



Corso di Diploma  
in

## **OPERATORE OLISTICO**

*Indirizzo e Specializzazione*

### ***TECNICHE DEL MASSAGGIO BIONATURALE PER IL BENESSERE***

#### **Massaggio Olistico “Armonia delle Quattro Stagioni”**

Tesi di **STEFANIA FIORINI**

Relatrice: Mirella Molinelli

GIUGNO 2015



#### **Centro di Ricerca Erba Sacra**

*Associazione Culturale per la Conoscenza e lo Studio di Discipline  
orientate al Benessere Psicofisico della Persona*

**Scuola Tecniche del Massaggio – G.T. LIGURIA**



*ACCADEMIA OPERA – Scuola Tecniche del Massaggio  
Direttrice Mirella Molinelli: Reg. Prof.le ASPIN codice GE-0025-OP-F*

## Indice

|            |                                                                                           |    |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| CAPITOLO 1 | INTRODUZIONE .....                                                                        | 3  |
| 1.1        | COMPRENDERE UN PERCORSO DI VITA .....                                                     | 3  |
| 1.2        | DALL'ESTERNO ALL'INTERNO: LA CONSAPEVOLEZZA DEL SÈ OLISTICO.....                          | 6  |
| 1.3        | DALL'INTERNO ALL'ESTERNO: L'APPROCCIO OLISTICO .....                                      | 8  |
| CAPITOLO 2 | IL TRATTAMENTO OLISTICO.....                                                              | 13 |
| 2.1        | ACCOGLIENZA DEL RICEVENTE .....                                                           | 13 |
| 2.2        | COLLOQUIO PRELIMINARE E VALUTAZIONE DEL RICEVENTE .....                                   | 14 |
| 2.3        | EFFETTI POSITIVI DEL TRATTAMENTO OLISTICO .....                                           | 16 |
| 2.4        | STORIA DEL MASSAGGIO: IL PIÙ ANTICO E NATURALE SISTEMA DI CURA .....                      | 17 |
| 2.5        | CONTROINDICAZIONI E ZONE INTERDETTE AL TRATTAMENTO OLISTICO .....                         | 19 |
| 2.6        | I TIPI DI TRATTAMENTI OLISTICI .....                                                      | 20 |
| 2.7        | ASPETTO AROMATERAPICO DEL TRATTAMENTO OLISTICO .....                                      | 22 |
| 2.8        | ASPETTI RIFLESSOLOGICI E PSICOSOMATICI DEL TRATTAMENTO OLISTICO: OSSERVAZIONI ..          | 24 |
| CAPITOLO 3 | L'OPERATORE OLISTICO.....                                                                 | 27 |
| 3.1        | DEFINIZIONE DELLA FIGURA DI OPERATORE OLISTICO .....                                      | 27 |
| 3.2        | REGOLAMENTAZIONE DELLA PROFESSIONE DI OPERATORE OLISTICO.....                             | 27 |
| 3.3        | LEGGE 4/2013 PER LA PROFESSIONE DI OPERATORE OLISTICO .....                               | 29 |
| 3.4        | CODICE DEONTOLOGICO PER GLI OPERATORI OLISTICI .....                                      | 36 |
| CAPITOLO 4 | IL MASS. OLIS. "ARMONIA DELLE QUATTRO STAGIONI" .....                                     | 44 |
| 4.1        | ISPIRAZIONE PER IL MASS. OLIS. "ARMONIA DELLE QUATTRO STAGIONI" .....                     | 44 |
| 4.2        | PRIMA PARTE DEL MASS. OLIS. "ARMONIA DELLE QUATTRO STAGIONI": PRIMAVERA .....             | 45 |
| 4.3        | ESTATE.....                                                                               | 48 |
| 4.4        | SECONDA PARTE DEL MASS. OLIS. "ARMONIA DELLE QUATTRO STAGIONI: AUTUNNO E<br>INVERNO ..... | 49 |
| 4.5        | CONCLUSIONE DEL MASSAGGIO .....                                                           | 51 |

Materiale grafico pubblicitario

Bibliografia

Ringraziamenti

## **Capitolo 1 Introduzione**

### ***1.1 Comprendere un percorso di vita***

Mi hanno sempre definito una ragazza con la testa sulle spalle, responsabile e molto determinata. All'epoca della scelta delle Scuole Superiori i miei genitori mi consigliarono di intraprendere un percorso di studi "razionale" e "sicuro, cioè quello dell'indirizzo di Ragioneria. Così avrei avuto più possibilità di trovare un lavoro finiti i 5 anni di studi. Quello che invece ricordo è una passione verso la Fitoterapia che nacque in quegli anni e che mi portò a chiedere, dopo la Maturità conseguita peraltro con ottimi voti, ai miei genitori di farmi intraprendere un Corso di Erboristeria per corrispondenza. La cosa non andò a buon fine perché si rivelò una truffa – ahimè – ma la voglia di conoscere e di capire come funzionasse un tipo di cura "alternativa" stava crescendo dentro di me e si faceva strada. Il mio sogno era quello di aprire una piccola Erboristeria dove mi vedevo chiacchierare e consigliare le persone sulle erbe migliori da utilizzare per magari risolvere piccoli problemi quotidiani di fastidi o inconvenienti di salute. A quei tempi, nel 1990, per poter diventare Erborista bisognava iscriversi alla Facoltà di Farmacia e la matematica non era il mio forte. Allora desistetti e scelsi di frequentare il Corso di Laurea in Lingue e Letterature Straniere Moderne, lasciando completamente nel dimenticatoio il Diploma di Ragioneria e Programmazione che non sentivo essere conforme ad una natura più esoterica e molto meno razionale e pragmatica di quella che appariva alle persone a me vicine. Di libri che parlavano di infusi e decotti cominciai a comprarne parecchi e ciò che incominciò ad affascinarmi sempre di più era il fatto che la Medicina Moderna aveva attinto molti dei principi attivi dalle proprietà delle piante e questo iniziò a farmi riflettere su quanto l'idea di salute e benessere potesse essere molto più ampia di quello che era il messaggio mediatico che veniva passato alla massa. Amici e parenti mi cominciarono a "consultare" per avere consigli su quali tipi di erbe utilizzare per

poter risolvere disagi momentanei quali magari problemi digestivi, da raffreddamento, o di disturbi del sonno. A me piaceva molto sentirmi utile in quel senso e la curiosità di capire i principi attivi di base e i meccanismi intrinseci di funzionamento delle piante era sempre più forte. Dalla Fitoterapia mi sono poi accostata ad altri tipi di letture alternative passando attraverso la Fisiognomica, utilizzo dei Fiori di Bach, lo studio delle Fasi lunari<sup>1</sup> per migliorare la qualità della mia vita e quella delle persone a me vicine e care. Finita l'Università sono poi partita per gli Stati Uniti d'America, dove ho vissuto per quasi tre anni, venendo a contatto con quella che è definita la Terra dei Figli dei Fiori, cioè la California e in particolare la zona di San Francisco dove nacque il movimento Hippy negli anni '70. Ricordo i primi negozi di prodotti biologici, venduti sfusi, i ristoranti vegetariani e tutte le associazioni che proponevano corsi di yoga, meditazione o incontri per avvicinarsi all'idea di amore universale. Insomma si respirava un'aria di Natura e io mi sentivo "a casa", pienamente in sintonia con l'atmosfera circostante. Incominciai a studiare per diventare Graphic Designer, andando sempre più incontro alla mia parte fantasiosa, creativa e libera. Rimasi in stato interessante e cominciai a praticare Yoga Prenatale, un'esperienza meravigliosa che mi ha accompagnato fino alla fine della gravidanza. Infine la scoperta della Doula, questa figura professionale di "donna che aiuta la donna" nel percorso prenatale fino al travaglio e al post-parto. Si capisce come, in una società come quella americana dove i figli si distaccano dalla famiglia di origine andando magari ad abitare molto lontano, sia stato necessario attribuire ad una persona esterna quel ruolo che da noi in Italia è stato sempre ricoperto dalla madre o da una donna di famiglia oppure dalla Balia asciutta che una volta faceva nascere i bambini e si prendeva cura della partoriente. Essendo la madre fisicamente lontana, il vuoto è stato ricoperto da questa Doula che è molto più competente in termini di conoscenze tecniche, ma ha la stessa sensibilità e desiderio di prendersi cura dell'altra donna come se fosse una madre o una sorella. Decidemmo di assumerne una di nome Summer (ed era veramente estate del '99) che ci aiutò ad avvicinarci al momento del travaglio e del parto con una naturalezza e

consapevolezza straordinarie. Insegnandomi a controllare il dolore e a gestirlo con la respirazione adeguata mi ha portato, dopo quasi 18 ore ad avere la mia bambina come si faceva un tempo, senza bisogno di medicinali di supporto o antidolorifici inutili. E anche la fase di allattamento al seno è stata meravigliosa grazie ai suoi consigli molto tecnici e pratici. Anche in quel caso sentivo dentro di me il richiamo forte verso sistemi di trattamento non invasivi, ma derivati dal semplice utilizzo di conoscenze antiche e ben consolidate e sempre di tipo naturale. Rientrata in Italia nel 1999, ho affidato la cura della mia bambina ad una Dottoressa Omeopata e quindi ho cominciato ad accostarmi a questo tipo di cura “alternativa” i cui principi hanno cominciati ad affascinarmi sempre di più, tanto da portarmi verso letture approfondite. Poi è arrivata la scoperta del Reiki in un momento molto critico della mia vita, coinciso con la separazione da mio marito. Avevo un’amica che era Master Reiki e mi consigliò vivamente di intraprendere anche questo cammino, verso la conoscenza dell’energia universale che ci circonda e che può essere davvero un valido sostegno e aiuto. Quindi il Primo Livello di Reiki secondo il Metodo Usui è arrivato a febbraio del 2009 e poi il Secondo Livello l’anno successivo. Da allora ho fatto Reiki di Primo Livello, ma molto di più Reiki a distanza, ottenendo vari feedback positivi sulle persone a cui lo facevo.

Infine la Riflessologia Plantare sempre nel 2010: spinta dalla curiosità di sapere cosa fosse e capirne il funzionamento e le applicazioni pratiche su di me (essenzialmente perché in quel periodo ancora cercavo una mia personale via al benessere ed equilibrio interiore ed esteriore). L’insegnante Francesco Maltoni opera da molti anni nella zona di Forlì dove ha un suo studio e gli esempi pratici che ci portò durante il corso, nonché le varie esercitazioni, furono alquanto stimolanti ed interessanti. Già in quelle occasioni ho scoperta la manualità dei gesti, l’utilizzo delle mani per portare benessere agli altri con tocchi, impastamenti, leggeri stiramenti. E ho iniziato a praticare massaggi “casalinghi” alle persone di famiglia, sentendomi dire che “avevo delle buone mani” e un tocco energico e caldo. Sulla scia di questa nuova consapevolezza, ho deciso di partecipare, per curiosità, ad un weekend di Massaggio Rilassante Base tenutosi a marzo del 2013.

Durante quel weekend ho realizzato come tutto quello che era accaduto prima, i vari Corsi fatti, le letture, ecc rappresentassero i pezzi di un puzzle, che fino ad allora erano sparsi sul pavimento della mia vita. Da lì l'idea di iniziare il percorso per diventare Operatore Olistico del Benessere specializzato in tecniche Manuali mi è sembrata la naturale conseguenza per ricomporre il PUZZLE: dare finalmente una struttura organica agli studi del passato, alla curiosità di sapere e conoscere sempre di più di tutto ciò che è capace di farci stare bene, creando un ponte armonico tra il "dentro" di noi e il "fuori". Il cosiddetto "BENESSERE" che tutti ricercano e che è il delicato equilibrio tra la mente, il corpo e lo spirito che nella società attuale è molto spesso dimenticato e cancellato dalla fretta e dal desiderio di realizzazione materiale.

## ***1.2 Dall'esterno all'interno: La consapevolezza del Sè Olistico***

Una volta compreso il messaggio che l'Universo mi stava inviando, ho cominciato a riflettere sul concetto di "Olismo" (Il termine deriva dal greco "holos", significa "integrale") e su quanto in realtà esso permei tutta la nostra vita. Il "Tutto" è in realtà alla base del nostro vivere quotidiano: il nostro Benessere non è altro che una sensazione di equilibrio interiore che si riflette in uno stato esteriore e viceversa. "Tutto" ciò che sta dentro di noi ha un suo riflesso nel "Tutto" che sta al di fuori, il nostro abito. Uno non può prescindere dall'altro in una connessione fatta di messaggi continui e costanti che la nostra Mente coordina. Quando la nostra parte interiore, la nostra Psiche e il nostro Inconscio, invia messaggi alla Mente, questa li elabora e produce un ulteriore imponente messaggio che si tradurrà in un effetto fisico. Se il messaggio è positivo avremo uno stato di Benessere, mentre se il messaggio è negativo avremo uno stato di Malessere. Comprendere questo meccanismo fondamentale del funzionamento dell'Uomo è stato per me una rivelazione e un'illuminazione che mi ha aperto ad una visione della vita molto più profonda. Questo delicato rapporto è studiato e compreso

molto bene dalla Psicosomatica, scienza alla quale mi sono avvicinata con un'iniziale perplessità, ma che poi ho iniziato ad apprezzare in modo sempre più crescente e alla quale faccio riferimento, oramai, con sistematicità. Come spiega Claudia Rainville, fondatrice della *Metamedicina*, nel suo dizionario<sup>1</sup> e nel suo libro "Ogni sintomo è un messaggio – La guarigione è a portata di mano"<sup>2</sup> in cui analizza e prende in considerazione oltre 1300 differenti disturbi e malattie, frutto di venticinque anni di ricerche, scoprire le chiavi dell'autoguarigione è possibile. Ognuno di noi può diventare medico di se stesso e partecipare attivamente alla creazione di una nuova coscienza. Un dizionario che può essere considerato un riferimento assoluto per quanto riguarda la medicina olistica, dolce o alternativa. La Metamedicina è nata nel 1987. La radice greca di «meta» significa «andare al di là», mentre in lingua pali lo stesso termine significa compassione. Queste due diverse origini etimologiche traducono alla perfezione la natura della Metamedicina, che vuole essere una medicina compassionevole, che va al di là di ciò che è cosciente e si propone l'obiettivo di risvegliare le coscienze. Solitamente viene presentata la metafora dell'iceberg: la medicina si prende cura della parte visibile dell'iceberg, ovvero dei sintomi, dei dolori e delle anomalie, come le infezioni, attraverso la cura degli agenti causali (per esempio i virus o i microbi). La Metamedicina rivolge le sue attenzioni alla parte sommersa dell'iceberg, cura ciò che non si vede, e che spesso è assolutamente sconosciuto, poiché inconsapevole e racchiuso nella memoria emotiva. La Metamedicina vuole scoprire le origini della malattia, del dolore e del disagio che manifestiamo nella nostra vita. Contrariamente agli approcci che si propongono soltanto di spiegare le cause dei diversi disturbi e malattie, la Metamedicina si propone piuttosto di comprenderli.

---

<sup>1</sup> Rainville C., ***Il Grande Dizionario della Metamedicina***, Sperling & Kupfer, 2010

<sup>2</sup> Rainville C., ***Ogni sintomo è un messaggio***, Amrita, 2000

### ***1.3 Dall'interno all'esterno: l'approccio olistico***

La nostra educazione degli ultimi decenni, è divenuta sempre più meccanicistica: l'uomo occidentale di oggi, che aveva riversato una fiducia incondizionata nella possibilità delle sue scienze e della sua tecnologia, inizia ad essere insicuro e frustrato. Gli indubbi mutamenti del tenore di vita e della salute fisica, il maggior tempo e i mezzi a disposizione per i suoi hobby e per i suoi ideali non hanno aumentato la felicità personale e collettiva. Le malattie infettive sono realmente diminuite di frequenza e gravità, ma le affezioni gravi, le cosiddette malattie del benessere, che di benessere non hanno proprio niente, sono nettamente aumentate di frequenza. I tumori maligni, le forme invalidanti ed insanabili sono cresciute e dismisura. L'aumento deciso dell'età media e dell'aspettativa di vita spesso non porta ad altro che ad anziani e persone non autosufficienti sempre più sole e disperate che trascinano i loro giorni da un ospedale all'altro, con uno stato fisico e mentale sempre più deteriorato fino a che non terminano miseramente la loro vita in Case di Riposo, magari ben organizzate e confortevoli, ma che in definitiva non rappresentano altro che un triste parcheggio in attesa della morte. Molte persone, più lungimiranti e sensibili di altre, hanno compreso che prima o poi sarebbero arrivate ad una situazione di questo genere indipendentemente dal successo sociale o economico, o del potere e delle ricchezze accumulate in vita: l'uomo utilizzato e sfruttato come bene di consumo. Dal punto di vista tecnologico questa è la situazione ottimale; del resto in una società votata al consumo, tutto viene usato e poi abbandonato in discarica, umani compresi. Questa non può essere una strada accettabile per le persone più sensibili e sinceramente interessate al loro destino e a quello degli altri uomini. Le religioni occidentali danno una soluzione all'uomo dopo la morte, ma molti vogliono vivere e la soluzione la vogliono nella vita. Ormai quasi nessuno crede più in un paradiso o in un inferno o in qualcosa del genere. Quindi l'attenzione si è rivolta all'Oriente o alle antiche tradizioni occidentali in parte

dimenticate.

Il mistero della vita umana, la ricerca del profondo significato della nostra esistenza spingono di nuovo prepotentemente alle soglie della coscienza. Ognuno vuole recuperare il suo ruolo di essere umano unico ed irripetibile, in contrasto con la massificazione televisiva ed il consumismo.

Abbiamo in realtà la possibilità di gestire il nostro destino. E' per questo che tradizioni orientali come il Buddismo o l'Induismo nelle loro molteplici accezioni, stanno vivendo un boom incredibile in tutto l'occidente industrializzato. In tale ottica va compreso anche il grande successo di MAESTRI contemporanei come Osho, o lo sciamanesimo di Carlos Castaneda, le religioni amerinde antiche, con le loro prove fisiche tradizionali, le camminate sui carboni ardenti o il rebirthing vengono praticate ogni giorno da un sempre maggior numero di persone.

Forse sarebbe necessario un approfondimento sociologico di questo fenomeno di dimensioni planetarie, tutt'ora scarsamente esplorato. Senza riferirci a tutto questo non possiamo neppure comprendere la rinascita di tutte le antiche medicine sciamaniche, energetiche, spirituali, della pranoterapia, agopuntura, omeopatia, ayurveda, erboristeria. Parallelamente a queste, sia come sincretismo, sia come insorgenza di effettive nuove correnti, si sono affermati nuovi modi di fare medicina, come l'uso dei fiori di Bach<sup>3</sup>, la macrobiotica, il Reiki e moltissime altre.

Ma cerchiamo di capire cosa sta succedendo: l'Uomo, nella convenzione medica attuale occidentale ufficiale, è considerato una struttura esclusivamente fisica, un insieme di cellule, molecole, atomi intercorrelati. Il suo comportamento, i suoi istinti, le sue pulsioni, i suoi ideali sono visti come mere interazioni di ormoni e di altre sostanze chimiche. Una malattia è considerata uno squilibrio di queste complesse interazioni, squilibrio che in molti casi è visto come originato in modo del tutto casuale. Una visione meccanicistica si è diffusa anche nel campo psicologico e psichiatrico: malattie come la depressione o la schizofrenia vengono

---

<sup>3</sup> Mechthild Scheffer, **Terapia con i Fiori di Bach**, Tea Edizioni 2009

attribuite a carenze di sostanze fisiologiche. E il paradosso maggiore è che questa medicina, è talvolta chiamata biomedicina. Sta quindi sorgendo l'esigenza di una visione più chiara, più completa dell'uomo, della salute, della malattia. L'Uomo non più visto come fenomeno chimico-fisico, bensì come una realtà complessa da considerare sia da un punto di vista fisico-chimico e biologico, che eterico, energetico, mentale, spirituale. L'Uomo, che è comunque un'unità, va però considerato nei suoi vari aspetti. Molti attenti ricercatori hanno iniziato a riscoprire varie tecniche, soprattutto di matrice orientale, che considerano L'Uomo in modo globale. Un Approccio Olistico che quindi ha una visione completa del fenomeno "UOMO" e, di conseguenza, del concetto di "salute" e "malattia" che lo contraddistinguono.

L'approccio, soprattutto nei primi anni, e poi per il successivo integrarsi delle varie tradizioni nella cultura occidentale, non è stato però semplice. Basti pensare alla medicina tradizionale cinese, tutt'ora scarsamente conosciuta, a parte le tecniche di agopuntura. La medicina tradizionale cinese, come del resto la maggior parte delle cosiddette medicine alternative, discende direttamente da una visione polare della realtà (in questo caso YIN e YANG), rappresentata dai cinque elementi: acqua, aria, fuoco, legno, metallo, che corrispondono allo stato liquido, gassoso, plasmatico, solido, ecc...La visione cinese non si limita però al mero aspetto fisico: infatti considera la struttura eterica ed energetica dei corpi materiali, ed in particolare degli organismi viventi. I medici cinesi ci parlano di dodici meridiani fondamentali percorsi dall'energia nel corpo umano, ognuno in rapporto o determinato nelle sue caratteristiche dai principali organi ed apparati. Questa polarità, questo differente modo di affrontare la realtà, dipende dal fatto che il nostro cervello è diviso in due emisferi, il sinistro razionale, del linguaggio verbale, della logica, dell'empirismo, o per dirla con parole di altre culture YANG, solare, diurno, mentre il destro è intuitivo, dell'atteggiamento, del linguaggio non-verbale e quindi YIN, lunare, notturno. Il corpo calloso collega e media tra i due emisferi e, se ben funzionale, ci indirizza ad una visione "olistica", che non è più orientale o occidentale, bensì totalizzante, onnicomprensiva. Per noi occidentali-tecnologici

è difficile comprendere come una conoscenza dipenda da un apprendimento non verbale o scritto, con rapporto docente-discente biunivoco e realizzato in diverso contesto spazio-temporale. La medicina tradizionale indiana, ad esempio, di tipo energetico si basa sul Tridosha (Vata, Pitta e Kapha), cioè i tre principi base che governano tutte le funzioni biologiche e fisiologiche del corpo, e sono manifestazione dei cinque elementi fondamentali della natura: le malattie sono dunque determinate da uno squilibrio nell'azione di questi elementi sull'uomo. Le esperienze della medicina tecnologica occidentale contemporanea, con la forte integrazione culturale che stiamo tutti vivendo, con il mondo che è ogni giorno di più villaggio globale, e non ultima INTERNET, hanno portato ad una revisione critica, ad un confronto, ad una complementazione di vecchie e nuove medicine, nuove e vecchie tecniche. Culture antiche di millenni si confrontano, si integrano, confluiscono in una nuova visione planetaria dove tutto è rimesso in discussione, rielaborato e classificato in questa nuova epoca in cui si stanno ponendo le premesse per la crescita culturale planetaria. La medicina attuale e sempre più quella del futuro, a seguito di questo confronto oriente-occidente, è destinata ad integrare le varie visioni: è qui che si innesta l'OLISMO<sup>4</sup>, la vera integrazione fra diversi metodi, il momento in cui il corpo calloso media realmente tra i due emisferi cerebrali, sinistro analitico, destro sintetico-analogico. Del resto ciò doveva accadere, prima o poi. Il cervello umano è sì composto da due emisferi, ma è pur sempre uno solo. E questo darà un grande impulso a tutte le scienze. E' il momento di ricostruire, in una visione universale onnicomprensiva "olistica", e la medicina ha un grande compito: recuperare il significato dell'uomo (non solo del suo corpo), analizzando tutti gli aspetti che interessano ognuno di noi, per la sua salute intesa non come assenza di sintomi, bensì come benessere, giusto rapporto con sé e gli altri, felicità, autorealizzazione. E' evidente che in un'ottica di questo tipo, il paziente che sarà sempre più artefice del proprio destino, sempre più attivo e sempre più medico di se stesso, verrà a mutare il rapporto che avrà con la terapia ed i terapeuti. La consapevolezza è alla base dell'equilibrio, e a sua volta

---

<sup>4</sup> Merciadri V., **Holos Medicina Olistica**, [www.holos.it](http://www.holos.it)

genera la salute. In quest'ottica si pone l'Operatore Olistico e il Trattamento che viene effettuato sul Ricevente: un benessere generato da un riequilibrio energetico dove la mente, il corpo e lo spirito si allineano in un'ottica educativa che produca effetti anche nel medio termine. Perché il successivo passo a quello del benessere immediatamente successivo al Trattamento è il processo educativo a cui il Ricevente va incontro necessariamente. Una maggiore consapevolezza del proprio corpo, delle proprie capacità di auto-guarigione, delle potenzialità di riequilibrio insite nel corpo umano, adattatosi nei millenni e divenuto un complesso di meccanismi altamente perfezionati che, quando studiati o analizzati, producono un effetto quasi di stupore in chi si avvicina alla materia. Un'educazione sottile che deve passare come un testimone di mano in mano affinché chi riceve non si fermi al *momentum* ma decida di andare oltre, come se avesse preso in carico un seme e possa da questo derivarne una pianta sana e forte. Questo delicato compito passa anche attraverso il buonsenso, l'uso di una comunicazione equilibrata e non forzatrice di un immediato risultato, ma piuttosto di un dialogo aperto e attivo che apra le porte del un crescendo di interazioni, portando nel tempo ad un benessere più esteso. Perché essere un Operatore Olistico è quasi una missione, è un sentirsi parte di un Universo di animi che credono fortemente nell'energia buona di cui siamo fatti e che questa energia non debba rimanere reclusa nel microcosmo, ma possa diffondersi, piano piano, in un più vasto macrocosmo e produrre benefici ancora più grandi.

## **Capitolo 2 Il Trattamento Olistico**

### ***2.1 Accoglienza del Ricevente***

Il Trattamento Olistico parte dalla preparazione dell'ambiente in cui si svolge, dal modo di porsi dell'Operatore, dalla creazione di un'atmosfera accogliente e rilassante attraverso suoni, luci ed essenze.

La preparazione dell'accoglienza del Ricevente impiega sempre parecchio tempo. Di solito inizio a controllare che tutto sia in ordine almeno un'ora prima del suo arrivo. Partendo dall'ambiente in cui si svolge il Trattamento: io abito in un piccolo appartamento che, fortunatamente, è provvisto di un soppalco a vista dove si trova il lettino per i Massaggi Olistici. Il lettino viene di solito predisposto in modo da essere il più comodo possibile per le persone che si debbono sdraiare. Quindi utilizzo un bel telo floreale in cotone, poi sopra una coperta di pile morbida e ancora sopra la carta monouso.

Utilizzo una Lampada di sale che ionizza e purifica l'ambiente e crea una luce armoniosa e calda. Poi le essenze naturali, cioè i bastoncini di incenso di varie combinazioni che rispecchiano di solito il tipo di Trattamento che andrò ad effettuare: rosa e ylang-ylang per armonizzare, arancio e cannella per riscaldare, rosmarino e lavanda per rilassare, ecc.

Nella zona circostante il lettino predispongo dei piccoli bicchieri di vetro con all'interno dei lumini per creare, attraverso il piccolo fuoco, una sensazione di calore e armonia.

La luce naturale viene filtrata attraverso una tenda semi-trasparente su un Velux inserito nel tetto che contribuisce ad smorzarla e a renderla più sfumata.

Infine la musica: chiedo di solito al Ricevente che tipo di musica preferisce perché non tutti desiderano musica new age o similare. In generale utilizzo musica di pianoforte, chitarra, ecc.

All'arrivo del Ricevente l'Operatore si presenta vestito con abiti bianchi puliti, ciabatte sanitarie, capelli raccolti e possibilmente nessun tipo di profumo personale che potrebbe infastidire che si appresta a ricevere il Trattamento.

## ***2.2 Colloquio preliminare e valutazione del Ricevente***

Una volta che la persona viene accolta la si conduce in un ambiente tiepido per consentirle di cambiarsi in modo tranquillo. Successivamente viene accompagnata nella zona predisposta col lettino pronto e coperte e asciugamani per poterla



coprire e non farle prendere sbalzi di temperatura. Un attimo prima di fare ciò, si fa una valutazione dello stato fisico del Ricevente: se esistono problemi posturali evidenti, contratture, dolori articolari particolari.

Poi la si fa sdraiare, supina o prona a seconda del Trattamento che riceverà, e si fa un breve colloquio preliminare per determinare lo stato psico-fisico utilizzando una Scheda appositamente predisposta che servirà inizialmente per determinare età, professione, attività sportive e collaterali, assunzione di medicinali, patologie/infezioni in atto, stato di salute complessivo del Ricevente.

Una volta compilata la Scheda del Ricevente, si comunica a voce il Consenso Informato, il modulo cioè che delinea i punti chiave del Trattamento che si andrà a fare sulla persona e che verrà consegnato in copia firmato dal Ricevente e dall'Operatore.

## ***2.3 Effetti positivi del Trattamento Olistico***

Il massaggio (dal greco *massein* che significa "impastare", "modellare") è una forma di terapia antica e anche uno dei gesti più naturali che compiamo quotidianamente, dal momento che è istintivo frizionare una spalla indolenzita, o sfregare quella parte del corpo che ci fa male. In pratica, è un insieme di diverse manovre eseguite sul corpo per lenire dolori muscolari o articolari, per tonificare il volume di alcuni tessuti, ma anche per preservare e migliorare il benessere psichico, allentando tensioni e fatiche. Oggi trova spazio all'interno della fisioterapia, della medicina alternativa e nei trattamenti estetici. Ne esistono infatti diversi tipi, con differenti finalità: distensivi, muscolari, sportivi, antidolore, drenanti, anticellulite.

Le "virtù" del massaggio sono innumerevoli. Si può cominciare dal rilassamento che, già di per sé, consente al nostro organismo di rigenerarsi, riequilibrando il sistema nervoso e ormonale, per passare poi in rassegna il lungo elenco di effetti positivi che questa tecnica apporta. Tra i benefici, in primo piano ci sono:

- Attenuazione dei segnali di tensione presenti sotto forma di crampi e spasmi muscolari;
- Potenziamiento del sistema immunitario, grazie al fatto che il movimento e le contrazioni muscolari rappresentano un metodo efficace per far circolare il liquido linfatico (che elimina le tossine) all'interno dell'organismo;
- Miglioramento della circolazione, dal momento che i movimenti compiuti durante il massaggio consentono di spingere il sangue in direzione del cuore. In pratica, si favorisce lo scambio, a livello cellulare, del sangue contenente le tossine, con sangue nuovo ricco di elementi nutritivi;
- Eliminazione delle cellule morte e assorbimento di elementi che nutrono la pelle, rendendola vellutata e aiutandola a respirare;
- Produzione di una sensazione di benessere dovuta al fatto di sentirsi accarezzati e coccolati.

## **2.4 Storia del massaggio: il più antico e naturale sistema di cura**

La parola massaggio sembra derivare dall'arabo "mass" o "mash" (frizionare, premere) o dal greco "masso" (impastare, maneggiare). I benefici fisici e psicologici di questa pratica sono stati riconosciuti fin dall'antichità, tanto che si può senz'altro affermare che l'arte medica abbia avuto inizio proprio col massaggio.

Nel "Kong Fou", testo cinese del 2698 a.C., vengono descritti esercizi fisici e vari tipi di massaggio, il cui scopo era il raggiungimento di un perfetto equilibrio psico-fisico. Nel XVIII secolo a.C., nel testo sacro L'Ayur-Veda, Brahama raccomanda ai suoi discepoli il massaggio a scopo igienico. Anche la letteratura medica di Egiziani, Persiani e Giapponesi contiene spesso riferimenti ai benefici effetti del massaggio.

Basandosi su conoscenze limitate sulle funzioni del corpo, i primi medici erano tuttavia in grado di utilizzare il massaggio in modo efficace per la cura dell'affaticamento, delle malattie e dei traumi. Ippocrate (406 a.C.) - medico greco padre della medicina moderna - descrisse "l'anatripsis", letteralmente "frizione verso l'alto", come pratica più efficace rispetto allo stesso movimento effettuato



verso il basso sugli arti, dimostrando di aver intuito il meccanismo della circolazione linfatica e sanguinea dimostrato poi da Harvey all'inizio del XVII secolo d.C.. Nei suoi scritti, Ippocrate confermò le virtù del massaggio dedicando alla pratica massoterapica importanti osservazioni,

anch'esse confermate molti secoli dopo la sua morte. Egli scriveva "i medici devono essere esperti in molte cose, tra queste senza dubbio anche il massaggio"

e, ancora, “Il rimedio è applicabile ai mali acuti come a quelli cronici e alle varie forme di debolezza, poiché queste cure hanno potere rinnovatore e rinvigoritore. Mi è spesso sembrato, mentre stavo così curando i miei pazienti, come se le mie mani avessero la singolare proprietà di estrarre i prodotti di rifiuto e le diverse impurità raccolte nelle parti malate”. In Europa, per tutta la durata dell'Impero Romano, questa pratica è stata un elemento importante per la cura della salute, tanto da porre il “massista” sullo stesso piano del medico; e se ne parla molto nei documenti di tale periodo. Mentre in Oriente la tradizione del massaggio fu portata avanti, nei paesi occidentali il culto di questa pratica si interruppe durante il Medioevo, quando l'oscurantismo portò a disprezzare e rinnegare i bisogni del corpo e i piaceri della carne, concentrandosi esclusivamente sulla sfera spirituale (creando così una frattura nell'individuo); occorre quindi attendere il Rinascimento e il XVI secolo per assistere al ritorno del massaggio in ambito terapeutico (principalmente in Francia e nord Europa). Nel XX secolo, i grandi progressi compiuti dalla medicina convenzionale posero inizialmente in secondo piano le terapie tradizionali, che erano state praticate per secoli, così che la maggior parte della popolazione occidentale, abbagliata da ciò, fino a qualche decade fa, conosceva a stento il valore terapeutico del contatto umano. Tuttavia attualmente il massaggio sta vivendo un momento di vigorosa rinascita, grazie a un forte bisogno di ritorno ai valori “naturali”, soprattutto come reazione alle condizioni di intenso stress e di abuso di farmaci imposti dall'attuale società. Oggi, la moderna ricerca scientifica ha definitivamente riconosciuto il massaggio come terapia efficace, definendone i meccanismi d'azione, le indicazioni e le controindicazioni cliniche. Non solo, le sempre più numerose e recenti scoperte sull'importanza di matrice extracellulare e sistema connettivo nell'intera fisiologia del corpo umano, stanno riportando coloro che sono in grado di agire profondamente su di essi (con tecniche di movimento e/o di massaggio), all'antico ruolo di primaria importanza nell'ambito della salute.

## **2.5 Controindicazioni e zone interdette al Trattamento Olistico**

Il massaggio può comportare, nei seguenti casi, l'accentuazione dei sintomi:

1. *traumi recenti* (occorre aspettare riparazione tessuto),
2. *processi infiammatori acuti* (di origine traumatica, infettiva o allergica),
3. *gravi flebopatie* (flebiti o tromboflebiti),
4. *insufficienza cardiaca con edema agli arti inferiori* (edema di natura secondaria),
5. *patologie del sistema nervoso centrale (SNC) a evoluzione spastica* (in realtà più correttamente tale controindicazione è da riferirsi solo a talune manualità, in particolare a quelle che comportano un aumento del tono muscolare),
6. *gravi necrosi* (per il pericolo di eccesso di eliminazione di sostanze proteiche),
7. *processi febbrili* (per il pericolo di aumento della temperatura locale),
8. *neoplasie* (per il supposto ma non dimostrato pericolo di diffusione linfatica delle metastasi),
9. *dermatiti o dermatosi* (per il pericolo di irritazione, relativamente alle dermatiti e le dermatosi pruriginose, e di contagio, relativamente alle dermatiti infettive).

Di norma si definiscono *zone interdette al massaggio* (in quanto potrebbe risultare fastidioso o dannoso): tutte le salienze ossee (malleoli, cresta e piatto tibiale, rotula, grande trocantere del femore, cresta iliaca, apofisi spinosa delle vertebre, osso sacro, sterno, clavicola, scapola, gomito-olecrano) e i punti di affioramento di organi vascolari, nervosi e linfatici (cavo popliteo, cavo inguinale, cavo ascellare, cavo o fossa retro-claveolare), organi sessuali.

*Zone semi-interdette* al massaggio, ovvero da massaggiare con particolare cautela, vengono invece considerate: la faccia antero-laterale del collo, la zona retro-auricolare, il solco tibiale e la zona anteriore del gomito.

## **2.6 I tipi di Trattamenti Olistici**

Esistono vari tipi di Massaggio Olistico.

Il **massaggio rilassante**: aiuta ad alleviare stress e fatica e ci fa sentire accuditi e coccolati. Le zone del corpo in cui si accumulano le tensioni possono essere molteplici: dalla testa al collo, dalle braccia, alla schiena, ai piedi. Grazie al massaggio aumenta la flessibilità del corpo, migliora la circolazione sanguigna, stimola il flusso di energia e contribuisce a produrre una sensazione di intensa vitalità.

Il **massaggio sportivo**: viene considerato parte integrante dell'allenamento di ogni atleta. In particolar modo, a necessitare di cure sono gambe e piedi. Del resto le estremità inferiori lavorano duramente durante tutto il giorno e, se non si dosano bene le forze, c'è il rischio che questi muscoli accumulino tensioni.

Il **massaggio connettivale**: è un tipo di trattamento terapeutico che si focalizza sugli strati più profondi dei muscoli e del tessuto connettivo. È utile soprattutto per dolori cronici e contratture, come nel caso di spalle indolenzite e di rigidità a livello di collo, schiena e muscoli delle gambe. Alcuni dei movimenti usati in questo massaggio sono quelli classici, ma il tocco è più lento e la pressione più profonda e concentrata sulle aree di tensione.

Il **massaggio con le pietre calde**: l'azione terapeutica si ottiene applicando sul corpo pietre basaltiche, vulcaniche, ma anche provenienti dal Gange e dai letti di altri fiumi. Le pietre rilasciano lentamente il loro calore: sotto questo punto di vista è importante anche tenere in considerazione il diverso effetto di ogni tipo di

pietra: una pietra levigata rilascia il calore in modo più lento e uniforme. A seconda del disturbo da trattare, all'azione della pietra viene associato il massaggio adatto e spesso la terapia viene accompagnata con l'azione di oli o aromi.

Il **massaggio californiano**: apparso all'inizio degli anni '70 in California, vicino a San Francisco è un massaggio estremamente sensuale. La sua tecnica consiste nell'avvolgere e modellare il corpo nella sua totalità, alternando movimenti fluidi, leggeri o più profondi, che si concentrano per lo più sulla superficie della pelle. Si tratta di gesti lenti, dolci e ampi: è come se le mani eseguissero una coreografia armoniosa sul corpo.

Il **massaggio olistico Shanti**: è un insieme di manualità e atteggiamenti creati esclusivamente per favorire, proprio come dice la parola, la pace e la tranquillità più totale. SHANTI è un termine sanscrito (antica lingua dell'India) che significa pace – tranquillità.

Il **massaggio Ayurvedico Abyhangam**: Le sue tecniche vengono applicate secondo la costituzione (DOSHA) della persona. Il massaggio ayurvedico è parte integrante di un trattamento di purificazione dell'organismo che ripulisce i canali circolatori ostruiti dalle tossine favorendo così l'eliminazione delle scorie.

Il **massaggio Vibrazionale con i cristalli**<sup>5</sup>: i cristalli, entrando in risonanza con il campo energetico umano, sprigionano l'energia in loro contenuta riequilibrando e alleviando, là dove necessario, gli scompensi dovuti a stanchezza e malessere, malattie e disturbi.

Il **massaggio muscolare Greco-Romano**: particolarmente indicato anche nel trattamento delle contratture, poiché lavora direttamente sui muscoli allungandoli e scaldandoli. È uno dei più usati nei centri estetici per il trattamento della cellulite e degli inestetismi dovuti ad una cattiva circolazione sanguigna.

---

<sup>5</sup> Gienger M., ***L'Arte di curare con le pietre***, Crisalide Edizioni

## **2.7 Aspetto aromaterapico del Trattamento Olistico**

L'Aromaterapia è un metodo terapeutico che si avvale dell'uso di essenze aromatiche, detti e anche oli essenziali, per curare vari disturbi a livello fisico, mentale e spirituale. Gli oli essenziali sono sostanze volatili e proprio per questo motivo riescono a essere facilmente percepiti dal nostro sistema olfattivo. Il termine Aromaterapia è stato coniato verso il 1920, ma le sue origini sono assai più remote. I nostri antenati scoprirono che alcune piante aromatiche, se bruciate, erano in grado di alterare lo stato di coscienza. Gli effetti andavano da sensazioni di buonumore alla sonnolenza fino a stati di euforia. È stato pressoché accertato che i primi ad usare l'Aromaterapia e gli oli essenziali furono gli antichi egizi. Essi utilizzavano grandi quantità di sostanze aromatiche durante le pratiche magiche, curative, per la cosmesi e l'imbalsamazione. Nei giardini botanici dell'antico Egitto crescevano le piante più rare e preziose che venivano tramutate in unguenti, medicine e profumi dai sapienti sacerdoti egizi tanto che molti saggi e medici da ogni parte del mondo giungevano in Egitto per apprendere tali tecniche. Anche nella cultura cinese antica l'erboristeria veniva associata sia all'agopuntura che a vari tipi di massaggio per curare le più svariate malattie. Anche altre culture erano dedite all'uso di erbe e profumi come ad esempio gli antichi greci che devono



proprio agli egizi molte delle conoscenze medico-anatomiche, ma anche l'amore e il rispetto per gli aromi. I greci oltre a profumarsi il corpo e i vestiti avevano l'abitudine di aromatizzare anche cibi e bevande. I romani amavano

trascorrere parecchio tempo nei famosi bagni spendendo grandi quantità di denaro per profumi e unguenti soprattutto tra i membri delle famiglie più ricche.

Gli arabi compivano lunghi viaggi per procurarsi le merci desiderate. Tornavano dalle loro spedizioni in Estremo Oriente carichi di ogni tipo di spezia ed essenze tra cui mirra, noce moscata, sandalo, canfora, e chiodi di garofano. Durante il XII secolo in tutta Europa scoppiava la mania per i profumi arabi. Negli erbari medievali si trovano tantissimi riferimenti all'acqua di lavanda e a svariati modi per l'impiego degli oli essenziali. L'Aromaterapia moderna è nata nel 1930.

Comunemente gli oli essenziali a seconda delle caratteristiche, dal punto di vista aromatico vengono distinti in 3 note:

- Nota di testa: è data dai profumi che si avvertono per primi e si dissolvono velocemente. Sono molto volatili e hanno una vibrazione molto alta e sottile, che agisce dal basso verso l'alto. Possono essere essenze fresche o fruttate come quelle degli agrumi, con effetto calmante sul sistema nervoso, o pungenti e mentolate come quelle degli oli balsamici, dai benefici effetti sul sistema respiratorio e circolatorio.
- Nota di cuore: la possiedono le essenze morbide e floreali, dalla volatilità media e ampia che porta verso il cuore, con effetto riequilibrante e vitalizzante, attive soprattutto nei momenti di forte agitazione o tristezza. Sono le note dolci e leggermente aspre ottenute dai fiori e dalle foglie.
- Nota di base: sono gli oli che emanano dal profumo caldo e pesante, dalla minore volatilità, ricavati da legni, resine e spezie e hanno effetto tonificante, rubefacente e corroborante. La vibrazione è bassa, pesante e profonda, porta verso la terra: sul piano psichico aiutano a dare stabilità e forza.

La tecnica di estrazione varia a seconda della parte utilizzata (droga) della pianta da cui si ricava e la giusta procedura è fondamentale per garantirne la massima qualità.

- La spremitura: consiste in un processo di estrazione di tipo meccanico che si esegue a freddo e non comprende alcun trattamento chimico. Si usa per

ottenere l'essenza presente nella scorza dei frutti, principalmente gli agrumi.

- La distillazione in corrente di vapore: si tratta di uno dei metodi più usati per l'estrazione degli olii essenziali dalle parti più resistenti delle piante, che tollerano di più il calore, come legni, cortecce, resine e foglie.
- *L'enfleurage*: è il metodo usato per estrarre gli oli essenziali dai petali e dalle parti molto tenere delle piante, che altrimenti si danneggerebbero facilmente in presenza di calore. I fiori vengono appoggiati su lastre ricoperte di grasso purificato, sfruttando la capacità dei grassi, di assorbire gli odori. I fiori cedono al grasso il loro profumo e sono sostituiti con altri fiori, finché il grasso non si satura di profumo. Poi si scioglie il grasso con alcol e quindi si separa l'olio essenziale.
- Estrazione con uso di solventi: questo tipo di estrazione si impiega per le piante aromatiche pregiate, come la rosa e il gelsomino, con essenze che non resistono al calore. Consiste nel fare attraversare un solvente, che estrae l'essenza per poi rimuoverlo.<sup>6</sup>

## **2.8 Aspetti riflessologici e psicosomatici del Trattamento Olistico: osservazioni**

Una particolare considerazione e analisi merita l'aspetto riflessologico e psicosomatico che solitamente precede o accompagna il Trattamento Olistico. Con questo si vuole sottolineare due tipi di "valutazione" del Ricevente che contribuiscono a dare all'Operatore una visione più ampia dello stato di "benessere/malessere" della persona che a noi si rivolge.

Se consideriamo che la pelle è un organo nervoso e che ogni sensazione tattile

---

<sup>6</sup> Fortuna L., **Prontuario di Aromaterapia**, Edizioni Urra, 2009

invia immediatamente al SNC una enorme quantità di informazioni, non solo sulla natura della fonte di contatto, ma anche e soprattutto sul tipo di comunicazione veicolata dal gesto. Toccare la pelle significa quindi instaurare un dialogo profondo con l'intero psicosoma della persona e le varie tecniche di massaggio costituiscono una forma di comunicazione privilegiata, un preciso flusso d'informazione reciproca.

Sull'onda di questa considerazione l'aspetto psicosomatico del massaggio serve a capire, tramite un colloquio informale, se vi sia una correlazione tra esperienze emotive vissute, nel presente o nel recente passato, e determinati "malesseri" che vengono messi in luce senza però nessuno scopo se non quello di fare prendere consapevolezza al Ricevente che queste correlazioni esistono e possono contribuire a risolvere, in tutto o in parte, una situazione di non equilibrio psicofisico. Sempre facendo riferimento alle indicazioni della Metamedicina o di un altro testo contenente importanti informazioni relative a questo fondamentale argomento.<sup>7</sup>

L'altro importante aspetto, quello di tipo riflessologico, può emergere dalla semplice osservazione dei piedi del Ricevente durante il Trattamento stesso. A questo punto le nozioni apprese durante il Corso di Riflessologia Plantare consentono un approccio non terapeutico ma solo interpretativo e visivo. Se durante il passaggio con le manovre del Trattamento Olistico specifico il Ricevente accusa dolore o fastidio ecco che il compito dell'Operatore è quello di cercare di approfondire l'argomento sia tramite uno scambio breve di informazioni che tramite manovre più profonde e specifiche proprie della zona da trattare in modo da riportare in equilibrio la situazione.

La Riflessologia Plantare è una particolare forma di massaggio che consente di accertare lo stato di salute, di esercitare un'azione di prevenzione e intervenire su eventuali disturbi con una serie di stimolazioni e pressioni effettuate su particolari zone dei piedi. La riflessologia è una scienza antichissima, che parte dal principio che ogni malattia, si manifesta per traslazione in una zona del corpo anche

---

<sup>7</sup> Odoul M., ***Dimmi dove ti fa male e ti dirò il perché***, Edizioni Il Punto d'Incontro, 2001

distante anatomicamente dal punto dove l'anomalia ha avuto origine. Massaggiando il riflesso, i nervi portano il messaggio al cervello che a sua volta lo riferisce all'organo legato a quel riflesso. Le pressioni eseguite provocano una preziosa irrorazione sanguigna, allentando la tensione a cui è sottoposto il corpo e stimolando le forze di auto-guarigione latenti.

## **Capitolo 3 L'Operatore Olistico**

### ***3.1 Definizione della figura di Operatore Olistico***

Dal sito di Erba Sacra si ritrova la definizione che inquadra questa nuova figura professionale: "L'Operatore Olistico è una figura professionale interdisciplinare, un educatore al benessere globale e alla crescita personale, che aiuta la persona a ritrovare l'armonia psicofisica attraverso l'uso di tecniche naturali, energetiche, psicosomatiche e spirituali, che stimolano un naturale processo di trasformazione e crescita della consapevolezza di sé. L'Operatore Olistico non è un terapeuta, non fa diagnosi e non cura malattie fisiche o psichiche, non prescrive medicine o rimedi, quindi non si pone in conflitto con la medicina ufficiale e con la legge per l'abuso di professione medica. Facilita la Salute e l'Evoluzione Globale. Opera con le persone sane oppure stimola l'attivazione della parte sana nelle persone "malate", per ritrovare l'armonia psicofisica attraverso l'uso di tecniche naturali, energetiche, psicosomatiche, stimolando un naturale processo di trasformazione e crescita."

### ***3.2 Regolamentazione della Professione di Operatore Olistico***

La realizzazione del mercato unico europeo ha consentito, oltre alla libera circolazione di beni materiali, servizi e risorse finanziarie, anche la libera circolazione delle risorse umane. Questo ha fatto emergere la necessità di una garanzia preventiva da offrire ai clienti e comunque a tutte le parti interessate. Nel caso delle risorse umane si è reso necessario tutelare l'utenza dall'assalto di professionisti "improvvisati", la cui azione, nel campo della relazione d'aiuto, può provocare effetti dannosi non immediatamente riscontrabili.

Il Centro di Ricerca Erba Sacra ha creato ASPIN (Associazione dei Professionisti Italiani della Naturopatia e delle discipline olistiche) dedicata all'attestazione della qualifica professionale dei Naturopati, Counselor, Counselor Olistici e Operatori Olistici e alla gestione dei relativi registri professionali secondo le norme della legge 4 del 14/1/2013.

ASPIN collabora attivamente con tutte le Associazioni professionali di categoria che tutelano e promuovono la professionalità dei Naturopati, Operatori Olistici, Counselor e Counselor Olistici. Attualmente, ASPIN e S.I.A.F lavorano affinché i Counselor, i Counselor Olistici e gli Operatori Olistici, possano, attraverso l'attestazione di qualifica, affrontare il mercato con maggiori garanzie e competenze.

I Vantaggi e i Benefici dell'Attestazione Professionale. Un Organismo di terza parte per essere identificato come tale deve operare in accordo con regole riconosciute e condivise, nel caso specifico il riferimento è la norma europea ISO/IEC 17024 "Criteri generali per gli organismi di certificazione del personale".

L'autocertificazione e qualificazione, diventa, per il cliente, la miglior garanzia dell'effettiva competenza vantata dal professionista e, per la persona certificata, la strada maestra per porsi sul mercato con l'indiscutibile riconoscimento delle proprie capacità. "La certificazione delle professionalità attesta che una determinata persona, valutata da una terza parte indipendente, secondo regole prestabilite, possiede i requisiti necessari e sufficienti per operare con competenza e professionalità in un determinato settore di attività".

I requisiti che un'Associazione di Categoria Professionale, di terza parte indipendente, deve tenere sempre presenti sono essenzialmente i seguenti:

- Indipendenza
- Trasparenza
- Imparzialità
- Competenza
- Riservatezza

- Assenza di conflitti di interesse
- Partecipazione attiva nel mercato
- Rispetto del Codice Deontologico (da far sottoscrivere ai professionisti prima della certificazione e da far rispettare nel tempo);
- Durata delle attestazioni limitata e controllata nel tempo (e non a vita come per gli iscritti negli albi professionali).

La concessione del rinnovo dell'attestazione di qualifica che avviene (dopo 3 anni per tutti i livelli di certificazione) solo se il professionista:

- Ha curato l'aggiornamento professionale previsto
- Ha continuato a svolgere nel triennio, l'attività professionale per la quale ha ottenuto l'attestazione di qualifica
- Ha rispettato il Codice Deontologico sottoscritto.

L'Attestato di Competenza Professionale S.I.A.F. o ASPIN assicura quindi:

- l'esercizio qualificato della Professione;
- il costante aggiornamento del Professionista;
- il corretto comportamento nei confronti degli utenti e dei colleghi;
- la possibilità di partecipare ai finanziamenti stanziati per incentivare i giovani professionisti ad aprire uno studio professionale

### ***3.3 Legge 4/2013 per la Professione di Operatore Olistico***

LEGGE 14 gennaio 2013, n. 4

Disposizioni in materia di professioni non organizzate. (13G00021) ([GU n. 22 del 26-1-2013](#))

La Camera dei deputati ed il Senato della Repubblica hanno approvato;

*Tesi di Diploma Operatore Olistico ad indirizzo Tecniche del Massaggio Bionaturale per il Benessere* 29  
*Di Stefania Fiorini*

## IL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA

promulga

la seguente legge:

### Art. 1

#### Oggetto e definizioni

1. La presente legge, in attuazione dell'art. 117, terzo comma, della Costituzione e nel rispetto dei principi dell'Unione europea in materia di concorrenza e di libertà di circolazione, **disciplina le professioni non organizzate in ordini o collegi.**

2. Ai fini della presente legge, per «professione non organizzata in ordini o collegi», di seguito denominata «professione», si intende l'attività economica, anche organizzata, **volta alla prestazione di servizi o di opere a favore di terzi**, esercitata abitualmente e prevalentemente mediante lavoro intellettuale, o comunque con il concorso di questo, con esclusione delle attività riservate per legge a soggetti iscritti in albi o elenchi ai sensi dell'art. 2229 del codice civile, delle professioni sanitarie e delle attività e dei mestieri artigianali, commerciali e di pubblico esercizio disciplinati da specifiche normative.

3. Chiunque svolga una delle professioni di cui al comma 2 **contraddistingue la propria attività, in ogni documento e rapporto scritto con il cliente, con l'espresso riferimento, quanto alla disciplina applicabile, agli estremi della presente legge.** L'inadempimento rientra tra le pratiche commerciali scorrette tra professionisti e consumatori, di cui al titolo III della parte II del codice del consumo, di cui al decreto legislativo 6 settembre 2005, n. 206, ed è sanzionato ai sensi del medesimo codice.

4. L'esercizio della professione è libero e fondato sull'autonomia, sulle competenze e sull'indipendenza di giudizio intellettuale e tecnica, nel rispetto dei principi di buona fede, dell'affidamento del pubblico e della clientela, della correttezza, dell'ampliamento e della specializzazione dell'offerta dei servizi, della responsabilità del professionista.

5. La professione è esercitata in forma individuale, in forma associata, societaria, cooperativa o nella forma del lavoro dipendente.

### Art. 2

#### Associazioni professionali

1. Coloro che esercitano la professione di cui all'art. 1, comma 2, possono costituire associazioni a carattere professionale di natura privatistica, fondate su base volontaria, senza alcun vincolo di rappresentanza esclusiva, con il fine di valorizzare le competenze degli associati e garantire il rispetto delle regole deontologiche, agevolando la scelta e la tutela degli utenti nel rispetto delle regole sulla concorrenza.

2. Gli statuti e le clausole associative delle associazioni professionali garantiscono la trasparenza delle attività e degli assetti associativi, la dialettica democratica tra gli associati, l'osservanza dei principi deontologici, nonché una struttura organizzativa e tecnico-scientifica adeguata all'effettivo raggiungimento delle finalità dell'associazione.

**3. Le associazioni professionali promuovono, anche attraverso specifiche iniziative, la formazione permanente dei propri iscritti**, adottano un codice di condotta ai sensi dell'art. 27-bis del codice del consumo, di cui al decreto legislativo 6 settembre 2005, n. 206, vigilano sulla condotta professionale degli associati e stabiliscono le sanzioni disciplinari da irrogare agli associati per le violazioni del medesimo codice.

4. Le associazioni promuovono forme di garanzia a tutela dell'utente, tra cui l'attivazione di uno sportello di riferimento per il cittadino consumatore, presso il quale i committenti delle prestazioni professionali possano rivolgersi in caso di contenzioso con i singoli professionisti, ai sensi dell'art. 27-ter del codice del consumo, di cui al decreto legislativo 6 settembre 2005, n. 206, nonché ottenere informazioni relative all'attività professionale in generale e agli standard qualitativi da esse richiesti agli iscritti.

5. Alle associazioni sono vietati l'adozione e l'uso di denominazioni professionali relative a professioni organizzate in ordini o collegi.

6. Ai professionisti di cui all'art. 1, comma 2, anche se iscritti alle associazioni di cui al presente articolo, non è consentito l'esercizio delle attività professionali riservate dalla legge a specifiche categorie di soggetti, salvo il caso in cui dimostrino il possesso dei requisiti previsti dalla legge e l'iscrizione al relativo albo professionale.

7. L'elenco delle associazioni professionali di cui al presente articolo e delle forme aggregative di cui all'art. 3 che dichiarano, con assunzione di responsabilità dei rispettivi rappresentanti legali, di essere in possesso dei requisiti ivi previsti e di rispettare, per quanto applicabili, le prescrizioni di cui agli articoli 5, 6 e 7 e' pubblicato dal Ministero dello sviluppo economico nel proprio sito internet, unitamente agli elementi concernenti le notizie comunicate al medesimo Ministero ai sensi dell'art. 4, comma 1, della presente legge.

### Art. 3

#### Forme aggregative delle associazioni

1. Le associazioni professionali di cui all'art. 2, mantenendo la propria autonomia, possono riunirsi in forme aggregative da esse costituite come associazioni di natura privatistica.
2. Le forme aggregative rappresentano le associazioni aderenti e agiscono in piena indipendenza e imparzialità.
3. Le forme aggregative hanno funzioni di promozione e qualificazione delle attività professionali che rappresentano, nonché di divulgazione delle informazioni e delle conoscenze ad esse connesse e di rappresentanza delle istanze comuni nelle sedi politiche e istituzionali. Su mandato delle singole associazioni, esse possono controllare l'operato delle medesime associazioni, ai fini della verifica del rispetto e della congruità degli standard professionali e qualitativi dell'esercizio dell'attività e dei codici di condotta definiti dalle stesse associazioni.

### Art. 4

#### Pubblicità delle associazioni professionali

1. Le associazioni professionali di cui all'art. 2 e le forme aggregative delle associazioni di cui all'art. 3 pubblicano nel proprio sito web gli elementi informativi che **presentano utilità per il consumatore, secondo criteri di trasparenza, correttezza, veridicità**. Nei casi in cui autorizzano i propri associati ad utilizzare il riferimento all'iscrizione all'associazione quale marchio o attestato di qualità e di qualificazione professionale dei propri servizi, anche ai sensi degli articoli 7 e 8 della presente legge, osservano anche le prescrizioni di cui all'art. 81 del decreto legislativo 26 marzo 2010, n. 59.
2. Il rappresentante legale dell'associazione professionale o della forma aggregativa garantisce la correttezza delle informazioni fornite nel sito web.
3. Le singole associazioni professionali possono promuovere la costituzione di comitati di indirizzo e sorveglianza sui criteri di valutazione e rilascio dei sistemi di qualificazione e competenza professionali. Ai suddetti comitati partecipano, previo accordo tra le parti, le associazioni dei lavoratori, degli imprenditori e dei consumatori maggiormente rappresentative sul piano nazionale. Tutti gli oneri per la costituzione e il funzionamento dei comitati sono posti a carico delle associazioni rappresentate nei comitati stessi.

## Art. 5

### Contenuti degli elementi informativi

1. Le associazioni professionali assicurano, per le finalità e con le modalità di cui all'art. 4, comma 1, la piena conoscibilità dei seguenti elementi: a) atto costitutivo e statuto; b) precisa identificazione delle attività professionali cui l'associazione si riferisce; c) composizione degli organismi deliberativi e titolari delle cariche sociali; d) struttura organizzativa dell'associazione; e) requisiti per la partecipazione all'associazione, con particolare riferimento ai titoli di studio relativi alle attività professionali oggetto dell'associazione, all'obbligo degli appartenenti di procedere all'aggiornamento professionale costante e alla predisposizione di strumenti idonei ad accertare l'effettivo assolvimento di tale obbligo e all'indicazione della quota da versare per il conseguimento degli scopi statutari; f) assenza di scopo di lucro.
2. Nei casi di cui all'art. 4, comma 1, secondo periodo, l'obbligo di garantire la conoscibilità è esteso ai seguenti elementi: a) il codice di condotta con la previsione di sanzioni graduate in relazione alle violazioni poste in essere e l'organo preposto all'adozione dei provvedimenti disciplinari dotato della necessaria autonomia; b) l'elenco degli iscritti, aggiornato annualmente; c) le sedi dell'associazione sul territorio nazionale, in almeno tre regioni; d) la presenza di una struttura tecnico-scientifica dedicata alla formazione permanente degli associati, in forma diretta o indiretta; e) l'eventuale possesso di un sistema certificato di qualità dell'associazione conforme alla norma UNI EN ISO 9001 per il settore di competenza; f) le garanzie attivate a tutela degli utenti, tra cui la presenza, i recapiti e le modalità di accesso allo sportello di cui all'art. 2, comma 4.

## Art. 6

### Autoregolamentazione volontaria

1. La presente legge promuove l'autoregolamentazione volontaria e la qualificazione dell'attività dei soggetti che esercitano le professioni di cui all'art. 1, anche indipendentemente dall'adesione degli stessi ad una delle associazioni di cui all'art. 2.
2. La qualificazione della prestazione professionale si basa sulla conformità della medesima a norme tecniche UNI ISO, UNI EN ISO, UNI EN e UNI, di seguito denominate «normativa tecnica UNI», di cui alla direttiva 98/34/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, del 22 giugno 1998, e sulla base delle linee guida CEN 14 del 2010.
3. I requisiti, le competenze, le modalità di esercizio dell'attività e le modalità di comunicazione verso l'utente individuate dalla normativa tecnica UNI costituiscono

principi e criteri generali che disciplinano l'esercizio autoregolamentato della singola attivita' professionale e ne assicurano la qualificazione.

4. Il Ministero dello sviluppo economico promuove l'informazione nei confronti dei professionisti e degli utenti riguardo all'avvenuta adozione, da parte dei competenti organismi, di una norma tecnica UNI relativa alle attivita' professionali di cui all'art. 1.

## Art. 7

### Sistema di attestazione

1. Al fine di tutelare i consumatori e di garantire la trasparenza del mercato dei servizi professionali, **le associazioni professionali possono rilasciare ai propri iscritti**, previe le necessarie verifiche, sotto la responsabilita' del proprio rappresentante legale, **un'attestazione** relativa: a) alla regolare iscrizione del professionista all'associazione; b) ai requisiti necessari alla partecipazione all'associazione stessa; c) agli standard qualitativi e di qualificazione professionale che gli iscritti sono tenuti a rispettare nell'esercizio dell'attivita' professionale ai fini del mantenimento dell'iscrizione all'associazione; d) alle garanzie fornite dall'associazione all'utente, tra cui l'attivazione dello sportello di cui all'art. 2, comma 4; e) all'eventuale possesso della polizza assicurativa per la responsabilita' professionale stipulata dal professionista; f) all'eventuale possesso da parte del professionista iscritto di una certificazione, rilasciata da un organismo accreditato, relativa alla conformita' alla norma tecnica UNI.

2. Le attestazioni di cui al comma 1 non rappresentano requisito necessario per l'esercizio dell'attivita' professionale.

## Art. 8

### Validita' dell'attestazione

1. L'attestazione di cui all'art. 7, comma 1, ha validita' pari al periodo per il quale il professionista risulta iscritto all'associazione professionale che la rilascia ed e' rinnovata ad ogni rinnovo dell'iscrizione stessa per un corrispondente periodo. La scadenza dell'attestazione e' specificata nell'attestazione stessa.

2. Il professionista iscritto all'associazione professionale e che ne utilizza l'attestazione ha l'obbligo di informare l'utenza del proprio numero di iscrizione all'associazione.

## Art. 9

### Certificazione di conformita' a norme tecniche UNI

1. Le associazioni professionali di cui all'art. 2 e le forme aggregative di cui all'art. 3 collaborano all'elaborazione della normativa tecnica UNI relativa alle singole attività professionali, attraverso la partecipazione ai lavori degli specifici organi tecnici o inviando all'ente di normazione i propri contributi nella fase dell'inchiesta pubblica, al fine di garantire la massima consensualità, democraticità e trasparenza. Le medesime associazioni possono promuovere la costituzione di organismi di certificazione della conformità per i settori di competenza, nel rispetto dei requisiti di indipendenza, imparzialità e professionalità previsti per tali organismi dalla normativa vigente e garantiti dall'accreditamento di cui al comma 2.

2. Gli organismi di certificazione accreditati dall'organismo unico nazionale di accreditamento ai sensi del regolamento (CE) n. 765/2008 del Parlamento europeo e del Consiglio, del 9 luglio 2008, possono rilasciare, su richiesta del singolo professionista anche non iscritto ad alcuna associazione, il certificato di conformità alla norma tecnica UNI definita per la singola professione.

#### Art. 10

##### Vigilanza e sanzioni

1. Il Ministero dello sviluppo economico svolge compiti di vigilanza sulla corretta attuazione delle disposizioni della presente legge.

2. La pubblicazione di informazioni non veritiere nel sito web dell'associazione o il rilascio dell'attestazione di cui all'art. 7, comma 1, contenente informazioni non veritiere, sono sanzionabili ai sensi dell'art. 27 del codice del consumo, di cui al decreto legislativo 6 settembre 2005, n. 206, e successive modificazioni.

#### Art. 11

##### Clausola di neutralità finanziaria

1. Dall'attuazione degli articoli 2, comma 7, 6, comma 4, e 10 non devono derivare nuovi o maggiori oneri a carico del bilancio dello Stato. Il Ministero dello sviluppo economico provvede agli adempimenti ivi previsti con le risorse umane, strumentali e finanziarie disponibili a legislazione vigente.

La presente legge, munita del sigillo dello Stato, sarà inserita nella Raccolta Ufficiale degli atti normativi della Repubblica italiana. È fatto obbligo a chiunque spetti di osservarla e di farla osservare come legge dello Stato.

Data a Roma, addì 14 gennaio 2013.

### **3.4 Codice Deontologico per gli Operatori Olistici**

L'Operatore Olistico, s'impegna ad esercitare la propria attività secondo coscienza, riconoscendo, rispettando e difendendo l'alto valore della vita. E' consapevole che l'individuo deve essere considerato nella sua integrità di mente – corpo - spirito e i trattamenti saranno finalizzati al riequilibrio psicofisico. Mantiene il più assoluto riserbo su fatti e notizie riguardanti il cliente e su quanto emerge nel corso del trattamento, proteggendone la privacy. Opera per il benessere del cliente e solo dietro richiesta personale del cliente stesso. L'Operatore Olistico è tenuto ad aggiornarsi per migliorare in competenza e professionalità con il costante aggiornamento professionale ECP (Educazione continua professionale).

#### **Codice Deontologico degli Specialisti del Centro di Ricerca Erba Sacra e delle Scuole di Formazione e Organizzazioni accreditate**

##### **Art. 1 - Definizione**

Il Codice di Deontologico contiene principi e regole che gli specialisti (Operatori Olistici, Counselor e Naturopati) che fanno riferimento al Centro di Ricerca Erba Sacra e iscritti nei registri professionali ASPIN, devono osservare nell'esercizio della professione, anche ai fini di quanto previsto dalla legge 4 del 14 Gennaio 2013.

Il comportamento degli specialisti, anche al di fuori dell'esercizio della professione, deve essere consono al decoro e alla dignità della stessa.

Gli specialisti aderenti al Centro di Ricerca Erba Sacra sono tenuti alla conoscenza delle norme del presente Codice, la cui ignoranza non li esime dalla responsabilità disciplinare.

##### **Art. 2 - Potestà disciplinare - Sanzioni**

L'inosservanza dei precetti, degli obblighi e dei divieti fissati dal presente Codice di

Deontologia e ogni azione od omissione, comunque disdicevoli al decoro o al corretto esercizio della professione, sono punibili con le sanzioni disciplinari previste dal Consiglio Direttivo del Centro di Ricerca Erba Sacra.

### Art. 3 - Doveri dello Specialista

Dovere dello Specialista è la tutela del benessere, della salute fisica e psichica e della evoluzione globale dell'Uomo nel rispetto della libertà e della dignità della persona umana, senza discriminazioni di età, di sesso, di razza, di religione, di nazionalità, di condizione sociale, di ideologia.

La salute è intesa nell'accezione più ampia del termine, come condizione cioè di benessere fisico e psichico della persona.

### Art. 4 - Libertà e indipendenza della professione

L'esercizio della pratica olistica è fondato sulla libertà e sull'indipendenza della professione.

### Art. 5 - Esercizio dell'attività professionale

Lo specialista nell'esercizio della professione deve ispirarsi ai valori etici fondamentali, assumendo come principio il rispetto della vita, della integrità fisica e psichica, della libertà e della dignità della persona; non deve soggiacere a interessi, imposizioni e suggestioni di qualsiasi natura.

L'attività professionale dovrà essere improntata alla massima autonomia ed indipendenza; il fine ultimo dell'operatore olistico sarà solo ed esclusivamente il benessere del Cliente. L'operatore olistico non dovrà in nessun caso effettuare le proprie scelte riguardo a prodotti, metodiche, e luoghi di cura, basandosi sul tornaconto personale.

Lo specialista deve astenersi da qualsiasi azione che possa arrecare discredito al prestigio della professione e dell'Ente a cui fa riferimento.

I locali nei quali svolgere la propria professione e dove ricevere l'utenza dovranno rispettare le regole dettate dalla normativa vigente e, comunque, essere adeguatamente attrezzati per accogliere al meglio le persone e per tutelare

l'immagine e la serietà della professione.

Nella sua attività di docenza lo specialista dovrà sempre ispirarsi al Codice Deontologico, cercando di trasmettere i principi di base, in esso espressi, anche agli operatori in corso di formazione.

#### Art. 6 - Responsabilità

È responsabilità dello specialista:

- fornire informazioni chiare sui servizi forniti e le attività svolte;
- dare comunicazioni trasparenti sugli importi delle prestazioni fornite;
- praticare prezzi equi rispetto ai costi sostenuti e alle prestazioni/servizi forniti;
- astenersi da forme di promozione e di pubblicità ingannevoli e da comportamenti che possano alimentare aspettative esagerate o far pensare a facili o "miracolistiche" soluzioni di problemi e disagi;
- agire sempre con un'attenzione particolare per evitare che si instaurino dei rapporti di "dipendenza" psicologica tra operatore e cliente;
- ricordare sempre al cliente che
  - la ricerca del benessere psico-fisico-mentale e la ricerca interiore-spirituale comportano un impegno personale, un percorso lungo e, a volte, anche molto faticoso;
  - i percorsi di ricerca, sia del benessere psico-fisico sia interiore-spirituale, sono molteplici e con metodi e discipline diverse e che queste diversità sono tutte da rispettare; in tale ottica è dovere dell'operatore olistico aiutare il cliente a scegliere un percorso di ricerca in maniera consapevole, cioè valutando bene ciò che risponde meglio alle proprie esigenze, continuando a rispettare gli altri percorsi esclusi.

#### Art. 7 - Correttezza professionale

È eticamente corretto mantenere con i clienti rapporti professionali.

È eticamente e deontologicamente scorretto avere rapporti professionali con persone con le quali si abbia un rapporto di parentele o relazioni affettive e/o

sessuali.

#### Art. 8 - Obbligo di non intervento

Lo specialista, indipendentemente dalla sua abituale attività, per la natura delle sue prestazioni non può prestare soccorso o cure riservate all'ambito medico.

Lo specialista ha l'obbligo di invitare fermamente il cliente a consultare una figura sanitaria qualora attraverso il colloquio, e sempre nell'ambito delle proprie competenze, emerga anche solo una remota possibilità che questi sia affetto da possibili patologie che non siano già sotto trattamento sanitario. In assenza di tale disponibilità l'operatore, pur rispettando la scelta della persona, si vedrà costretto ad interrompere il rapporto di consulenza fino a quando questa non si ponga sotto osservazione medica.

#### Art. 9 - Segreto professionale

Lo specialista deve mantenere il segreto su tutto ciò che gli è confidato o che può conoscere in ragione della sua professione; deve, altresì, conservare il massimo riserbo sulle prestazioni professionali effettuate o programmate, nel rispetto dei principi che garantiscano la tutela della riservatezza.

#### Art. 10 - Documentazione e tutela dei dati

Lo specialista deve tutelare la riservatezza dei dati personali e della documentazione in suo possesso riguardante le persone anche se affidata a codici o sistemi informatici.

Lo specialista deve informare i suoi collaboratori dell'obbligo del segreto professionale e deve vigilare affinché essi vi si conformino.

Nelle pubblicazioni, scientifiche e non, di dati o di osservazioni relative a singole persone, lo specialista deve assicurare la non identificabilità delle stesse.

Analogamente lo specialista non deve diffondere, attraverso la stampa o altri mezzi di informazione, notizie che possano consentire la identificazione del soggetto cui si riferiscono.

#### Art. 11 - Aggiornamento e formazione professionale permanente

Lo specialista ha l'obbligo dell'aggiornamento e della formazione professionale permanente, onde garantire il continuo adeguamento delle sue conoscenze e competenze al progresso del benessere delle persone.

Lo specialista ha il dovere continuo di mantenere la sua competenza e capacità professionale al livello richiesto per assicurare l'erogazione di prestazioni di livello qualitativamente elevato; non deve accettare incarichi in materie su cui non ha un'adeguata competenza, tenuto conto della complessità della pratica e di ogni altro elemento utile alla suddetta valutazione.

#### Art. 12 - Rispetto dei diritti del cliente

Lo specialista nel rapporto con il cliente deve improntare la propria attività professionale al rispetto dei diritti fondamentali della persona.

Nel rapportarsi con i clienti lo specialista dovrà tener conto dei loro valori etici e religiosi, della cultura d'origine nonché del loro grado d'istruzione; sarà tenuto ad adeguarsi a essi per rispettare pienamente la persona, promuovere il dialogo, favorire una comunicazione efficace e rispettare la piena volontà dell'interessato.

#### Art. 13 - Competenza professionale

Lo specialista deve garantire impegno e competenza professionale, non assumendo obblighi che non sia in condizione di soddisfare.

Lo specialista che si trovi di fronte a situazioni alle quali non sia in grado di provvedere efficacemente, deve indicare al cliente le specifiche competenze necessarie al caso in esame o almeno dichiarare la propria incompetenza.

#### Art. 14 - Informazione al cliente

Lo specialista è tenuto, all'inizio del rapporto, a fornire adeguate ed esaustive informazioni circa la natura della sua prestazione e dei suoi limiti, attraverso un modulo di consenso informato che dovrà essere controfirmato per presa visione dall'utente. In caso di persona minorenni o comunque non in grado di intendere e di volere, il modulo dovrà essere firmato dal tutore legale, alla presenza del quale

la prestazione dovrà svolgersi. La mancata accettazione firmata da parte dell'utente, del suddetto consenso informato, impedirà all'operatore olistico di dar seguito alla seduta di consulenza. La presentazione del consenso informato e la sua sottoscrizione da parte del cliente non costituisce un semplice atto formale, ma obbliga l'operatore a rispettare i limiti legali ed etici della propria professione e a mettere in atto tutte le azioni concrete affinché ciò avvenga.

#### Art. 15 - Onorari professionali

Nell'esercizio libero professionale vale il principio generale dell'intesa diretta tra specialista e cittadino. L'onorario deve rispettare il minimo professionale approvato dal Centro di Ricerca Erba Sacra o altro organo indicato dallo stesso. L'operatore è tenuto a far conoscere al cittadino il suo onorario che va accettato preventivamente e, se possibile, sottoscritto da entrambi.

I compensi per le prestazioni dello specialista non possono essere subordinati ai risultati delle prestazioni medesime.

Lo specialista può, in particolari circostanze, prestare gratuitamente la sua opera, purché tale comportamento non costituisca concorrenza sleale o illecito accaparramento di clientela.

Lo specialista non potrà percepire compenso alcuno per il semplice fatto di aver indirizzato il cliente ad altro collega o professionista. E' vietato qualunque accordo che favorisca l'invio di altri clienti dietro corrispettivo economico e/o di prestazione professionale.

#### Art. 16 - Pubblicità in materia olistica

Lo specialista è responsabile dell'uso che si fa del suo nome, delle sue qualifiche professionali e delle sue dichiarazioni.

La pubblicità e la comunicazione al pubblico della propria attività professionale dovrà attenersi strettamente alla normativa vigente (legge 4 del 14 Gennaio 2013) e ai principi espressi nel Codice Deontologico. Dovrà, inoltre, essere sempre ispirata a criteri di decoro e serietà professionale finalizzati alla tutela

dell'immagine della professione. In nessun caso sarà permesso millantare capacità che possano ingenerare false speranze o aspettative o che possano ingannare circa i reali titoli e competenze dell'operatore professionista. La presentazione della propria attività dovrà avvenire comunicando i propri effettivi e documentabili titoli e competenze, fornendo esaustiva e veritiera spiegazione circa le tecniche usate. Utilizzerà la terminologia propria del campo olistico e non sanitaria e non prometterà, in maniera più o meno esplicita, guarigioni.

#### Art. 17 - Rispetto reciproco

Il rapporto tra gli specialisti delle pratiche olistiche deve ispirarsi ai principi del reciproco rispetto e della considerazione della rispettiva attività professionale.

Lo specialista, facendo proprie le finalità dell'Associazione, promuove e favorisce rapporti di scambio e di collaborazione.

Può avvalersi dei contributi di altri specialisti con i quali realizza opportunità di integrazione delle conoscenze, in un'ottica di valorizzazione delle reciproche competenze

#### Art. 18 - Rapporti con il medico curante

Nell'auspicabile ipotesi che un medico riconosca l'utilità dei trattamenti olistici, lo specialista che presti la propria opera a un cliente, acquisito il consenso per il trattamento dei dati sensibili, è tenuto a dare comunicazione al medico curante o ad altro medico eventualmente indicato dal cliente, dei trattamenti attuati.

#### Art. 19 - Supplenza

Lo specialista che, con il consenso del cliente, sostituisce nell'attività professionale un collega è tenuto, cessata la supplenza, a fornire al collega sostituito le informazioni relative ai clienti sino ad allora trattati, al fine di assicurare la continuità di trattamento.

#### Art. 20 - Doveri di collaborazione

Lo specialista è obbligato a prestare la massima collaborazione e disponibilità nei

rapporti con il Centro di Ricerca Erba Sacra, tra l'altro ottemperando alle convocazioni del Presidente.

Lo specialista eletto negli organi istituzionali del Centro di Ricerca Erba Sacra deve adempiere all'incarico con diligenza e imparzialità nell'interesse della collettività e osservare prudenza e riservatezza nell'espletamento dei propri compiti.

#### Art. 21 - Disposizioni finali

Per tutto quanto non previsto dal presente Codice Deontologico si rimanda allo Statuto, al Regolamento Interno e a tutti gli atti, regolamenti e provvedimenti emanati dagli organi direttivi e di gestione dell'Associazione Centro di Ricerca Erba Sacra nonché da quanto previsto dalle leggi dello Stato, delle Regioni e dalle normative vigenti.

## **Capitolo 4 Il Mass. Olis. "Armonia delle Quattro Stagioni"**

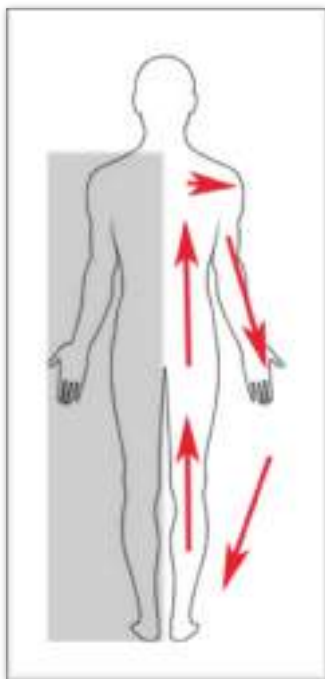
### ***4.1 Ispirazione per il Mass. Olis. "Armonia delle Quattro Stagioni"***

L'idea per questo tipo di Massaggio Olistico mi è venuta da una considerazione: le molte manovre apprese durante i Corsi inglobano tecniche drenanti, decontratturanti, tonificanti, ecc. Quindi perché non creare una danza che, come le quattro stagioni dell'anno, rispecchiasse le peculiarità e le funzioni di ogni specifica stagione attraversando il corpo con movimenti fluidi e calibrati?

1) La primavera, stagione in cui ci si riprende dal letargo invernale e momento in cui il sistema immunitario deve ricevere una sollecitazione a riattivarsi correttamente. In questo caso si tratta di una stagione tonificante, attiva, in cui si risvegliano i sensi e la Natura.

2) In estate, si pensa alla pelle che ritorna ad essere scaldata dal sole, alle temperature che si alzano. Il calore del Sole è l'elemento naturale che contraddistingue tutto il periodo. In questo caso il Massaggio Olistico avrà come peculiarità di "scaldare" le zone interessate in modo da produrre una maggiore circolazione sanguigna e linfatica. Frizioni, impastamenti e pressioni per combattere il rallentamento della circolazione periferica. Ogni manovra avrà una sua specifica funzione, ma tutte agiranno in sinergia per "spremere" i tessuti, rimuovendo i liquidi stagnanti e le tossine accumulate, e per favorire il ritorno della linfa e del sangue venoso verso il cuore ripristinando il corretto flusso sanguigno e linfatico prevenendo ed attenuando tutti i disturbi legati a deficit circolatori come la ritenzione idrica, i gonfiori, il senso di pesantezza alle gambe, la cellulite agli stadi iniziali e gli accumuli adiposi localizzati. Riequilibrando il metabolismo cellulare, migliorano anche il tono dei tessuti, la compattezza e l'aspetto della pelle.

3) Per affrontare con vitalità l'autunno, cioè una stagione di passaggio in cui anche la Natura si adopera per produrre frutti che facilitano la preparazione del corpo ad affrontare la stagione fredda, bisogna predisporre il corpo ad aumentare le difese



immunitarie e la resistenza alle oscillazioni delle temperature. Quindi impiegare manovre armonizzanti e stimolanti.

4) Infine l'inverno, stagione in cui la Natura rallenta il suo ritmo e cade in uno stato di letargia profondamente salutare anche il corpo deve prepararsi al rilassamento totale, ad una fase di calma che consenta di preservare tutto l'intero sistema dal freddo in agguato.

Pensando a queste 4 fasi cicliche, la primavera viene associata a manovre tonificanti e di risveglio muscolare; l'estate a quelle che possono riscaldare; l'autunno a manovre drenanti; infine l'inverno a manovre rilassanti.

Il Massaggio Olistico "Armonia delle Quattro Stagioni" inizia da posizione prona perché così il Ricevente possa rilassarsi definitivamente in posizione supina poi.

Questo tipo di Massaggio Olistico è stato pensato della durata di 30 minuti estensibile a 60 con il raddoppiamento delle manovre.

Le manovre della primavera e dell'estate vengono effettuate in posizione prona, mentre quelle relative all'autunno e all'inverno in posizione supina.

#### **4.2 Prima parte del Mass. Olist. "Armonia delle Quattro Stagioni": Primavera**

Per simboleggiare le quattro stagioni vengono posti sotto il lettino dei corrispondenti simbolici: per la Primavera si userà una piuma rappresentante l'aria, per l'Estate si utilizzerà una candela rappresentante il fuoco, per l'Autunno una

ciotola d'acqua rappresentante l'aspetto relativo ai liquidi corporei e infine un incenso rilassante per rappresentare l'Inverno.

Il Ricevente si pone in posizione prona, con il viso all'interno del buco predisposto nel lettino.

Viene coperta dall'asciugamano solo la parte sinistra del corpo e si inizia dalla destra rispettando il tratti ascendenti/discendenti degli organi: nella parte destra del nostro corpo abbiamo infatti il tratto ascendente del Colon mentre in quella sinistra il tratto discendente. Secondo anche i principi della filosofia taoista<sup>8</sup> e in base alle interrelazioni tra i Cinque Principi, esiste una corrispondenza tra le Stagioni e i vari organi che ci fornisce un'ulteriore indicazione per il Massaggio Olistico "Armonia delle Quattro Stagioni". In particolare: la Primavera corrisponde al Principio del Legno e all'organo fegato sul piano organico (mentre si tratta di cistifellea sul piano viscerale), l'Estate al Principio del Fuoco e al cuore (intestino tenue sul piano viscerale), l'Autunno a quello del Metallo e all'organo polmone (intestino crasso sul piano viscerale), infine l'Inverno al Principio dell'Acqua e all'organo reni con corrispondenza a vescica sul piano viscerale. Il Principio della Terra è invece collegato a Fine Stagione con corrispondenza all'organo milza-pancreas (e relativo stomaco sul piano viscerale).

### **Due tipi di manovre per ogni stagione**

- Oleazione di tutta la parte destra posteriore del corpo dal basso verso l'alto.
- S'inizia dal piede: il ginocchio viene piegato a 90 gradi e il piede viene massaggiato vigorosamente con gli avambracci del braccio destro dell'Operatore mentre il sinistro sorregge il piede per il dorso – 3 volte
- Sempre con gli avambracci scivolare vigorosamente lungo tutta la fascia esterna della gamba del Ricevente; una volta arrivati al gluteo, sempre con gli avambracci, effettuare manovre circolari verso l'esterno (3 volte) e proseguire lungo i paravertebrali. Nell'eseguire questa manovra con il

---

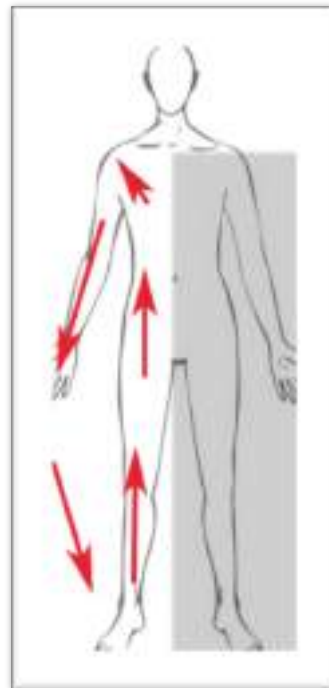
<sup>8</sup> Odoul M., ***Dimmi dove ti fa male e ti dirò il perché***, Edizioni Il Punto d'Incontro, 2001

braccio destro, utilizzare il braccio sinistro come “gancio” per tenere sollevato il piede del R. cosicché tutto il tratto polpaccio-tibia-perone subiscano una leggera trazione e piegamento verso il tricipite;

- arrivati alla zona del trapezio, effettuare delle rotazioni sempre con l'avambraccio destro per produrre la tonificazione della zona;
- scendere infine lungo il braccio destro con leggere pressioni evitando la zona del gomito;
- ritornare al piede passando per la fascia laterale destra;
- ripetere tutto 3 volte;
- ripartire dal piede;
- effettuare degli impastamenti con le mani a “C” che pizzicano i muscoli a partire dai polpacci risalendo fino alla zona degli adduttori e poi scivolando verso il gluteo che verrebbe così impastato e tonificato;
- spostarsi poi sulla schiena e lavorare i paravertebrali con manovre a “pettine”;
- impastare la zona del trapezio superiore e del deltoide e scendere sempre impastando il muscolo del braccio e dell'avambraccio;
- arrivare al palmo della mano e con pressioni vigorose effettuare manovre pressorie;
- ritornare al piede;

### 4.3 Estate

- per la parte riguardante l'Estate ho preso spunto dal Massaggio Ayurvedico Abyangham; infatti quelle relative al piede riprendono i 4 punti Marma del piede (Nell'Ayurveda i punti marma sono i punti "vitali" sulla superficie dell'organismo) – 3 volte;
- partendo dalla zona del malleolo risalire lungo la gamba con i palmi piatti ed effettuare manovre circolari ai lati in senso orario;
- arrivati nella zona del gluteo effettuare delle manovre a "ventaglio" con le mani, alternate, verso l'esterno del muscolo – 3 volte;
- manovre "a pettine" sui paravertebrali fino ad arrivare alla zona del trapezio;
- impastamento profondo del trapezio per "scaldare" bene il muscolo;
- spostarsi sul deltoide e scendere, sempre impastando i muscoli del braccio e dell'avambraccio;
- ritorno in frizione leggera verso il piede;



A questo punto coprire la parte destra del corpo e scoprire la sinistra;

Effettuare tutte le manovre relative alla Primavera e all'Estate anche sulla parte sinistra del corpo;

- coprire le gambe e scoprire la schiena;
- effettuare manovre a ventaglio lungo tutta la schiena a movimenti alternati;

- quando si arriva sulle scapole, con un movimento incrociato, portarsi a capo lettino;
- effettuare una frizione lungo i paravertebrali, poi scendere lungo le braccia e infine scivolare lungo la zona cervicale e con una lenta trazione uscire dalla testa;

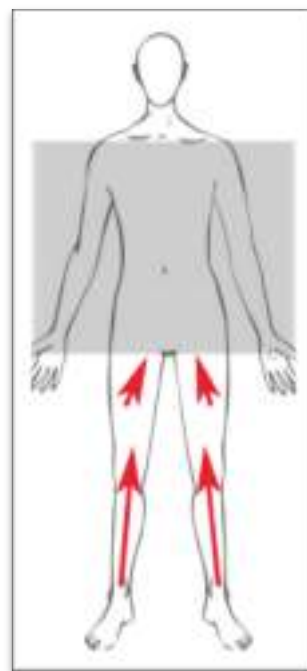
Poi si chiede al R. di girarsi in posizione supina.

#### ***4.4 Seconda parte del Mass. Olis. "Armonia delle Quattro Stagioni: Autunno e Inverno"***

Una volta che il Ricevente è in posizione supina si eseguono le manovre di drenaggio dei liquidi linfatici relative all'Autunno e poi quelle rilassanti relative all'Inverno.

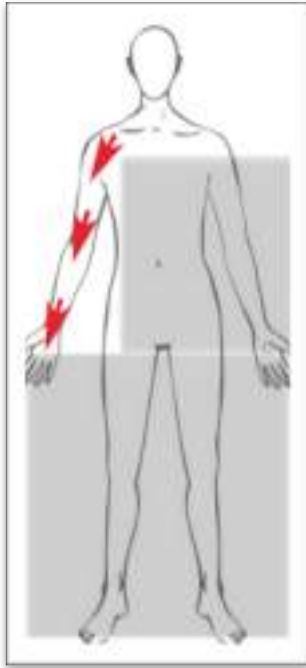
Viene coperta la parte superiore del corpo lasciando scoperte le gambe.

- Oleazione di entrambe le gambe partendo dall'interno, salendo verso la zona degli adduttori e scendendo lungo la fascia laterale fino ai piedi;
- Partendo dal piede destro effettuare manovre drenanti con l'ipotenar (eminenza ipotenare) della mano destra – zona rene/uretere/vescica – 3/5 volte;
- effettuare manovre "a manicotto" leggere (sulla base dell'Ayurveda) dalla caviglia fino alla zona inguinale;
- sollevare la gamba e appoggiare il piede del R. sulla spalla dell'Operatore ed eseguire modellamento dalla caviglia fino alla zona dell'adduttore con la



mano destra, poi alternare con la mano sinistra; scaricare all'anca e alla zona inguinale;

- passare sulla gamba sinistra e ripetere le manovre;
- scoprire l'addome del R. e coprire le gambe;



- passare all'addome ed effettuare un modellamento/sfioramento in senso orario attorno all'ombelico; modellamento dei fianchi con manovre di rotazione dell'avambraccio, avanti e indietro; ventagli con entrambi le mani su entrambi i fianchi;

- salire verso lo sterno e scendere lungo il braccio destro;

- modellamento di ogni singolo dito;
- risalita sull'addome e "abbraccio";

- risalita allo sterno e "abbraccio";

- coprire il braccio destro e portarsi a sinistra del R;

- modellamento dell'addome (come precedente);

- salita verso lo sterno;

- discesa lungo il braccio sinistro;

- modellamento di ogni singolo dito;

- abbraccio dell'addome e dello sterno;

- portarsi a capo lettino ed eseguire le manovre rilassanti sulla zona clavicolare dall'interno verso l'esterno;

- impastamento dolce della zona dei trapezi e zona cervicale;

- sfioramenti dolci sul viso: con pollice e indice, dall'interno all'esterno, sul mento, sulla bocca, sulle guance. Zona perioculare, e fronte con massaggio dolce sulle tempie;
- portare un momento le mani a coppa sugli occhi;
- accarezzare infine tutto il viso partendo dal mento e risalire verso i lati del viso, scivolando dolcemente sul cuoio capelluto ed uscire "pettinando" i capelli con le dita;

#### ***4.5 Conclusione del Massaggio***

Una volta terminati i passaggi sulla parte sinistra anteriore del corpo del R. si toglie l'asciugamano e si eseguono manovre di armonizzazione finale su tutto il corpo in modo da creare un senso di completezza all'intero Trattamento.

## Materiale grafico-pubblicitario



fronte Bigliettino da visita



retro Bigliettino da visita

Coupon-Regalo Trattamenti Olistici

Brochure Trattamenti Olistici

Poster pubblicitario Trattamenti Olistici

## Bibliografia

### Metamedicina

- Rainville C., ***Il Grande Dizionario della Metamedicina***, Sperling & Kupfer, 2010
- Rainville C., ***Ogni sintomo è un messaggio***, Amrita, 2000
- Odoul M., ***Dimmi dove ti fa male e ti dirò perché***, Ed. Il Punto d'Incontro, 2001

### Filosofia Olistica

- Meriadri V., ***Holos Medicina Olistica***, [www.holos.it](http://www.holos.it)

### Fiori di Bach

- Mechthild Scheffer, ***Terapia con i Fiori di Bach***, Tea Edizioni, 2009

### Cristalloterapia

- Gienger M., ***L'Arte di curare con le pietre***, Crisalide Edizioni

## Fonti Internet

## Dispense dei Corsi di Erba Sacra

## **Ringraziamenti**

Ringrazio l'Universo per avere illuminato questo percorso...

Ringrazio tutte le persone speciali che ho incontrato lungo la strada e hanno creduto nelle mie capacità...

Ringrazio Erba Sacra, Sebastiano Arena e tutti i meravigliosi insegnanti dei Corsi...  
In particolare Mirella Molinelli che ci ha educato e istruito all'Olistismo...

Ringrazio le mie compagne di Corso...tutte uniche e speciali...con le quali ho condiviso risate, ansia, preoccupazioni, gioie e dolori di questi mesi...

Auguro a tutte noi...buon proseguimento di cammino...perché questo è solo l'inizio!