

Boletín de la Asociación de Profesionales de Shiatsu de España

SHIATSU

Número 30 / Primavera 2008 / Ejemplar Gratuito



SHIATSU

D.Legal: SE-3.320-2000

Boletín trimestral

Edita

Asociación de Profesionales
de Shiatsu de España

Número 30

Primavera 2008

Directora

Meritxell Gimenez

Hecho en Sevilla

por pepelebrato

600 70 95 53

Para enviarnos información lo podéis hacer a

Meritxell Gimenez

boletinapse@gmail.com

Apartado de correos:

7173, 28012 Madrid

Secretaría Técnica:

680 352 704

[textos en Word]
[imágenes en jpg]

Contenido

- 2** Editorial
- 3** Los tres arquetipos del desarrollo personal.
- 5** ¿Sin diagnóstico? Resultado gratificante.
- 7** Flores de Bach y Shiatsu. Un puente entre vibración, meridiano y cuerpo.
- 9** Noticias de la FES. Diciembre 2007.
- 10** Seguro de responsabilidad civil. La experiencia y los efectos del Shiatsu.
- 11** Regularización. Código ético. Los Amigos del Shiatsu se muda. Cursos organizados por APSE.
- 12** Shiatsu y trabajo social con mujeres.
- 14** La Junta Directiva se presenta.
- 15** Información web. Nuestros anuncios
- 20** Contraportada

Editorial

Queridos/as amigos/as:

Muchas veces nuestra vista se va atrás, decimos que aprendemos de nuestras experiencias pasadas, nos preguntamos su influencia en el presente y en el futuro. Otras veces la intentamos fijar en el presente, en el aquí y en el ahora, permaneciendo en el instante fugaz que continuamente dejamos atrás y volvemos a acoger.

Con esta editorial os invitamos a echar la vista hacia adelante, lo que está por venir, porque quizás también podamos aprender del futuro, estar abiertos/as a lo que surge, a una idea o visión que lucha por hacerse manifiesta y de la que cada uno/a de nosotros/as podemos ser su cauce expresivo. A dejarnos transformar por ella, a la vez que con nuestra acción contribuimos a transformar el mundo que nos rodea.

Aprender del futuro es conectar con el poder que toda idea conlleva y con nuestro poder personal para ponerlo en beneficio de la comunidad en la que dicha idea se hará realidad.

Son muchas las ideas y visiones que surgen, pues es maravillosa la diversidad que integra el mundo del Shiatsu.

Hoy quizás, nos llama más la atención la idea del poder de la sabiduría colectiva, que nos invita a experimentar con un poder que se genera en el entramado de redes y relaciones que establecemos con otras personas y que alude a esa ya no tan sorprendente cualidad de la sinergia: juntos/as somos más.

Esa visión es la que inspira la edición de este boletín de primavera, en el que se comparten desde algunos de los talleres realizados en la última Asamblea General de APSE en septiembre de 2007, las iniciativas emprendedoras de algunas compañeras en el mundo del Shiatsu, a experiencias personales relacionadas con la práctica del shiatsu y el desarrollo personal, etc.

Sabemos que en la comunidad del shiatsu, como en todas:

"Juntos/as somos más". Por eso, entre otras cosas, os agradecemos vuestra colaboración y participación con artículos, dibujos, ideas, etc., para que este boletín siga teniendo sentido y valor.

Esperamos que lo disfrutéis y que... ¡Aparezcan muchas sinergias!

Jorge Navacerrada

Nuestras Portadas

Tenemos un gran proyecto para convertir las portadas de este nuestro boletín en Nuestras Portadas; simplemente queremos llevar ese espacio hasta nuestras socias y socios para que lo llenemos con «nuestro arte».

Sabemos que hay personas dentro de APSE que a parte de dar shiatsu, todo un arte, también manifiestan su inspiración (siempre divina) realizando pinturas, grabados, dibujos, fotografía artística, caligrafía oriental, cerámica, escultura, diseño, comics, graffitis... y seguro que hay otras que quizás no lo han hecho pero están dispuestas a ponerse a ello.

Por eso os invitamos a que compartáis con APSE vuestras manifestaciones artísticas, mandando al boletín las que consideréis más oportunas para una bonita portada de un bonito boletín.

¡Ah! Y para esos poetas, literatos, cuentistas, fabuladores; hay toda una contraportada donde lucirse.

Gracias por estar ahí y gracias a Sandra Valle Fraile por mandarnos la portada y la contraportada.

El símbolo del cielo es el círculo. El de la tierra es el cuadrado.

☞ Rolando Geider

La mujer pertenece a la Tierra por su belleza:

Un "4x4" para problemas menstruales; cuando la mujer en este estado especial contempla la Creación en su más amplio sentido, renueva la sangre mientras sus hormonas danzan.

Arrodillados a su lado, colocamos la mano sobre el centro femenino y apoyamos en la espalda la zona de los Riñones o el "canal de la cintura".

關元

Guan yuan
Barrera de la fuente
4RM

Localización: En la línea media, 2 cun por encima del borde superior de la sínfisis del pubis, o 3 cun por debajo del ombligo.



1º "Boca de dragón"

En las piernas estiradas por los canales del estómago y bazo a la vez



2º Presionar simultáneamente los resonadores

36E Zusanli "Divina indiferencia terrestre", 6B Sanyinjiao "Cruce de los tres Yin" o "Heredar el decreto del cielo"



Travesera de Gracia 66, 3º, 1º -
08006 Barcelona
Tel 93 200 47 76
info@shiatsu-movimiento.com
www.shiatsu-movimiento.com

❖ SEMINARIO CON BILL PALMER EN BARCELONA

Días: **27, 28 y 29 de junio**
"De Viaje con el Tai Yang"

En la Escuela, Travesera de Gracia 66, 3º 1º

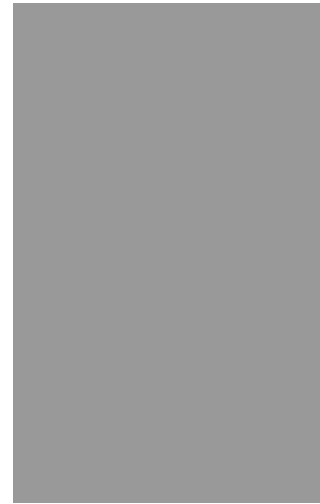
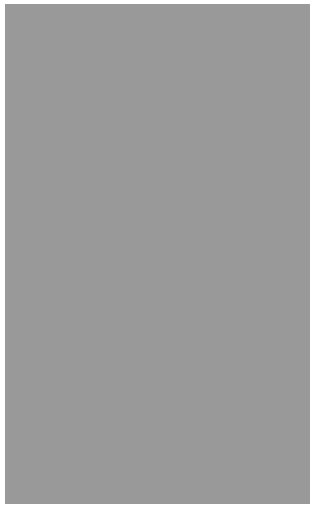
❖ RESIDENCIAL CON BILL PALMER ENARCADIA (BANYOLES)

Días: **21, 22, 23 y 24 de junio**

"Evolucionando con las Seis Divisiones"

3º Con las piernas levantadas, para que los flujos corporales vuelvan a la cavidad abdominal, presionar simultáneamente dos de los resonadores:

- 41VB Zulinqi** "Descenso de las lágrimas"
- 4B Gongsun** "Ofrenda universal"
- 6R Zhaohai** "Mar luminoso"



4º Presionar las rodillas flexionadas para alinear el útero ("Sotai": terapeuta hacia fuera, la mujer hacia dentro).

El tratamiento según los nombres alquímicos:

La "Vía de Unión" desde La Creatividad del Cielo, conecta con la "Barrera del Yang".

Creando la "Divina Indiferencia Terrestre" y la disposición para "Heredar el Decreto del Cielo" en el "Cruce de los tres Yin". El "Descenso de las Lágrimas" da lugar a el "Mar Luminoso" culminando como "Ofrenda Universal" y replicando La Receptividad de la Tierra.

(La Creatividad del Cielo y La Receptividad de la Tierra se refieren a los nombres de los trigramas de los Canales Maravillosos Dai Mai y Chong Mai).



**FORMACION
SHIATZU
ZEN
MASUNAGA**



escuela
valencia
shiatsu



- Formación de 3 años de terapeuta de Shiatsu
- Tratamientos y consultas de Shiatsu, Feng Shui, nutrición
- Curso de cocina macrobiótica y Medicina Oriental (niveles 1, 2, 3)
- Curso internacional de Feng Shui

San Vicente Mártir, 71-5ª • 46007 Valencia • Tel.: 963 52 46 75
movimientoalimento@hotmail.com • www.patriciaestrepo.org

La mujer se acomoda con algunos cojines debajo de las lumbares y zona del sacro y/o se coloca encima de nuestros muslos. Volver a calmar la zona de los ovarios.
iNo a todo el mundo le tiene que gustar esta postura!



Volver a conectar el Hara con las lumbares para guardar y cultivar el Tesoro de Jing, esta energía esencial importante para perpetuar la vida.

Palpar tranquilamente el Hara, quedarse con el calor de la mano o de la moxa en las zonas deseadas, calmando el dolor o reforzando su esencia.

Mientras una mano se queda en el Hara, con la otra presionamos con el antebrazo, la palma y los pulgares el canal del Bazo en el muslo. Cambiando la postura de la pierna doblada podemos presionar el canal desde la rodilla hacia abajo. Cuidar mucho un ritmo tranquilo.

Rotaciones suaves para caderas y rodillas. Volver de vez en cuando a la conexión Hara-lumbares.

Para regular el Qi y la Sangre conectamos el **4IG/Qi** con el **3H/Sangre**.

En la postura cubito lateral incluimos en la espalda diversas técnicas y moxa; especialmente en los puntos Shu del Hígado, Bazo, Riñón; las conexiones para reforzar Jing-Qi y el trabajo en los canales yin de las piernas: Hígado, Bazo y Riñón con la planta del pie, los antebrazos y pulgares.



Escuela Internacional de Shiatsu

12 años formando Shiatsu profesionalmente

☯ Formación de Shiatsu de 3 años ☯ Cursos de formación intensivos en julio

Post graduado con Saul Goodman de EE.UU. (30 años de experiencia. Primera vez en España)

Del 12 al 20 de julio

II Congreso de Salud y Medicina Natural

Con líderes mundiales en terapias naturales, acupuntura, nutrición y ayurveda
 del 17 al 30 de julio

Océano Indico 10 - 38240 Punta del Hidalgo - S. C. de Tenerife
 Tel: 922 156 109 - www.shiatsu-e.com

Con el reconocimiento oficial de: **Escuela de Servicios Sanitarios y Sociales de Canarias**

Gobierno de Canarias. Consejería de Sanidad y Consumo



Añadimos según la situación otros canales y tsubos específicos, casi siempre relacionados con las emociones y los estados de ánimo:

Recurrir al canal del Corazón, Maestro de Corazón y los puntos Benshen (2ª línea de la Vejiga, a 3 cun de la línea media y a nivel de los puntos Shu de los órganos Pulmón, Corazón, Hígado, Bazo, Riñón) y sobre todo **11TM/VG Shen Dao**, debajo de la 5ª v.d., entre los puntos Shu del Corazón.



Existen tsubos clásicos, que aluden al útero, uno en la espalda y el otro en el hara que conviene tratar con mucha delicadeza:

- 53V Bao Huang** "Centro vital de la envoltura, útero"
A la altura del 2º agujero sacro y a 3" de la línea media
- 13R Bao men** "Puerta de la envoltura"
A la altura de 4RM, 2" por encima del borde superior de la sínfisis del pubis y
- 13R Qi xue** "Caverna del soplo"
A 0,5" lateral de la línea media

Y por la zona que cubre, es imprescindible el canal de la cintura: Dae Mai.

Resumen de un taller realizado en la Asamblea de la APSE durante las primeras horas del sábado 22 Septiembre 2007.

Casi sobra mencionar que este enfoque no pretende sustituir o anular a otros tratamientos; en todo caso

habrá que adaptarlo, modificarlo, añadir o cortar algo según el momento concreto; si hubiera problemas hormonales, psíquicos, físicos, de relación,... se varía.

Rolando Geider, Escuela Europea de Shiatsu.



Shiatsu y meditación

✎ José Antonio Espeso



Paso a describir un taller que organicé el pasado mes de septiembre durante la asamblea de APSE.

El objetivo que yo quería alcanzar al hacer esta propuesta era el de experimentar el Shiatsu como un proceso meditativo, no

sólo para el que imparte el Shiatsu sino también para el que lo recibe. Hace tiempo oí una definición del Shiatsu que me sorprendió y me gustó y era el considerarlo como una meditación en movimiento. Es muy posible que muchos de nosotros a lo largo de la práctica del Shiatsu habremos tenido algún atisbo de haber entrado en un estado meditativo en el que la mente ha dejado de tomar el control de nuestros movimientos y en el que nuestra intuición empieza a aparecer y a ver las cosas con una claridad distinta a la habitual con la que empezamos a fluir. Lo mismo podríamos decir cuando al recibir una sesión de Shiatsu nuestro torbellino de pensamientos ha cesado y todas nuestras tensiones han desaparecido, empezamos a ver otras cosas al desidentificarnos de nuestras dolencias, patrones, mente, etc. Desgraciadamente no siempre que damos o recibimos un Shiatsu tenemos estas sensaciones pero considero que al usar una técnica como el Shiatsu tenemos más probabilidades de conseguirlo.

Dado que el Shiatsu nos puede ayudar a este objetivo, se me ocurrió que se podría usar una técnica meditativa como paso previo a la realización de una sesión de Shiatsu, y así poder experimentar cómo cambia nuestra forma de dar una sesión, o de recibirla. La técnica preparatoria que elegí fue una Meditación Activa OSHO que se llama No-Dimensions que se basa en el ancestral giro derviche de los sufíes, también llamado Whirling o Sema.

La Técnica:

Meditación No-Dimensions

1ª etapa: 30 minutos música

Las manos en el Hara. Se suben las manos a la vez hasta el 5º chakra (cuello), la izquierda baja y entonces avanza el pie y el brazo derechos (siempre del mismo lado) a la vez que inspiras de abajo a arriba haciendo el sonido "SHIU"... Se vuelve a la posición original con las manos en el Hara. Luego se hace lo mismo con el lado izquierdo hacia delante. Después se gira hacia la derecha con la pierna y brazo derecho, luego lo mismo hacia la izquierda y después media vuelta hacia atrás a la derecha y una vuelta atrás hacia la izquierda, para volver a empezar.

2ª etapa: Whirling. 15 minutos música

Los pies bien asentados y los brazos cruzados sobre el pecho. El dedo pulgar del pie derecho encima del pulgar izquierdo y te inclinas dando las gracias a la existencia durante 2 minutos.

Entonces la música cambia y luego un brazo-palma extendido hacia el cosmos y la otra hacia abajo. Comienza

despacio a girar en el sentido que prefieras (tradicionalmente los giros se hacen en sentido contrario a las agujas del reloj).

3ª etapa: Silencio

Tumbado preferiblemente boca abajo con los ojos cerrados y las piernas separadas dando las gracias a la madre tierra. El ombligo se descubre y toca directamente el suelo. Permaneciendo en actitud de testigo.

La primera etapa preparatoria es una danza de centramiento tipo tai-chi y nos ayuda a enraizarnos y a no desequilibrarnos cuando se realiza el giro.

De mi etapa de estudiante de Shiatsu recuerdo a mis profesores insistirnos en la importancia de la preparación personal a la hora de dar Shiatsu y recuerdo una de las características principales que es el estar "centrados" en uno mismo, por eso elegí esta meditación entre otras muchas posibles, ya que creo que nos ayuda a dicho fin. Es una tarea de búsqueda y experimentación en la que hay muchas posibilidades de elección y en las que cada uno resonaremos de manera distinta. Un abanico de posibilidades está en las Meditaciones Activas Osho a las que considero que pueden ser de una gran ayuda a la hora de nuestro desarrollo personal y como medio de alcanzar una mayor "Consciencia" a través del silencio interior.

Las meditaciones de Osho son un compendio de técnicas antiguas y otras nuevas que se basan en la danza libre o guiada, vibración, catarsis, respiraciones, trabajo con chakras y meridianos, sonidos, etc. Tienen una música diseñada especialmente para darle un enfoque y una coherencia a las distintas etapas. Un ingrediente muy importante suele ser el movimiento espontáneo a través de la danza como medio para expresar lo que cada uno necesita. La práctica de estas meditaciones se puede realizar tanto individualmente como en grupo, hay que notar que durante la práctica en grupo la energía cambia y se amplifica, algo similar a cuando practicamos Shiatsu.

Os animo a experimentar.



Shiatsu en Xin Bao; una experiencia empresarial

✎ María Luisa Vico Pérez

Hace mucho tiempo que me comprometí con el boletín para escribir la experiencia de nuestro Centro de Shiatsu Xin Bao Sdad. Coop. And.. Ahora es un buen momento ya que nuestra pequeña e intrépida empresa está funcionando con un rendimiento aceptable, que no total, y parece que sobrevivirá.

¿Cómo surge la idea de crear una empresa?, las socias cooperativistas nos conocimos haciendo la formación en Shiatsu, terminamos y cada una empezó a trabajar por su cuenta en condiciones precarias, en nuestras casas, aisladas nosotras y aislado el Shiatsu. Cada una de nosotras teníamos una experiencia terapéutica anterior, Araceli en el mundo asociativo con enfermos crónicos, Mila del mundo sanitario y de clínica y yo, Luisa, del mundo social con colectivos desfavorecidos, todas con un nivel alto de frustración en nuestros trabajos ya que sentíamos que podíamos hacer mas y mejor, así que decidimos compartir inquietudes y lanzarnos, sabíamos que trabajar juntas daría mas riqueza y mas valor a lo que hacíamos, además de saber con seguridad que el Shiatsu es algo que funciona.

Hay algunas cosas que hay que tener muy claras para emprender una aventura de este tipo y con un tema tan desconocido como es el Shiatsu. En el mundo de las Terapias Alternativas y en el de Shiatsu, hay muchas personas que ofrecen y desarrollan sus servicios en lo que conocemos como economía sumergida, esto supone mantener la actividad también sumergida. Desde un principio nosotras tuvimos muy claro que los servicios que Xin Bao ofrecía tenían que tener un reconocimiento público ya que suponen una mejora en el bienestar y la calidad de vida de las personas y por tanto de la comunidad en donde se realiza la actividad, al fin y al cabo lo que nosotras vendemos es sabiduría popular: "el contacto sana", "la risa es buena", "la consciencia corporal te despierta a la vida", etc. Por lo tanto ha de ser tratado con respeto y como prioridad, no como algo alternativo, en cualquier tipo de sociedad; clásica, moderna o tecnológica.

Otra cosa a tener en cuenta es la motivación que te lleva a emprender un camino como es el de la creación de una pequeña empresa

shiatsera, sin duda ésta no puede ser ganar mucho dinero entre otras cosas porque entra en total contradicción con lo popular y porque desgraciadamente como servicio es mucho mas vistoso gastar los euros en lo que se ve como son los pelos, la ropa, etc. Además de las dificultades de mantener una pequeña empresa, su demanda de inversión es constante, un negocio tiene vida propia y tú estas ahí para sostenerlo. La motivación más valiosa para no decaer ha de ser la de trabajar haciendo lo que te gusta, te sienta bien y te hace feliz sobre todo porque no quita tiempo a tu vida sino que la enriquece.

Por último es importante estar dispuesta a trabajar en Equipo, lo mas enriquecedor y a veces lo más difícil, esto supone tener un importante grado de compromiso, de responsabilidad y capacidad para asumir riesgos; todo ello en un ambiente de respeto mutuo y de confianza. ¿Parece fácil verdad?... Los principios de Xin Bao supusieron años de mucho esfuerzo, mucho trabajo y mucha dedicación; sobre todo porque no teníamos un plan económico de partida nada interesante así



Escuela Europea de Shiatsu

CURSO ESPECIAL DE VERANO

del 25 al 29 de Junio 2008

Con Chris Jarmey

autor de Shiatsu Guia Completa

en O SEL LING. Centro Budista Tibetano en las Alpujarras Granadinas.

"Lugar de Luz Clara", se encuentra a 1600 m. sobre el nivel del mar. Lejos de los pueblos, con un paisaje magnifico y un aire maravilloso. Un sitio especial con un ambiente de paz y tranquilidad.

Abierto a estudiantes y terapeutas de Shiatsu

Administración en España: Paseo del Nacimiento 30. Ojén 29610 Málaga
952 88 13 74 / shiatsu@terra.es / www.shiatsu.net



que tuvimos que contar con el apoyo de las instituciones públicas tanto para la creación del proyecto como en su puesta en marcha. Esto condicionó todo el proceso de Xin Bao y también lo retrasó, sin embargo ahora que esta etapa está



lejos en el tiempo, lo veo como la alumna que tiene que pasar por todos los ciclos o niveles para poder ofrecer por fin un buen servicio. En estos momentos os puedo decir que Xin Bao ofrece unos servicios con profesionalidad, madurez y entusiasmo, todas creemos profundamente en lo que hacemos.

Xin Bao se fundó en julio del año 2003 como una Sociedad Cooperativa, la actividad se inició en marzo del 2004, durante este periodo hicimos adaptación y obra en el local, un espacio digno tanto para la persona que recibe como para la que da, es nuestra principal maquinaria junto con nuestras manos. En aquel periodo la cooperativa estaba formada por tres socias trabajadoras y he de decir que además contamos con el apoyo de un gran número de personas enamoradas del Shiatsu que nos dieron mucho empuje y ánimo para sacar adelante el proyecto. Actualmente y después de casi 4 años ya, el Equipo de Xin Bao ha crecido, ya somos 4 terapeutas en Shiatsu: Araceli, Mila, Pepa y yo (Luisa), cada una formadas también en otras terapias, y una secretaria, Esmeralda. Por el tipo de actividades que realizamos en el centro contamos con otros profesionales que colaboran con nosotras de forma puntual.

Xin Bao es un Centro sociosanitario, en él realizamos una labor social y de mejora de la salud y el bienestar de las personas y colectivos que así lo demandan. Entre las actividades

que desarrollamos, podemos dividir las de atención individual: donde el Shiatsu es la terapia madre, es con diferencia, la más demandada, y otras técnicas como quiromasaje y fisioterapia. Las actividades de grupo las forman el chikung, pilates y yoga.

Entre sus proyectos destacamos los de carácter social dirigidos a Asociaciones y colectivos específicos como los desarrollados con ASPACE (Asociación de Atención a personas con Parálisis Cerebral y minusvalías afines), el proyecto se dirige a las familias de las



personas afectadas, este es el tercer año que lo realizamos, con un alto grado de satisfacción por parte de las personas

que lo reciben, nuestras actividades consisten básicamente en despertar la conciencia corporal a través de estiramientos, relajación y Shiatsu. Proyectos de Formación; en Xin Bao somos conscientes de que la formación continuada es garantía de profesionalidad, por ello ofrecemos cursos para profesionales de Shiatsu específicamente y para personas que quieren aprender Shiatsu a través de la Escuela Europea de Shiatsu. Ofertamos también cursos dirigidos a otros grupos que están relacionados con el mundo de la salud y el bienestar. Además contamos con una oferta interesante de talleres con un carácter más popular y dirigidos a personas que tienen inquietud con respecto a su



autoconocimiento y quieren pasarlo bien.

El trabajo asociado en el mundo de Shiatsu es todo un reto y también una oportunidad, que no está suficientemente aprovechado, entre otras cosas porque quizá no todas las personas que se acercan a las Escuelas de Shiatsu acaban pensando en dedicarse profesionalmente a ello, creo que en proporción son más las alumnas que las profesionales y por otra parte responde a un comportamiento que en mi opinión está muy instaurado y es el tufillo social de individualidad en todas sus facetas y manifestaciones; "yo tengo mi estilo", "yo soy de otra escuela", "yo tengo don", "yo soy hippy", etc, etc,. Esta forma tan egoísta de mirarnos no hace que el mundo sea más amable y mejor, las diferencias deben ser una fuente de riqueza y no un muro insalvable, debemos pensar en construir de forma colectiva y defender lo que hacemos como lo que realmente nos acerca a nuestra propia naturaleza

humana, con alegría, confianza y convicción, ¿o acaso tenéis dudas de que el Shiatsu funciona?

Estas son básicamente las actividades que



desarrollamos en Xin Bao junto con nuestra experiencia empresarial contada en términos muy generales, si alguien quiere saber más o tiene la inquietud de emprender la aventura podéis contactar con nosotras a través de nuestro mail shiatsuxinbao@yahoo.es y nuestros teléfonos 95880525 y 607492042.

Tiempo para conocerse

✎ **Núria Prat**

Hace ya tiempo que quiero que mi historia salga a la luz, que me sirva para algo más que para hacerme daño. En realidad lo que quiero es simplemente liberarme, continuar hacia adelante sin mirar el pasado.

Más o menos hace unos 6 años descubrí el Shiatsu por casualidad. Empecé a recibir masajes para aliviar las contracturas musculares de la espalda, hombros, cervicales,... lo que inicialmente parecía algo esporádico fue repitiéndose más a menudo y con más fuerza. Más tarde, esa primera sesión de Shiatsu y Movimiento me impactó; no podía entender cómo en un "masaje" empecé a llorar sin motivo aparente. Y eso se repitió en sesiones posteriores, por tanto, algo había que me hacía sospechar que no era solo un "masaje".

Me di cuenta que me sentía a kilómetros de distancia de los demás, de mi entorno; me sentía encerrada detrás de un muro de protección y a través del Shiatsu conectaba con algo, me acompañaba. Y es aquí cuando empecé a hablar acerca de los abusos de cuando tenía unos 7 años, de los que prácticamente no recuerdo nada, y aunque siempre he sabido que algo pasaba conmigo no sabía exactamente si era real. Como había sido un caso leve y había pasado hace tanto tiempo, como nunca había hablado de ello ¿cómo le podía dar importancia? Me di cuenta que evitaba el contacto, que pasaba detrás de una silla intentando no rozar la persona sentada, que si recibía un beso o una abrazada no correspondía, sólo lo permitía por educación. Y también vi muy claramente que iniciaba un viaje sin retorno, ya no podía taparme los ojos y negarlo.

El primer trabajo mediante Shiatsu fue con la respiración que hasta el momento era muy rápida y superficial. Poco a poco fui dándole cuenta de la rigidez de mi cuerpo: no sólo del control en los hombros, cuello y piernas, sino también del poco tono de mi espalda que se curvaba hacia adelante. Y fui abriendo la posición de los hombros, que a medida que me percataba de que siempre los tenía levantados he ido relajando. El respeto en el contacto también ha sido muy importante ya que me ha permitido confiar. ¡Y todo esto estaba pasando mientras continuaba creyendo que sólo era un "masaje"! Aunque de vez en cuando algún comentario me resonaba en la cabeza como que "el cuerpo es el envase que contiene las emociones". A lo largo de lo que ha ido sucediendo, poniendo atención, he podido comprobar que no son simples coincidencias...

He de decir que cuando se destapó este tema recurrí a otras ayudas como la psicología individual, terapia de grupo, medicación u otras terapias alternativas, así como también hace tres años empecé la formación en Shiatsu; incluso anteriormente, sin ser consciente, ya estaba utilizando la pintura para expresar lo que no podía contar con palabras. Por tanto, creo que una me llevó a la otra y todas juntas han hecho posible que

ahora esté hablando de ello. También creo, por lo menos para mí, que la medicación ha sido una solución puntual para un momento en el que estaba demasiado agotada para sentirme capaz de hacer algo y que he necesitado estar en contacto con otra forma de entender el cuerpo para abrir mi forma de pensar.

Entre todas las sesiones de Shiatsu recibidas (tanto a nivel particular como a través de la formación) hay dos que nunca las podré olvidar. En una el terapeuta me pidió que visualizara una situación de abuso, no hacia falta que le explicara los hechos sino como me sentía. Vi un ciudad vacía, con todos sus edificios e infraestructuras, pero completamente vacía. Y es así como me sentía, completamente vacía, no me sentía sola, sentía que no era nada, ni siquiera podía llorar. En la otra, una clase de Shiatsu donde se hablaba de la forma de contacto Metal, de como poner límites y de como expandirlos. En este caso tampoco fue un trabajo físico: yo me senté delante del profesor dispuesta a escuchar lo que me propusiera, pero no me dijo nada, se levanto y se sentó justo en la otra punta de la sala,

y yo me levanté y volví a sentarme delante de él. Esto se repitió un par de veces hasta que comprendí que habían otras opciones, como evitar que se fuera cogiéndole por el brazo o pidiéndole que no se marchara; tanto en la una como en la otra hacia falta firmeza y convicción y, ni en la una, ni en la otra las utilicé en un principio, o sea que... Después de un mal rato para mi y para mis compañeros de clase que lo estaban viendo lo conseguí, pero esto no era suficiente, tenía que pedirle que viniera a

mi lado dándole permiso para que se acercara: "ahora, puedes venir" con autoridad. No lo hice, ya era demasiado para mi. Aprendí mucho acerca de lo poco que me valoraba y del miedo a probar nuevas opciones, a salir de lo que ya sabía utilizar y de como me removía por dentro.

Y para que mi trabajo personal tuviera continuidad he necesitado a alguien muy persistente que continuamente ha lanzando propuestas y más propuestas, la mayoría de las cuales se han quedado en el aire, algunas pocas las he aprovechado. Alguien, que no se ha asustado delante de: "yo no se, yo no puedo, me da miedo"... y se ha colado en la pequeña grieta que yo he permitido. Grieta: "abertura larga y estrecha entre dos piezas que no ajustan".

Antes era muy fácil clasificar las cosas entre blancas o negras, solo había matices de grises. Ahora en cambio, siento que la mayor parte del tiempo estoy en arenas movedizas y, a veces, mucha confusión. Creo que estoy aprendiendo, que todavía tengo mucho trabajo por hacer y que solo acabo de empezar.

De momento esto es lo que me atrevo, o más bien, me permito, porque aún continúan sucediendo muchas más cosas.



El trabajo en lo echado a perder

☞ **Tomás Moreno (info@alquimiapc.com)**
Especialista en asistencia informática @ distancia

Hace medio año recibí la llamada de Anna Anglada (coordinadora de la Web de APSE) para intentar recuperar la "visibilidad" de shiatsu-es.com. Me contactó gracias a l@s amig@s de la Escuela de Shiatsu y Movimiento de David Ventura en Barcelona, a quienes les cuido los ordenadores y la Web desde hace años.

El estado de caos que se arrastraba había llegado al extremo de no poder visitarse la Web, al tiempo que aparecía en el buscador Google como "sitio peligroso" ya que habían constatado la presencia de virus y otros parásitos informáticos junto a montones de anuncios "no limpios". Éste era el resultado de la confluencia de despropósitos, desconocimientos y desprotección... O bien podría verse como la mala suerte de haber estado en manos poco profesionales.

Los continuos esfuerzos apoyados por Anna, a lo largo de todo este tiempo, han logrado recuperar la Web y

"trasladarla" a un nuevo lugar y bajo un nuevo nombre: www.shiatsu-apse.org, dónde todo vuelve a funcionar bajo control. Ha sido un proceso lento por lo complejo de la situación y sus circunstancias, y no tendría sentido profundizar aquí en los entresijos del laberinto. El nombre anterior se decidió sacrificarlo por haber perdido el control de su gestión y haber cobrado "mala fama" (por el tema de los virus).

Actualmente estamos retocando y ampliando contenidos para seguidamente hacer un "e-mailing" a los cerca de 300 usuari@s registrad@s anteriormente y revitalizar sus funciones como "la cara pública de APSE", el centro de encuentro e información de sus asociad@s, así como un lugar donde contactar con Escuelas y Profesionales que difunden este Arte, quizá tan antiguo como el mismo I Ching.

Cuota anual

Durante el proximo mes de abril pasaremos a retirar el cobro de la cuota anual socio de apse 2008, cualquier cambio de datos o mas informacion llama a Cristina Secretaria APSE 680352704

Fé de erratas

Faltaron dos Seminarios de la lista publicada en el último Boletín: Chris Jarmey en las Alpujarras 25-29 de Junio con Escuela Europea tfno. 952881374
Saul Goodman en Tenerife del 12-20 de Julio con la Escuela Internacional tel. 922156109



**Anuncio de Habalkagual,
igual que en el número
anterior.**

Rompiendo tabúes sobre el cáncer de mama

Traducido por Sara Hierro

Como "expertos en salud" podría parecer que no deberíamos caer enfermos. Pero cuando caemos enfermos podemos usar nuestro conocimiento para ayudar a recuperarnos. **Pamela Ferguson** hizo justo esto para superar su cáncer de mama.

Vi un anuncio en TV sobre un nuevo estudio que afirmaba que la gente que hace ejercicio es un 35% menos susceptible de contraer cáncer. Aquellos que hacen mucho ejercicio cuando son adolescentes tienen incluso menos riesgo de contraer cáncer de mama. Bueno, yo soy una excepción en estas reconfortantes noticias ya que siempre he sido atlética. Cuando era adolescente jugaba al hockey sobre hierba para el equipo de la escuela y la universidad. Era una chiflada del fitness cuando mi cáncer fue diagnosticado. Pero aunque ser atlética y vegetariana no previno mi cáncer, ciertamente me ayudaron a sobrevivir.

De alguna manera el universo tenía una manera inusual de prepararme para esta experiencia. Como una terapeuta de Shiatsu Zen había tratado a varios pacientes de cáncer antes de ser diagnosticada. Aprendí sobre el importante papel que juegan los meridianos de Estómago y el Maestro Corazón en el soporte de la mama y para ayudar a bajar el dolor en la postmastectomía. Aprendí el valor de tratar y estirar las extremidades inferiores para ayudar a aliviar las molestias de los pacientes que no pueden ser tocados alrededor del torso o los brazos inmediatamente después de la cirugía. Aprendí el valor de enseñar movimientos lentos del ki a los pacientes para ayudarles a estimular la circulación y el flujo de ki después de la anestesia para prevenir el linfedema. Aprendí el valor de tratar el Hara y los puntos Yu para estimular la peristaltis. Y más aún, gané un gran respe-

to por las técnicas simples de Qi Gong para ayudar a armonizar el ki fragmentado por la cirugía o por la extirpación de órganos. También aprendí el valor de trabajar puntos sutiles en manos y pies en pacientes terminales con cáncer de mama enganchadas a un surtido de máquinas en el hospital. Aprendí el valor de hablar a la paciente a través de su propia interpretación de la muerte para ayudar a calmar su pasaje de acuerdo con su sistema de creencias. Durante esos últimos días éramos capaces de conectar en niveles en los que no había sido capaz de alcanzar con miembros de su familia. En los momentos en que entraban y salían de la consciencia, coloqué a la vista una rosa roja en un florero enfrente de su cama para dar belleza a los breves momentos en los que abría los ojos.

Aproximadamente cinco años después tuve yo mi mastectomía. Durante esa misma semana una buena amiga mía murió de un cáncer de mama metastático. Durante el año anterior aprendí el valor de minimizar el contacto, después de que el cáncer metastizara a sus huesos, dándole Shiatsu sutil y focalización del ki para aliviar el dolor de sus piernas.

Comparto estas surtidas experiencias con mis alumnos como una forma de estimular la aproximación holística, compasiva y práctica, sintonizando con las necesidades de cada paciente individualmente. Les digo que rechacen ideas preconcebidas y cualquier aproximación "recetaria". Yo(y numerosos compañeros supervivien-



Centro de Formación y Terapias homologado por APSE y FES

ZENIT SHIATSU

Formación de Shiatsu (3 años).

Formación de Qi Gong, Masaje metamórfico.
Cursos específicos profesionales de Shiatsu

Tratamientos

Shiatsu, Sacro Craneal, Acompañamiento al parto, Acupunura,
Aimentación energética, Gestalt, Coaching

Próximos seminarios

Quirodiagnóstico, el 19 de abril
Tratamiento con imanes, ventosas y moxas, el 20 de abril

Ronda Universitat 31,1º,4º

08007 BARCELONA

Tfno.: 93 3011976

www.zenitshiatsu.com

info@zenitshiatsu.com

tes al cáncer) encuentro ofensivo cuando somos agrupados juntos en arrasadoras generalidades sobre "tal o cual paciente de cáncer". Después de mi experiencia fui extremadamente quisquillosa sobre quien me trabajaba, descartando cualquier teapeuta que declamara suposiciones e ideas preconcebidas sobre las causas del cáncer o su tratamiento.

De igual manera, Wayne Mylin, un talentoso colega de Shiatsu, trabajaba en pacientes en tratamiento de quimioterapia en Pensilvania en el Centro Joan Karnell para pacientes ambulantes de cáncer en Filadelfia. Wayne ofrece sesiones de Shiatsu en silla. "He trabajado con pacientes en los que lo único que podía hacer era dejar mis manos en sus espaldas con presión mínima o trabajar solo en sus manos, solo con esto encontramos ya una notable diferencia" decía. Durante los tratamientos los pacientes empezaban a hablar, compartir, descargar y expresarse. Normalmente él es el único miembro del equipo al que se le permite darles 35 minutos de atención personalizada.

Wayne encontró que las siguientes técnicas y puntos podían ser muy útiles:

- Los puntos Yu de la espalda (generalmente útiles para múltiples problemas)
- Nauseas y vómitos; MC6, C7, E36 y trabajo con los pies en general.
- Ansiedad: MC6, C7, DU20 y 24 y sacro, cualquier contacto soporte y trabajo con los pies.
- Depresión: Soporte (verbal y físico), Punto Yu posterior equilibrando y tonificando.
- vértigo: C4 y trabajo con el pié.

- Deficiencia Yin: E36
- Temperatura alta: H2

Es necesario para cualquier terapeuta de Shiatsu que trabaje en un hospital que apoye el marco del tratamiento occidental que los pacientes están recibiendo. Si no apoyas la quimio o la radiación ni pienses en trabajar en este marco. No es razonable para el paciente.

Ciertamente, debo mi propia supervivencia a una hábil mezcla de tipos de medicina occidental y asiática, dos conocidos médicos suizos, Shiatsu, yoga, ciclismo, natación, Qi Gong, acupuntura, dieta vegetariana, humor, 5 años de inyecciones de muérdago (Iscador), 6 meses de la más baja forma de quimioterapia, un compañero maravilloso y soporte de grupo, y mi enseñanza práctica global. ¡Todo esto conseguido sin seguro médico! Incluso cuando mi cáncer fue metastático, le dije a Dios que me ayudara a sobrevivir para que con esta experiencia pudiera enseñar a mis alumnos a ayudar a otros cientos de pacientes con cáncer- y para escribir artículos como este.

Pamela Ferguson es una profesora invitada de Shiatsu en la Academia de Medicina Oriental en Austin, Tejas y en escuelas de Shiatsu en Alemania, Austria y Suecia. Ella es también miembro de la mesa de Terapias Corporales Asiáticas.

Si estás interesado en este tema, este artículo es un extracto de otro más extenso que puedes encontrar en *Acupuncture Today* de Enero de 2004. <http://www.acupuncturetoday.com/archives2004/mar/03ferguson.html>.



Amigos del Shiatsu



MADRID, DONOSTIA

Escuela integrada a los Planes de Formación de la Federación Europea de Shiatsu y miembro fundador de la APSE.

CURSOS REGULARES DE FORMACIÓN [octubre a junio]
CURSOS INTRODUCTORIOS DE VERANO [junio, julio y agosto]

- Abierto plazo de matriculación -

TRATAMIENTO INDIVIDUALES

Sesiones de Shiatsu, acupuntura, estética...

Nueva dirección:

Duque de Fernán Núñez 2, 3º 1 y 2 - 28012 MADRID / Tlf: 91 429 49 89 - Fax: 91 429 97 14
e-mail: amgshiat@teleline.es / www.shiatsuescuela.com

El Viaje de un Hombre al Corazón de su Shiatsu

✎ Casper Walsh

Traducido por Gill Hall y Jorge Navacerrada

Casper Walsh, 38 años. The Shiatsu Practice, Bristol. Se graduó en el Shiatsu College (Londres) en diciembre de 1997. Puso su consulta en la costa oeste de Irlanda en 1997 y en Bristol en 1998.

Se afilió al Proyecto Mankind en 1999 principalmente para sanar temas personales. Como consecuencia de ello, desarrolló un papel como facilitador y mentor en el trabajo con grupos de hombres y, junto con sus compañeros, creó una nueva preparación en ritos de iniciación para hombres jóvenes. Casper ha trabajado en

comunidades y cárceles a través de Inglaterra y Gales con delincuentes jóvenes y adultos desde 1998, a quienes ayuda a enfrentarse y a sanar problemas personales a través de contar cuentos.

El asistir al seminario de Kishi en Devon en 2005 le ayudó a centrarse de nuevo reenfocarse y a expandir su práctica y, después de 10 años de aprendizaje, esto le ha permitido encontrar por fin su auténtica voz en el Shiatsu.

Me gradué en el Shiatsu College de Londres en 1997. En aquel momento, sentí que había comprendido los fundamentos del Shiatsu, así como la suficiente confianza para empezar a montar mi propia consulta. Según terminé el residencial, subí a mi coche y empecé el largo viaje a la costa oeste de Irlanda, donde mi aventura como nuevo terapeuta comenzó.

En aquel momento de mi vida buscaba desesperadamente un enfoque diferente en mi forma de relacionarme con casi todo el mundo. Quizá podría haber sido una búsqueda más suave, pero fue como fue y necesitaba aprender.

Había una contradicción entre mi manera de ser como hombre, que practicaba Shiatsu, y cómo era mi vida personal con todas mis relaciones. Esto creó en mí una tensión creciente, que me dejó confuso, con miedo, rabia, tristeza y lo más debilitante, la vergüenza. "Soy terapeuta de Shiatsu, estoy bien, en forma, no me pasa nada, hago mi trabajo, ¿no?". "Yo sano a los demás, ¿verdad?". Realmente no me parecía bien sentirme vulnerable, imperfecto..., humano. Esto, en verdad, tenía más que ver con la idea que tenía de mí mismo, como creía que necesitaba ser, proyectado en los que me rodeaban. No era de extrañar que estuviera confuso y me sintiera constantemente dolido. Al estudiar en el Shiatsu College estaba centrado y era disciplinado. Creo que fue lo único que me mantenía cuerdo cuando era tan evidente que mi vida se me escurría

entre los dedos. Fue a través de este proceso académico que, por primera vez en mi vida, me di cuenta de mi potencial como ser humano. Cuando salí de la imprenta con mi tesis en las manos, me costó creer que yo había sido capaz de crear un trabajo tan fuerte y apasionado; un buen final para un proceso de aprendizaje de tres años que había sido tan potente. En aquel momento, no estaba preparado para ir más allá del aprendizaje académico. Estaba demasiado implicado en mi drama y adrenalina como para poder ver lo suficientemente profundo en mi alma y descubrir qué clase de animal aterrizado se escondía en mis sombras.

Descubrí ese miedo en Irlanda y lo exploré plenamente. Parecía que contener y negar la existencia de mis sombras ya no era una posibilidad y entré en una fase nueva de mi vida. Ahora tenía alguna idea sobre lo que me bloqueaba y me causaba tanto dolor. Fue, teniendo en cuenta temas de abusos, mi miedo a ser amado. Pensaba que con sólo saberlo sería suficiente; podría comprenderme y, por lo tanto, controlar mis emociones. La verdad es que la comprensión y la voluntad de mirar más profundamente a lo que me sucedía fue más dolorosa de lo que podía haber imaginado. Hasta ese punto había habido un consuelo sutil por el hecho de estar dormido.

Después de un año, más o menos, me fui de Irlanda y regresé a Inglaterra, para instalarme en Bristol. Por aquel entonces estaba saliendo de la relación más desafiante de mi

vida. Ahora veo la belleza y el regalo que supuso aquel insoportable dolor durante lo que fueron casi dos años, pero el viaje fue duro. Las dificultades en esta relación tuvieron un impacto directo sobre mi Shiatsu, en mi capacidad de trabajar con claridad y apertura. Creo que llorar en medio de un tratamiento, que daba yo, por causa del dolor que venía por lo que me estaba pasando fuera de la consulta, fue una indicación clara que la frontera entre mi vida personal y mi trabajo era confusa. Si pensaba seguir como terapeuta tenía que mirar al centro de este dolor.

En un último y ridículo intento de evitar los temas que aparecían, me encontré a mí mismo huyendo cada vez más de mi desafío personal y como terapeuta de Shiatsu, escapando hacia mi vida como escritor. Mi consulta en Bristol redujo su actividad hasta el punto de casi un total parón. Después de un año se había reducido la mayor parte de mi Shiatsu a trabajar solo con amigos. Sin embargo, incluso a través de la escritura, mi alma y su necesidad de ser vista y escuchada encontró su camino hacia la superficie y una vez más me encontraba de nuevo en medio de mi dolor. Claramente, no había vuelta atrás.

Por aquel entonces, recibí una llamada de mi hermano y me contó que iba a hacer una formación iniciática sobre su masculinidad en un grupo de hombres. Me preguntó si me apetecía hacerla a mí también. Sentí una emoción y un miedo que crecían en mí y, sin dudar, lo

dije que sí. El siguiente fin de semana fuimos a Dorset y participé en una de las aventuras más increíbles de mi vida, en la que aún sigo.

Lo que sucedió durante el transcurso de la formación de 3 días fue lo que mi alma había estado buscando durante toda mi vida. Me ofrecieron la oportunidad de mirar directamente a mi/s sombra/s y ver qué clase de regalo podrían traer a mi vida. Cada hombre allí presente me ofreció soporte y me sentí seguro. A pesar de eso, mi cabeza pasó las primeras 24 horas buscando algo, esperando ver quién metería la pata y darme una excusa para poder salir, después de haberme convencido a mí mismo de que lo que veía era mentira. A la mitad del segundo día, con la cabeza zumbando con avisos incesantes, tomé la decisión de conectar con mis instintos. Lo que me venía fue una sensación potente de seguridad y confianza (en los otros).

El trabajo que hemos realizado en este increíble grupo de hombres empoderados durante los últimos 5 años ha significado volver a un lugar de confianza, intuición y de seguir lo que me dice mi cuerpo. He sido capaz de llevar este trabajo alquímico y transformador a mi vida y al mundo. He encontrado, dentro de mí,

un creciente sentido de quién soy y de mi verdadera belleza. Me veo y me siento como un hombre de autenticidad, vulnerabilidad y sanación. El verano pasado, un compañero terapeuta de Shiatsu me devolvió el regalo que le había hecho yo a él para ayudarlo a seguir su propio camino de iniciación, regalándome un fin de semana en un seminario con Kishi en Devon. Lo que descubrí allí fue otro nivel de iniciación. Después de casi 10 años ejerciendo, por fin había descubierto mi voz verdadera en el Shiatsu. No el Shiatsu que pensaba que debía hacer, sino el Shiatsu que había nacido para hacer. El trabajo que había hecho hasta entonces sobre el cuerpo se había enfocado en que la cabeza dirigiera el trabajo, el diagnóstico, "¿qué meridiano?", "¿lo pillan?", "¿les estoy arreglando y les caeré bien?". Durante aquel fin de semana comprendí que la quietud es tan importante como el movimiento. Que si mi mano, mi cuerpo, mi corazón sintieran la necesidad de quedarse en un lugar o salirse de un trayecto del meridiano elegido, yo lo podría seguir y explorar. La duda aún está al acecho en mí, pero la acojo y la permito hablar. La verdad sobre dónde me encuentro con un cliente en un momento dado está en la sen-

sación (el sentimiento) y no en el saber, está en el Hara y en el corazón. Este enfoque y esta creencia me están ayudando a reconstruir la base de mi clientela. Con las cuestiones acerca de mi miedo, mi rabia, mi tristeza y mi vergüenza expuestas y apoyadas por mi extraordinariamente compasiva comunidad (tanto en el Shiatsu, como en el trabajo con el grupo de hombres), estoy descubriendo un gozo y una libertad que nunca supe que existirían.

Descubrir esa intuición y sensación, para mí, es la respuesta. Cuanto menos me enfoco en "arreglar" a los clientes y cuanto más soy capaz de estar con ellos, ser testigo de su proceso y ofrecerles soporte en su viaje, más responden ellos y más parecen encontrar su sanación. Es la manera antigua del Zen de sentarse con nada que no sea lo que presenta el momento, sin apegos; simplemente estando y jugando con las energías del universo.

Este largo y bello viaje hacia mi interior y mi verdad me lleva profundamente al corazón del ser para el cual yo realmente nací, y doy las gracias a todo por ese honor.

Este artículo apareció por primera vez en el Boletín de "Shiatsu Society News".

Escuelas asociadas a APSE.

Amigos del Shiatsu

Escuela Europea de Shiatsu

Escola de Shiatsu i Moviment

Escuela Internacional de Shiatsu

Escuela de Shiatsu Levante

Escuela Zenit Shiatsu

Escuela Sol y Luna

Escuela Habalkagual

Escuela Valenciana Shiatsu

Escuela Meridiana

Escuela Tálamo

Los Efectos y La Experiencia del Shiatsu

Un Estudio Europeo

✂ **Jorge Navacerrada**

Nos hace ilusión compartir con vosotros/as la noticia de que el Proyecto de Investigación que empezó hace tres años ha tenido su fruto, con la presentación de los resultados y del Informe final. El objetivo del estudio de la FES ha sido documentar científicamente "los efectos y la experiencia del Shiatsu". Esta investigación es única, ya que no se había hecho nunca hasta ahora.

La investigación ha sido coordinada por el Profesor Andrew F. Long, investigador de sistemas de salud, en el Instituto de Cuidado de la Salud, de la Universidad de Leeds (Reino Unido) y Seamous Connolly, representante de Irlanda en la FES.

El diseño de la investigación ha tenido en cuenta que la práctica del Shiatsu tiene lugar dentro de la relación energética entre el/la terapeuta y la persona receptora, cuya naturaleza es intuitiva. La muestra sobre aproximadamente 1.000 personas que recibieron tratamientos de Shiatsu a corto y largo plazo, en tres países europeos (Reino Unido, Austria y España).

En lo que respecta al método de la investigación no lo trataré por cuestión de espacio, aunque estará disponible esta y más información próximamente en la nueva página web de APSE: www.shiatsu-apse.org.

Entrando en las conclusiones y resumiendo mucho, el estudio demuestra los beneficios del Shiatsu, conocidos desde ya hace tiempo. Caben destacar los siguientes beneficios:

- Efectos inmediatos: "sentir la energía moverse o cómo se soltaron bloqueos"; "cómo ocurrieron cambios físicos y emocionales"; sentirse "relajado o más calmado", "con más energía", "más capaz de sobrellevar las cosas" o "más equilibrado después de la sesión".

- Efectos a más largo plazo:

Cambios en los síntomas: disminución significativa de los síntomas de "tensión y estrés", "problemas con los músculos, las articulaciones o la estructura corporal".

Efectos específicos: mejora general de la salud; confianza con referencia a su salud; ayuda en mejorar su postura o la manera en que utilizan su cuerpo; capaci-

dad en ayudarse a sí mismo; esperanza en que "mis problemas se pueden solucionar"; y "evolucioné como persona".

Cambios en estilos de vida: incremento en la cantidad de "descanso y relajación" y "ejercicio"; "conciencia cuerpo-mente"; "niveles de confianza y determinación".

Entre las principales consecuencias se encuentran las siguientes:

- Para la práctica del Shiatsu:

- Se confirma la seguridad del Shiatsu, así como los efectos beneficiosos.

- Necesidad de un seguimiento y apoyo a la persona receptora, posteriores al tratamiento.

- Importancia y potencia de los consejos y las recomendaciones ofrecidas por los/as terapeutas a las personas receptoras.

- La importancia de la relación entre la persona receptora y el/la terapeuta: "trabajar juntos/as".

- Económicas: Una disminución en consultas al médico/hospital con el tiempo, junto a una disminución en el uso de la medicación convencional.

No quiero acabar sin ofrecer también una visión autocrítica respecto a la investigación, ya que, por un lado y según el método científico, no demuestra la causalidad, ya que imputar una causa requiere un diseño diferente, que implica, al menos, un grupo comparativo (blanco).

Por otro lado, la investigación está financiada por la propia FES (y por APSE en la medida que pagamos una contribución a ella), y sin dudar de la independencia del equipo investigador, siempre es un punto cuestionable. Por ello, desde la FES se está buscando nuevas fuentes de financiación, como es la Unión Europea.

Con esto, no quiero desmerecer el estudio, ya que efectivamente ha sido posible gracias al esfuerzo de muchas personas, y es pionero en el mundo. Todo lo contrario, creo que es necesaria la investigación en este campo, lo que contribuirá a un mejor conocimiento y práctica del Shiatsu. Así que... ¡Estamos de enhorabuena!

Shiatsu Levante

Escuela de Shiatsu de la APSE y FES

SEMINARIO RESIDENCIAL CON NICOLA POOLEY

Trabajando con Shiatsu de luz-Los Canales Centrales (DU-REN-CHONG-BO-MAI) en conexión con las Chakras

Centro CEMACAM, Torreguil, Murcia - 12, 13 y 14 de septiembre

CURSOS DE FORMACIÓN PROFESIONAL 3 AÑOS

(Octubre a julio) Mañana, noche y fin de semana.

Tratamientos y consultas Shiatsu.

CURSO DE INICIACIÓN



Administración:

Pedro García Villalba 42, 3º A,

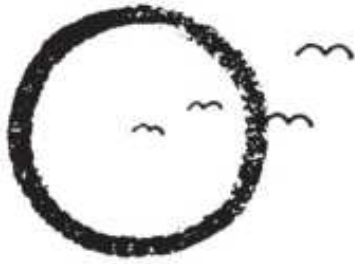
La Alberca, 30150 Murcia

shiatsu@shiatsu-levante.eu

www.shiatsu-levante.eu

968 840 193

606 547 070



SHIATSU EL ARTE DEL CON-TACTO

- * Curso de formación
- * Retiro en verano
- * Sesiones de tratamiento

Asociación Navarra de Shiatsu
948 36 37 21 / shiatsunavarra@yahoo.es

ESCUELA MERIDIANA

c/Ruperto Chavarri, 8, 28224 Pozuelo de Alarcón (Madrid)
Tfno: 91 799 14 79 / 656 884 354. Fax: 91 799 14 89
www.escuelameridiana.org
info@escuelameridiana.org



Sol y Luna

Cursos Profesionales

Terapeuta Shiatsu (3 años)
Monitor Qigong (2 años)
Masaje Ayurveda (1 año)

Cursos complementarios

Reiki-Do (iniciación hasta Maestría)
Terapia con Flores de Bach
Qigong del Elixir

C/Sol y Luna, 12. 18007 Granada
www.solyluna.es ☎ 958 812 400

Shiatsu Levante

Escuela de Shiatsu de la APSE y FES

SEMINARIO RESIDENCIAL CON NICOLA POOLEY

Trabajando con Shiatsu de luz-Los Canales Centrales
(DU-REN-CHONG-BO-MAI) en conexión con las Chakras

Centro CEMACAM, Torreguil, Murcia - 12, 13 y 14 de septiembre

CURSOS DE FORMACIÓN PROFESIONAL 3 AÑOS

(Octubre a julio) Mañana, noche y fin de semana.

Tratamientos y consultas Shiatsu.

CURSO DE INICIACIÓN



Administración:

Pedro Garcia Villalba 42, 3º A,

La Alberca, 30150 Murcia

shiatsu@shiatsu-levante.eu

www.shiatsu-levante.eu

968 840 193

606 547 070

Futones · Tatamis · Camas · Sofas Convertibles · Complementos

Futones de Shiatsu recomendados por A.P.S.E. a precios especiales:

Futon Shiatsu	Clasico	Con Latex	Funda crudo	Funda color
140 x 200 x 7 cm	170 €	220 €	40 €	52 €
160 x 200 x 7 cm	190 €	250 €	44 €	56 €

Largo hasta 220 cm : + 12 % - Consultar otras medidas

Futon recomendado para uso profesional
Clasico : 7 cm de algodón
Con Latex : algodón 4 cm + latex 3 cm

Futon Roll	Algodón	Latex	Funda crudo	Funda color	Bolsa
100 x 190 cm	70 €	106 €	36 €	44 €	30 €
120 x 190 cm	83 €	124 €	38 €	45 €	
140 x 190 cm	105 €	145 €	40 €	52 €	34 €

Futon ligero de llevar y fácil de guardar.
Para prácticas y shiatsu a domicilio.
Bolsa con asas, opcional.
Grosor: Algodón 4 cm. / Latex 3 cm

Futon Portatil	Algodón	Latex
100 x 190 cm	122 €	150 €
120 x 190 cm	140 €	170 €

Con funda y asas de transporte.
Para shiatsu a domicilio.
Bolsa con asas, opcional.
Grosor: Algodón 4 cm / Latex 3 cm

Almohada 45 x 30 cm, de latex y algodón, con funda: 24 €
Rodillo 50 x 12 cm. de latex y algodón, con funda : 30 €
Cojín de meditación 30 x 20 x 15 cm. con funda : 35 €
Biombo, mesitas, lamparas, . . . más información en la web.



Futon Dream · C/ Estrella 7 · 08630 Abrera - Bcn · 937 738 404 · 629 289 324 · raimon @ futondream.com

SOLICITUD DE INSCRIPCION EN A.P.S.E.

Nombre y Apellidos: DNI:

Domicilio:

Población: Provincia:

Código postal: Teléfono: E-Mail:

Número Cuenta Corriente (20 dígitos del c.c.c.):

Escuela o Centro de Estudios:

Indica si eres asociado, profesional* o estudiante(nivel):.....

*Aportar copia de titulación o titulaciones.

Enviar a la sede de A.P.S.E., Apartado de correos 7173, 28012 Madrid
www.shiatsu-es.com

Adjuntar dos fotos carnet

Cuota anual: Estudiantes 40 euros - Profesionales 85 euros

Oshima Ryota (1718-1787):

Owarete wa
tsuki ni kakururu
hotaru kana

Tan insistentemente perseguida
que la luciérnaga se ocultó
en la luz de la luna

¿Dónde podría esconderse una luz?

En una luz mayor

La luciérnaga, sabiéndose disolver en lo que es mayor que ella,
encuentra refugio

Nuestra misma naturaleza agigantada nos protege
al permitir la transformación en
lo inesperado.