

(articolo rivista di medicina della Polonia)

LA SALUTE? E' AI VOSTRI PIEDI.....

*I benefici dell' **ON ZON SU**[®]
il massaggio zonale tradizionale cinese del piede*



“purtroppo nel mondo contemporaneo si dà troppa importanza alla testa e troppo poca ai piedi. Si privilegiano le attività intellettuali e sedentarie, e si cammina sempre meno. Le calzature sono considerate dal punto di vista estetico e non da quello del beneficio dei piedi. Tutti dovrebbero sapere, invece, che ad ogni problema nei piedi corrisponde uno squilibrio nella salute dell'organismo; occorre riscoprire i piedi e capirne la loro importanza per la nostra salute”.

Dolori muscolari ed articolari, mal di testa, tosse e bronchiti, stati d'ansia, sbalzi di pressione, palpitazioni, nausea, vomito.....ed altre decine di disturbi possono essere curati con un'antica arte taoista che studia il piede. Basta distendersi, rilassarsi e mettersi nelle mani esperte di un operatore di **ON ZON SU**, il massaggio cinese del piede per la salute.



按足重術

STORIA ED EVOLUZIONE DEL MASSAGGIO ZONALE DEL PIEDE IN CINA

Conosciuto fin dall'antichità, l' **ON ZON SU**[®] è una disciplina complessa e varia, che si avvale della stimolazione dei punti energetici del piede che hanno, il più delle volte, una relazione con il sistema dei meridiani d'agopuntura.

Fin dall'antichità s'insegnava nelle prime scuole Taoiste il massaggio terapeutico del piede **ON ZON SU**[®]. Gli antichi maestri Taoisti avevano individuato l'esistenza di correnti energetiche sul corpo umano e sui piedi, sulle quali si poteva intervenire permettendo di ristabilire all'interno dell'organismo uno stato d'equilibrio funzionale.

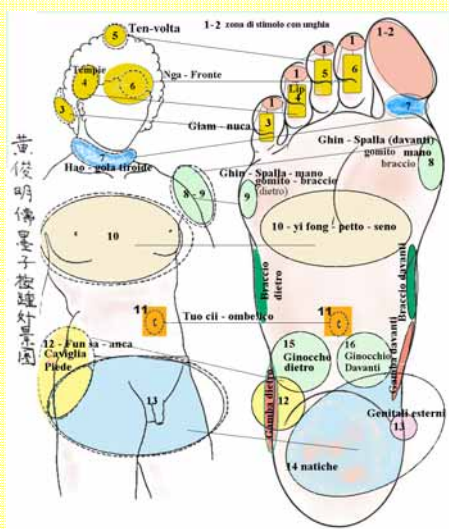
L'equilibrio energetico umano doveva essere in accordo con quello delle leggi della natura circostante, poiché l'organismo interagisce con il cosmo e con l'ambiente in cui si è adattato.



Le tre scuole dell'antica Cina

L'ON ZON SU® è un metodo di massaggio zonale del piede, un metodo per la salute, come prevenzione, mantenimento e cura. Serve per conservare e migliorare la salute, equilibrare e potenziare l'energia fisica e psichica.

Come metodo di cura fa parte della medicina tradizionale cinese. Si è tramandato nella conoscenza e nelle abitudini del popolo e dei maestri, dei medici e monaci Moisti, Buddisti, Taoisti ecc.



L'ON ZON SU® è un'arte della medicina manuale.

Il massaggio consiste in una serie di operazioni su certi punti e zone del piede ma coinvolge tutta la persona e interagisce con i meccanismi che mettono in rapporto la persona con l'ambiente in cui vive.

Nell'Antica Cina vi furono tre grandissimi uomini che diedero vita a tre grandi insegnamenti e influenzarono più di duemila anni di storia dell'oriente. Il primo, **Lao Zi** fu un gran maestro Taoista. Il secondo, **Confucio** fu un gran maestro della scuola morale. Il terzo, **Mak Zi** fu il fondatore del "Moismo" e il fondatore del massaggio O.Z.S..

Questo metodo era insegnato solo ad un numero ristretto di persone ed era trasmesso da maestro ad allievo. Da allora sono passate novantanove generazioni fino agli insegnamenti attuali del m° **Ming Wong C.Y.**, medico di Medicina Tradizionale Cinese e depositario del metodo.

Come agisce sull'organismo?

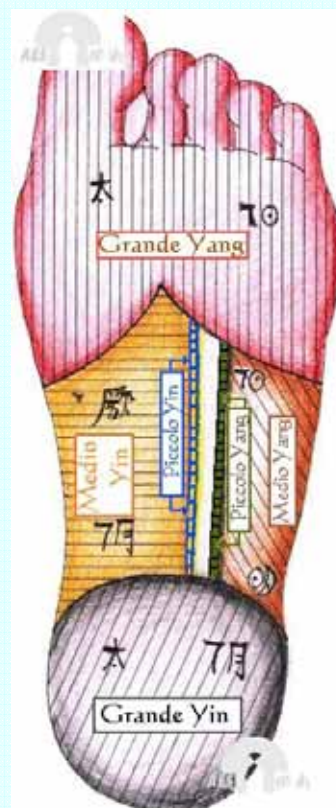
In primo luogo regola il sistema **In e Young**: il corpo umano non può vivere in armonia se questi due principi complementari che sostengono la vita nel suo interno non sono in equilibrio.



Se in certi momenti dell'esistenza, in seguito ad aggressioni esterne, o in caso di terreno già predisposto, uno dei due si trova in difetto, si ha l'inizio della sintomatologia e della malattia.

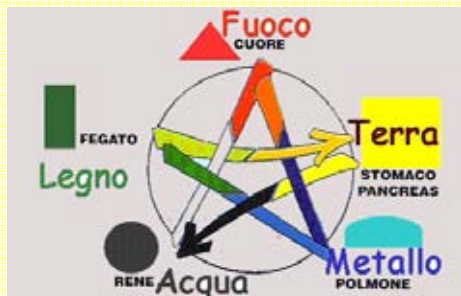
E' a questo livello che interviene il massaggio del piede "ON ZON SU®", tramite un sistema complesso d'azione di tipo energetico specifico, esso attiva all'interno del corpo meccanismi che vanno a controbilanciare gli effetti dannosi derivati dalle carenze del sistema d'equilibrio In/Young (che si può paragonare al sistema autonomo neurovegetativo ortosimpatico e parasimpatico).

Trattando le zone riflesse corrispondenti alle funzioni organiche riportate nelle "Tavole", si schiaccia centinaia e centinaia di cellule i cui elementi ionizzati dominanti nel loro interno, fuoriescono. Sono accolti nel flusso del liquido intercellulare e finalmente eccitano le sottili ramificazioni terminali dei nervi parasimpatici. La velocità di conduzione dell'impulso nervoso è molto grande, il sistema parasimpatico provoca una stimolazione delle cellule dell'organo che si trova in rapporto energetico con il punto o la zona stimolata.



L'equilibrio dei 5 elementi della natura

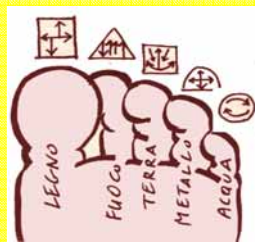
I cinque elementi, rappresentano la struttura (energetica) fondamentale che permette all'uomo di stabilire un dialogo con l'ambiente esterno. Al fine di sostenere le regole di questo dialogo, l'uomo ha cinque organi come supporti funzionali dei cinque elementi: fegato (gon o gan), cuore (sam o xin), milza (pei o pi), polmone (fai o fei), rene (san o shen).



Nel piede si possono localizzare i cinque elementi che, prima di materializzarsi sulla terra, dove hanno assunto la loro natura individuale, erano un tutto indistinto collocato nell'universo. Ogni essere per vivere ha bisogno di questi 5 elementi in armonia.



L'ON ZON SU è un massaggio che permette di riequilibrare il funzionamento organico secondo le leggi che governano i cinque movimenti.



L'ON ZON SU® COME ARTE MEDICA OLISTICA

Risulta efficace perché considera il corpo umano non come un insieme meccanico di articolazioni, muscoli, e tendini, bensì come un organismo sensibile, che per mantenere la vitalità e quindi il suo perfetto stato di salute, deve essere mantenuto in equilibrio in tutte le sue parti. Curare l'insieme della persona anziché il sintomo o la malattia è il principio su cui si fonda il pensiero medico Cinese e questa scienza. Tutto questo ha infatti delle basi che sono scientifiche, anatomiche e fisiologiche. Eseguendo esami biologici di laboratorio si sono verificati miglioramenti dei parametri corrispondenti ai meccanismi difensivi dell'organismo (es. aumento globuli rossi, bianchi etc.)

ON ZON SU® come metodo diagnostico

Il metodo permette di osservare e comprendere lo stato di salute di un organismo attraverso le sue estremità. E' stato infatti accertato che gli organi interni sono in comunicazione con la pelle attraverso "linee di riflesso" che giungono sino alla superficie corporea, lasciando su di essa un segno tangibile dello stato degli organi interni stessi.



Il piede è un vero e proprio organo sensorio ricco di terminazioni nervose e racconta tutto di noi, basti pensare come l'atteggiamento posturale si rifletta sul piede. Per esempio, la disfunzione di un organo può portare ad una contrazione del muscolo ad esso adiacente con la conseguenza di modificare la posizione del bacino e i carichi sul piede.

I punti e le zone riflesse del piede con la loro conformazione e le loro anomalie (colore, righe, gonfiore ecc.) ci parlano di disfunzioni del distretto organico corrispondente, e allo stesso tempo sono i punti e le zone che una opportuna stimolazione con tecnica di ON ZON SU, ha un effetto terapeutico sull'organo corrispondente.

che cosa cura l' ON ZON SU®?

- Cura tutte le affezioni muscolo scheletriche e neurologiche quali artrite, lombalgia, cefalee, nevralgie, sciatica, tendinite. E' utile nelle turbe mentali ed emozionali. Si sono avuti discreti risultati nella cura delle affezioni cutanee: acne, eczema, herpes. E' indicato nelle malattie relative ad orecchie, naso, gola e nei disturbi dell'apparato genitale, urinario e riproduttivo.
- Regolarizza l'equilibrio ormonale, è utile nelle malattie funzionali degli organi interni e degli apparati cardio-circolatorio e respiratorio. E' indicato nei disturbi della digestione e dell'apparato digestivo e intestinale: cura le emorroidi, la colite, la dispepsia, l'aerofagia, il meteorismo, nelle allergie e nell'asma.

La divulgazione

L'On Zon Su® è il massaggio del piede secondo la scuola del Maestro Mak Zi, che nel 500 a.C. ordinò le conoscenze antiche e iniziò una tradizione di massaggio di grande efficacia. Il Maestro in Medicina tradizionale Cinese **Ming Wong C.Y.**, Studioso e ricercatore delle scienze e delle arti di lunga vita, appartiene alla 100° generazione della trasmissione dell'insegnamento di Mak Zi, si è laureato alla Scuola di Medicina di Canton, si è specializzato presso l'Istituto di Medicina Tradizionale di Shanghai. Ha esercitato la professione in Cina e a Hong Kong, dove era membro del Consiglio Distrettuale della Sanità.



In Oriente ha pubblicato diversi libri di Medicina Tradizionale, di Arti Marziali, di Tai Ki Kung come principale autore e curatore per l'Istituto di Ricerca in agopuntura di Hong Kong. Ha tenuto cicli di conferenze presso Università e Istituti in Corea, Giappone, Taiwan, Filippine e Cina. Ha viaggiato per tutta la Cina, per scoprire i più autentici medici tradizionali, presso i quali apprendere ogni specie di cura tradizionale.

Studioso e ricercatore, una trentina d'anni fa è stato invitato in Europa per insegnare le arti cinesi per la salute, e da allora tiene in Italia corsi di Medicina Tradizionale, agopuntura, Tai Ki Kung, Cau (moxa) e **ON ZON SU®**.

Ha pubblicato vari testi di MTC quali *Erboristeria Italo-Cinese*, *Antichi segreti di guarigione taoista*, *Insegnamento di Tai Ki Kung Sam Fung*, *Medicina Cinese e sport*, *Iniziazione all'ON ZON SU e Cau* ed. mediterranee.

Attualmente membro dell'Associazione Professionale Svizzera di Medicina Tradizionale Cinese, membro de la Société Internationale d'Acupuncture dal 1973, membro de la Acupuncturist Assoc. H.K. Cina

Il M° Ming Wong C.Y. ha divulgato l'ON ZON SU® in Italia, in Polonia, Croazia, Austria, Argentina, è il supervisore della scuola professionale di ON ZON SU® Italiana, L'On Zon Su School che organizza corsi annuali, biennali e triennali dal 1999 è attiva nelle sedi italiane di Brescia, Verona, La Spezia e Roma

La scuola professionale di ON ZON SU®

I corsi professionali di massaggio zonale tradizionale cinese del piede ON ZON SU®, hanno luogo in Italia nelle sedi di Brescia, Verona e La Spezia con cadenza annuale, biennale e triennale.

Il modulo annuale ha una durata di 8 fine settimana per un monte ore complessivo annuale di 96, il percorso formativo completo è triennale di 24 fine settimana. I corsi sono attivi dal 1999.

Tra i docenti, Andrea Bonotti con esperienza pluri decennale nel campo lavorativo del massaggio del piede e il m° Wong, caposcuola in Italia e depositario del metodo ON ZON SU®.

Il programma didattico e le finalità del corso si possono consultare all'indirizzo web: <http://www.riflessologiaplantare.info>



Collaborazioni nel campo della sperimentazione sulle Discipline Bionaturali per il Benessere, con Istituzioni Pubbliche e private in Italia:

- **l'ASL n. 20 di Verona:** dipartimento attività socio sanitari integrate; centro di accoglienza diurno per disabili mentali e persone down.
- **Brescia:** attività socio sanitarie Pubbliche e/o private: Centro diurno Anziani.
- **Ventimiglia:** S.P.E.S. Associazione AUSER parenti e amici di Portatori di handicap

Un essere umano è parte di un intero chiamato universo. Egli sperimenta i suoi pensieri e i suoi sentimenti come qualcosa di separato dal resto: una specie di illusione ottica della coscienza. Questa illusione è una specie di prigione. Il nostro compito deve essere quello di liberare noi stessi da questa prigione attraverso l'allargamento del nostro circolo di conoscenza e di comprensione, sino ad includere tutte le creature viventi e l'interezza della natura nella sua bellezza.
Albert EINSTEIN