

Analisi del piede in Riflessologia Plantare – 3

in riferimento ai quattro Elementi

Fin dall'antichità, in quasi tutte le culture, i quattro elementi sono stati considerati costitutivi del mondo e si riteneva che ogni cosa, visibile in cielo ed in terra, fosse ottenuta dalla combinazione alchemica di aria, acqua, terra e fuoco: come tali li ritroviamo in dottrine religiose, riti pagani e tradizioni magiche fin dai periodi arcaici. Tale concezione è presente in moltissime culture, se non in tutte, orientali e occidentali: greca, romana, indù, cinese, tibetana, giapponese, nello sciamanesimo dei nativi del Nord America e del Sud America, etc.

Sul sistema dei quattro Elementi sono stati costruiti sistemi religiosi, filosofici e medici in cui Aria, Fuoco, Acqua e Terra sono collegati al mondo sensibile e a quello spirituale; nella storia della filosofia occidentale troviamo varie scuole con questa base (Talete, Anassimandro, Anassimene, Pitagora, Platone, ...) e Ippocrate di Coa li applica alla natura umana: ai quattro elementi corrispondono quattro umori (bile gialla, bile nera, flegma e sangue) e quattro temperamenti. La predisposizione all'eccesso di uno dei quattro umori definisce una costituzione fisica, correlabile ad un carattere psicologico.

Al di là delle differenze nei vari sistemi che riguardano soprattutto il numero e il nome attribuito agli Elementi, discrepanze dovute ai diversi focus culturali di ogni tradizione, si possono evidenziare aspetti comuni.

I quattro Elementi sono le quattro qualità dell'universo sensibile, che hanno acquistato, nel tempo, significati simbolici ed esoterici, per cui diventano "essenza" della materia, modelli di rappresentazione, archetipi e chiavi di lettura della realtà fisica e spirituale.

Rappresentano il modo con cui le energie cosmiche si organizzano, sono simbolo delle modalità con cui si manifesta, nel mondo materiale, il Principio unico e originario, come il raggio di luce bianca che, passando attraverso un prisma, dà origine ai colori dello spettro visibile.

Sono chiavi di lettura della realtà, per cui grazie alle metafore e alle analogie con gli elementi terra, acqua, fuoco e aria, presenti in natura e accessibili ai nostri sensi, possiamo dedurre le corrispondenze tra microcosmo e macrocosmo, conoscere gli equilibri tra le forze, comprendere il modo in cui l'Energia si manifesta, si organizza e si muove.

Gli Elementi sono distinguibili per qualità e caratteristiche fisiche che, nel loro significato simbolico, sono stati collegati per similitudine a tutti gli aspetti della vita sul nostro pianeta sia a livello generale (ritmi stagionali e temporali, punti cardinali, fenomeni atmosferici, venti, colori, etc) sia a livello di singolo individuo (organi, funzioni, parti del corpo, sapori, emozioni, stati d'animo, etc).

Le qualità degli Elementi sono intuitive e semplici da riconoscere perché derivano dall'osservazione della natura e sono uguali in ogni parte del mondo: l'acqua è bagnata e in movimento, il fuoco scalda e

trasforma, la terra è solida e statica, l'aria è leggera e veloce; sempre dall'osservazione della natura, derivano le relazioni tra gli Elementi: il fuoco è sostenuto dall'aria e controllato da acqua e terra; la terra è ammorbidita da acqua e aria ed è rafforzata dal fuoco; l'acqua evapora in presenza di fuoco e aria mentre è contenuta dalla terra; l'aria è appesantita dall'acqua ed agitata dal fuoco.

Ogni organismo vivente, vegetale e animale, è composto da tutti gli Elementi che ne determinano le caratteristiche, in base a rapporti quantitativi e qualitativi. Gli Elementi sono sempre in equilibrio dinamico, si sostengono e si regolano a vicenda, coesistendo in modo fluido e armonico, con continui adattamenti in risposta alle fasi della vita e alle circostanze. Per uno stato di benessere ottimale, le energie degli Elementi devono mantenere questo equilibrio: ogni scompenso avrà effetto sulle funzioni somatiche, psico-emotive e mentali, fino all'instaurarsi della malattia, se la disarmonia non viene risanata.

Analisi del piede secondo i quattro Elementi

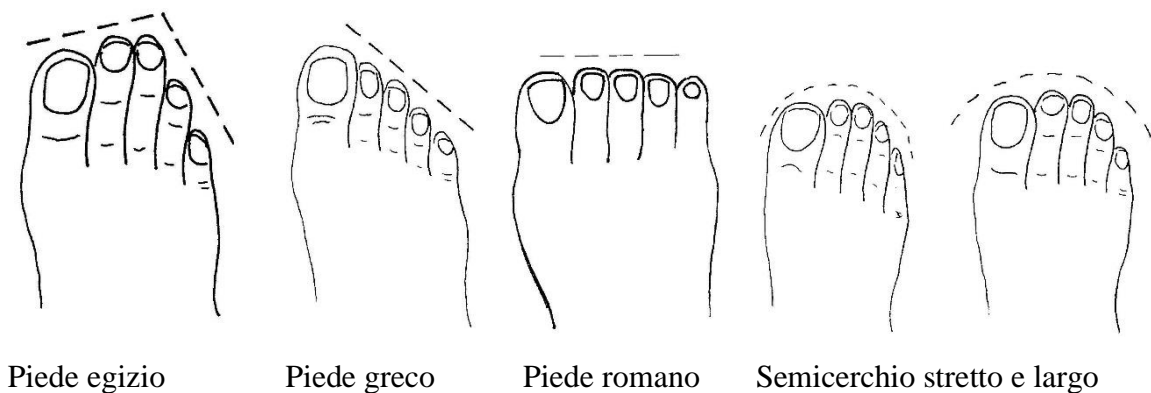
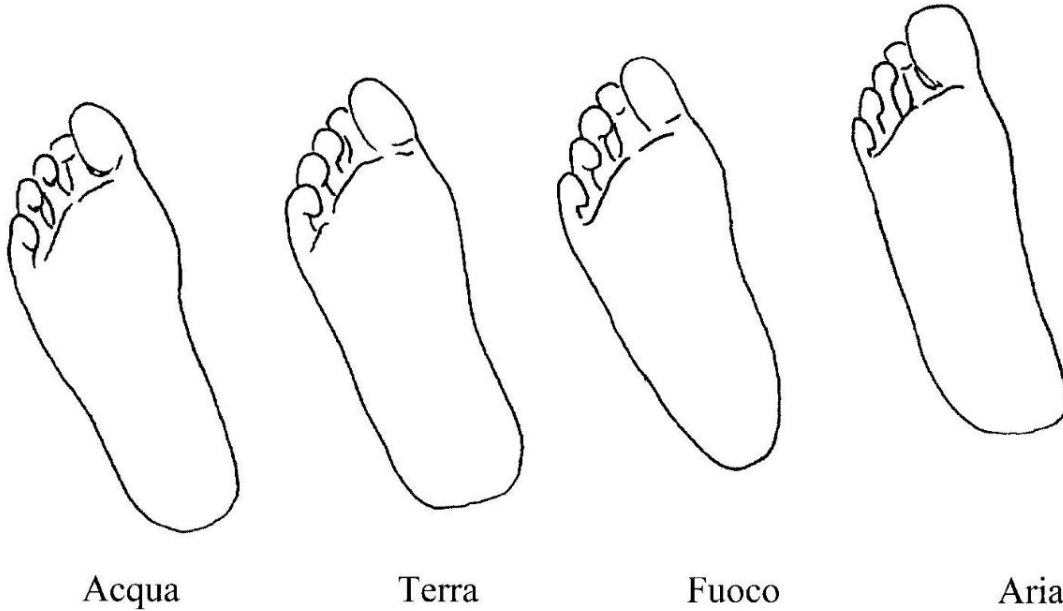
Ogni elemento è rappresentato in un'area specifica del piede: l'Aria è rappresentata dalle dita, il Fuoco dalla zona dei metatarsi, l'Acqua si esprime sul tarso e la Terra su tallone e caviglia: quando le quattro fasce del piede sono di uguale grandezza siamo di fronte ad una condizione di equilibrio tra gli elementi; più frequentemente le zone dei vari elementi si presentano con disuguaglianze più o meno ampie, fino ad arrivare ad una vera e propria predominanza di un elemento sugli altri, con la definizione delle tipologie Terra, Acqua, Fuoco e Aria, che indicano un particolare quadro fisico ed emotivo.

Ogni Elemento si presenta con caratteristiche inequivocabili e l'analisi si effettua individuando prima di tutto le qualità strutturali, determinate dal tipo di ossatura, dalla forma prevalente del piede, dal tipo di pelle, etc; tali caratteristiche non cambiano nel tempo e definiscono tipologia, potenzialità e predisposizioni di un individuo. In un secondo tempo si valutano le caratteristiche variabili, cioè le alterazioni temporanee come aree di diversa temperatura o colore, zone di variazione della pelle, etc che definiscono la situazione del momento. Tali alterazioni sono adattamenti a situazioni contingenti o a periodi di vita particolari quando è necessario attivare le qualità specifiche di un elemento. Per esempio, uno studente presenterà una prevalenza delle qualità Aria mentre in un adolescente le qualità Acqua saranno facilmente in eccesso; una persona 'a rischio di vita' perché disoccupato o in guerra dovrà sviluppare maggiormente le qualità Terra o chi sta per intraprendere un nuovo lavoro avrà un Fuoco più alto.

Normalmente, al variare della situazione, cessa anche la prevalenza dell'elemento.

Quando invece un'alterazione permane nonostante il variare delle situazioni, siamo di fronte ad uno squilibrio energetico con tendenza a cronicizzare o già cronicizzato; in tal caso sarà opportuno proporre alla persona dei cambiamenti nello stile di vita e utilizzare le tecniche a disposizione dell'operatore per sciogliere il blocco che si è creato e ripristinare la condizione originale; poiché le alterazioni croniche si

organizzano e strutturano in lunghi periodi, potrebbe essere necessario molto tempo per ristabilire la situazione originale.



(illustrazioni da Riflessologia Fisiognomica del piede - Minisini,Pizzini – M.I.R. edizioni)

Terra

La Terra è caratterizzata da un'energia densa, pesante: è solida, ha una forma propria, è stabile, lenta, poco dinamica. E' collegato all'elemento Terra tutto ciò che è duro e pesante, che produce materia e

peso. Fa parte della sfera Terra ciò che radica, ciò che sostiene, ciò che dà forma e che contiene, ciò che assorbe e che nutre.

A livello fisico le zone del corpo collegate alla Terra sono pelvi, gambe e piedi; gli organi associati sono ossa, tessuti connettivi e organi genitali;

Una persona con carattere Terra predominante è autonoma, responsabile, affidabile, con forte senso di identità e di appartenenza; è abitudinaria, preferisce la routine, fa resistenza ai cambiamenti.

Ha senso pratico, è una persona concreta, che realizza i suoi progetti, è ordinata e precisa, attenta alle esigenze materiali. Se c'è predominanza Terra forte, il carattere tende alla pigrizia e all'inerzia.

Caratteristiche Terra in analisi del piede

Un piede a predominanza Terra si presenta strutturalmente con pianta 'quadrata', massiccia, profilo delle dita 'in linea retta', ossatura grande e densa, cuscinetti pieni, unghie quadrate, tallone quadrato.

Normalmente è caratterizzato da pelle spessa e dura, tendente al colore giallo, con tessuti compatti e rigidi, legamenti e tendini corti e rigidi, unghie spesse e forti, temperatura fresca.

I segni di presenza di Terra sono calli e verruche, aree di pelle inspessita fino alla presenza di duroni o cheratosi, vasi sanguigni o macchie blu, calcificazioni, escrescenze ossee, unghie ipertrofiche.

Acqua

L'Acqua è sempre in movimento, risponde velocemente alle sollecitazioni, si adatta alla forma del contenitore o del terreno su cui scorre, è tradizionalmente associata al rinnovamento e alla rigenerazione; simboleggia il femminile, la ricettività, la mutevolezza, le capacità di adattamento e la sensibilità, rappresenta, quindi, il piano delle emozioni; la zona del piede è il tarso, corrispondente alla zona dell'addome.

A livello fisico sono collegati all'elemento Acqua tutti i fluidi del corpo, è l'Elemento che gestisce tutto ciò che è in soluzione, la depurazione, la secrezione, l'eliminazione attraverso i liquidi. Le funzioni collegate sono quelle degli organi che contengono liquidi in particolare apparati urinario e digerente.

Le caratteristiche Acqua in un individuo sono il dinamismo, la flessibilità, l'adattabilità, le doti di diplomazia e la capacità di rinnovarsi; il tipo Acqua odia i conflitti, è persona romantica, sensibile, spesso facilmente influenzabile, se la predominanza Acqua è forte, può essere contraddistinto da forti sbalzi di umore e la persona essere contraddittoria e 'lunatica'.

Caratteristiche Acqua in analisi del piede

Un piede a predominanza Acqua si presenta strutturalmente proporzionato all'altezza e nelle quattro parti, con pianta armonica, profilo delle dita a semicerchio largo, cuscinetti pieni e tumidi, tallone tondo, ossatura consistente ma snella, tessuti molli e spugnosi, pelle idratata e liscia. Normalmente è

caratterizzato da colore chiaro e pallido, tessuti gonfi, legamenti e tendini molli, unghie fini e umide, pelle umida, temperatura fresca.

I segni di presenza di Acqua sono zone di colore chiaro, gonfie, umide, fredde, edematose, pelle umida che si spela, zone ipotoniche, unghie micotiche, zone ipersensibili al tocco.

Fuoco

Il Fuoco è radioso e volatile, produce calore fino ad essere bruciante, è espansivo, attivo, trasforma la materia con cui viene a contatto. E' un elemento "maschile", rappresenta l'azione, la passione il piano delle intenzioni e della volontà.

Le zone del corpo riferibili al Fuoco sono il torace e le braccia, l'area riflessa in Riflessologia è la zona dei cuscinetti metatarsali, gli organi e gli apparati sono cuore e apparato cardiocircolatorio, polmoni e apparato respiratorio, muscolatura, in particolare quella della dinamica. E' collegato all'Elemento Fuoco tutto ciò che riscalda, quindi il calore corporeo, la produzione di energia, i processi di infiammazione.

Il carattere a prevalenza Fuoco è un carattere dinamico, che agisce rapidamente, buon pianificatore. Competitiva e coraggiosa, la persona Fuoco ha volontà e determinazione, tutte qualità che portano all'azione concreta. Il dinamismo si esprime anche con una buona dose di carisma. E' irruente, si infiamma e si spegne facilmente. Emotivamente tende alla collera e alla combattività.

Caratteristiche Fuoco in analisi del piede

Un piede a predominanza Fuoco si presenta strutturalmente di lunghezza e larghezza media, a pianta triangolare, i metatarsi più larghi del tallone anch'esso triangolare, profilo delle dita 'a punta', ossatura forte, tessuto muscoloso, cuscinetti ben rappresentati anche rossi e caldi; la pelle è morbida, luminosa e liscia. Normalmente è caratterizzato da colore rosso, temperatura calda, tessuto muscolare e tendini ipertonici, unghie ipertrofiche, pelle asciutta.

I segni di presenza di Fuoco sono zone rosse, calde, infiammate, piccoli foruncoli, pelle secca non rugosa né callosa, zone di ipertonìa.

Aria

Anch'essa elemento 'maschile', l'Aria è sempre in movimento e in espansione, leggera, instabile, si disperde facilmente; trasporta materiali e informazioni; rappresenta il piano mentale e del pensiero, simboleggia l'intelligenza, la creatività e la comunicazione.

La zona del corpo riferibile all'Aria va dalla base del collo alla sommità del capo, in Riflessologia è rappresentata dalle dita e dalla cresta ossea mediale, sedi degli organi di senso e del Sistema Nervoso Centrale. E' collegato all'Elemento Aria tutto ciò che è in movimento nel corpo; inoltre sono riferibili all'Aria la percezione esterna e interna, la trasmissione nervosa, l'attività mentale, il pensiero.

Una persona con componente Aria forte, è vivace, attiva, spesso incapace di stare ferma; intellettuale, intuitiva e creativa, ha sempre molti progetti aperti; ama le novità e i cambiamenti; è persona spesso

idealista, con la tendenza a fantasticare, bravissima inventare storie e raccontare favole; emotivamente tende all'ansia e all'insicurezza.

Caratteristiche Aria in analisi del piede

Un piede a predominanza Aria si presenta strutturalmente con piede lungo e stretto, a pianta rettangolare, ossatura lunga e sottile, tessuto poco rappresentato, tallone rotondo, profilo delle dita a semicerchio stretto, cuscinetti piatti e poco evidenti, pelle delicata e secca. Normalmente è caratterizzato da colore bianco, temperatura fredda, legamenti e tendini lunghi e ipotonici, pelle molto secca e ruvida, unghie che si sfaldano.

I segni di presenza di Aria sono zone 'vuote', fredde, secche, di colore chiaro, aree ipotoniche, pelle 'sfarinata'.