendo egli sia sacerdote che psicoterapeuta si può ritenere abbia le idee chiare a questo riguardo) non sono figure simili, quindi non possono prendere l'uno il posto dell'altro; sia il fatto che evidenzi come l'azione del **direttore spirituale** può essere molto importante ed in alcuni casi insostituibile per una perfetta integrazione di tutte le dimensioni della personalità dell'individuo al fine di portare l'essere umano ad essere pacifico, paziente e fiducioso; ragion per cui ritiene auspicabile una collaborazione tra direttore spirituale e psicoterapeuta.

Ho iniziato quest'ultima parte dicendo che volevo fare un po' di chiarezza sul posto che occupa la Terapia Energetica; bene, tutto ciò che causa situazioni di malessere per gli esseri viventi rientra tra quanto un terapeuta energetico può trovarsi a prendere in esame e curare, ecco perché ho trovato molti punti in comune con quanto rilevato da questo "pastore di anime"; è quindi naturale chiedervi d'estendere il titolo del presente articolo da voi all'Umanità intera, dopodiché riflettere su ciò che questo sacerdote evidenzia per rendervi conto di quanta parte ciò ha avuto ad esempio anche solo nell'avvento dell'attuale crisi finanziaria, lavorativa, ecc., e quanta ne ha anche nel fatto che è quasi impossibile ai "Grandi" trovarvi adeguata soluzione a livello mondiale; inoltre, restringendo la riflessione al particolare, notare alla base di quanti problemi che i singoli individui lamentano si trova. È nel saper riconoscerne la necessità, quindi ricercare e condividere una moralità sana, ampia e profonda che si trova il salvavita segreto che permette di goder buona salute globale tanto ai singoli che ai popoli, rendendo anche spontaneo l'aver cura dell'intero ambiente in cui si vive al

fine di garantire per sé e per tutti un futuro sereno: ognuno è un'unità, ma anche parte d'un'Unità più grande; ognuno ha quindi la sua piccola o grande parte di responsabilità in ciò che dice o non dice, fa o non fa: anche il non volersi esporre e fare la propria parte è una colpa, che a seconda dei casi è piccola o grande.

Questo mio è un lavoro in cui si **“onora” l'essere umano prendendosi cura** di persone in preda a difficoltà che sfociano in problemi più o meno gravi; poiché anche il terapeuta energetico **“onora” l'essere umano suo paziente prendendosi cura** con i mezzi a sua disposizione, ecco quindi che anch'egli **può trovare il suo spazio** e dare il suo contributo a vantaggio di chi soffre. Naturalmente non è abilitato ad assolvere dai peccati commessi, ma lavorando con un'**Energia** che proviene da quell'**UNITA'** nella quale trovano origine e ragion d'essere tutte le altre Unità, e che pur essendo potentissima si dimostra obbediente a quell'**UNITA'**, non può non voler a sua volta sempre più **“conoscere”** quell'**UNITA'** ed anche lavorare in unità d'intendimenti con l'**UNITA'**, quindi può senz'altro affrontare (maggiore sarà la consapevole maturità raggiunta dal terapeuta, migliore sarà l'intervento a lui/lei possibile) il discorso a livello spirituale-religioso ed eventualmente aiutare il paziente ad avvicinarsi al sacerdote, se questi si riconosce nel Cristianesimo, come pure, nel caso di appartenenza ad altre Religioni, a chi può portare valido aiuto all'interno della Religione in cui si riconosce: **indipendentemente dal proprio Credo religioso**, il terapeuta che fa esperienza di questa Energia Obbediente all'**UNITA'** ed ascolta il **“Sussurro Energetico”** può serenamente affrontare anche questo argomento sorretto dalla Sapienza dell'**UNITA'**, quindi nell'assoluto rispetto della sensibilità di chi si sta sottoponendo alle sue cure; **non si sostituisce** ad altre figure sanitarie, **ma può collaborare** con altre figure non solo sanitarie al raggiungimento del massimo bene d'ogni singolo, così da partecipare con la sua azione al massimo bene di tutto e tutti.

Può anche sembrare che sia andato fuori tema, tuttavia questi aspetti d'umana esistenza hanno un peso superiore a quanto si pensi, purtroppo con superficialità vengono **“cestinati”** come cose inutili; è invece necessario prenderli in seria considerazione per aiutare davvero in ogni situazione coloro che stanno attraversando momenti dove l'**insoddisfazione** può essere la **“punta di un iceberg”**: un peso a livello spirituale si riflette non solo su gioia, serenità e benessere, ma può anche **“offuscare”** la bellezza ed irrancidire la vita.

Un terapeuta energetico come io lo concepisco può intervenire pure a questo livello, unitamente ci potrà essere un lavoro di gruppo su tutti gli aspetti del mal-essere in collaborazione con altre figure: ben venga la feconda co-operazione.

Questo articolo è arrivato al suo termine. Come al solito è stato un **“volo d'aquila”** su vari punti e spero sia servito non solo a dare qualche spiegazione in più su ciò che faccio, ma soprattutto sul perché e sul come lo faccio.

Cordiali saluti a tutti.

Robino Mariano

Sito [www.marianorobino.it](http://www.marianorobino.it)  
e-mail [massoterapiaenergetica@localport.it](mailto:massoterapiaenergetica@localport.it)