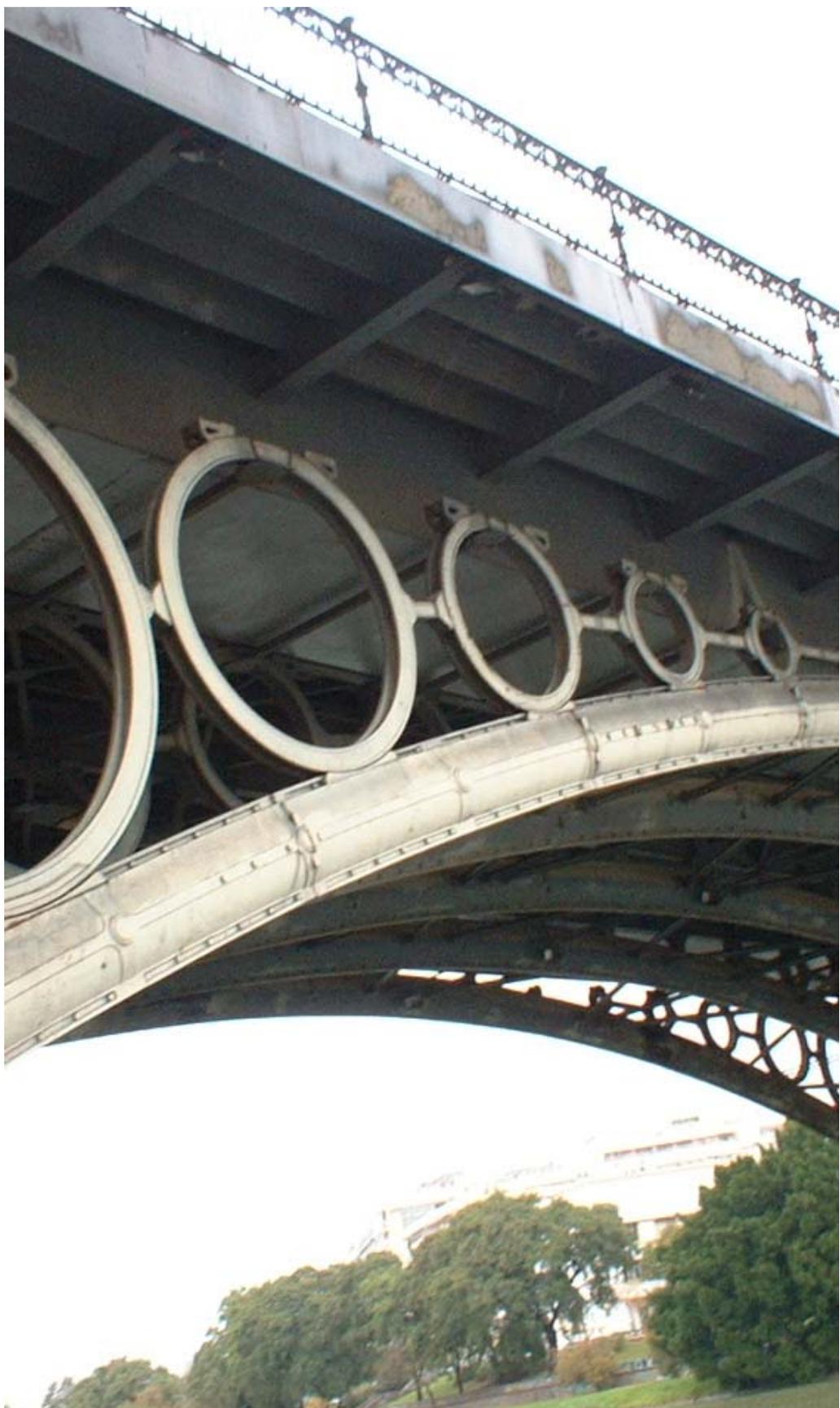


Boletín de la Asociación de Profesionales de Shiatsu de España

SHIATSU

Boletín de la Asociación
de Profesionales de
Shiatsu de España

Número 13
Otoño 2002
P.V.P.: 2 euros
Socios A.P.S.E.: Gratuito



SHIATSU

D.Legal: SE-3.320-2000

Boletín cuatrimestral**Edita**Asociación de Profesionales
de Shiatsu de España**Número 13**

Otoño 2002

Editor

Paloma Parras

**Diseñado e Impreso
en Sevilla**por José Lebrato
600 70 95 53**Contenido**

Centros asociados	2
Editorial	3
Noticias de la F.E.S.	4
Impresiones de un Congreso...	5
La V Asamblea Congreso	6
Catalina y sus amigos...	8
¿Hasta dónde llega el Shiatsu?	10
Shiatsu con la energía del corazón	12
Actividades	17
Anuncios cortos y uno aprende	19 20

**Envía tus
colaboraciones a**

Paloma Parras
Cristo de la Vera Cruz 18
41909 Salteras (Sevilla)
Tel.: 95 570 80 84
e.mail: boletin@shiatsu-es.com
palomap27@eresmas.com

**Centros asociados
a A.P.S.E.****Amigos del Shiatsu**

Atocha, 121, 1º izda

28012 Madrid

Tel.: 91 429 49 89. Fax: 91 429 97 14

amgshiat@teleline.es

www.shiatsuescuela.com

Escuela Europea de Shiatsu

Administración de España

Paseo del Nacimiento s/n

29610 Ojén. Málaga

Tel.: 952 88 13 74

shiatsu@terra.es

www.shiatsu.org.uk

Escola de Shiatsu i Moviment

Travesera de Gracia 66, 3º 1ª

08006 Barcelona

Tel: 93 200 47 76

info@shiatsu-movimiento.com

www.shiatsu-movimiento.com

Escuela Internacional de Shiatsu

Porlier 62, 1º izqda.

38004 Sta. Cruz de Tenerife

Tel.: 922 24 43 06

shiatsu-e@eresmas.net

www.shiatsu-e.com

Escuela de Shiatsu

Calle Arquitectos Fco. y Jacobo Florentín, 13 bajo

Vistalegre. Murcia

Tel.: 968 93 02 47

Móvil: 606 54 70 70

phlescueladeshiatsu@hotmail.com

Estimados colegas: es para mí un placer y una responsabilidad tomar el relevo en la tarea de editar el Boletín de Shiatsu. Yo estudié Shiatsu fuera de nuestro país y mi sueño era poder regresar y contribuir al desarrollo de esta práctica aquí, en España. Poco a poco las cosas van sucediendo y aquí estamos afrontando el reto de sacar el Boletín, como lo hizo anteriormente nuestro amigo Ricardo. Por cierto, gracias por tu ayuda y por los ánimos que me has dado.

Quiero contaros que queremos continuar en la misma línea. No habrá cambios espectaculares (tampoco son necesarios) pero sí algunas novedades como la publicación de una lista de terapeutas a nivel nacional, que se nos ha quedado en el tintero y saldrá en el próximo número gracias a la colaboración que esperamos recibir de los interesados, un resumen de las actividades llevadas a cabo en nuestro entorno y cuantas nuevas ideas o aportaciones enriquezcan el contenido de éste, nuestro Boletín.

A mí personalmente me gustaría mucho también que el Boletín nos sirviera a todos para comunicarnos y poder compartir nuestras experiencias. Con el artículo "Hasta dónde llega el Shiatsu", pretendo abrir un espacio en el que podamos descubrir y compartir cómo nos sentimos cuando hacemos Shiatsu. Pero yo sola no puedo ni creo que fuera buena idea llevar a cabo ésta empresa sin otras aportaciones. Sería muy aburrido conocer sólo mis ideas y puntos de vista.

Por ello os pido una vez más vuestra colaboración, críticas y propuestas. Así conseguiríamos entre todos una publicación que fuera enriquecedora en nuestro trabajo y a la vez, amena y divertida, de forma que estemos deseando tener el número siguiente en nuestras manos.

Para enviarnos información, lo podéis hacer a

Boletín **SHIATSU** de A.P.S.E.

Paloma Parras

c/ Cristo de la Vera Cruz 18 - 41909 Salteras (Sevilla)

Tel.: 95 570 80 84

boletin@shiatsu-es.com - palomap27@eresmas.com

La Federación Europea de Shiatsu

Noticias de la F.E.S.

■ *Brian Carling.*

Presidente Federación Europea de Shiatsu.

Alemania

Se dice que esta bien vivir en tiempos interesantes. Para el Shiatsu en Europa los tiempos interesantes están pasando ahora en Alemania. Los practicantes de Shiatsu ahí están en una situación difícil y la asociación alemana de Shiatsu el GSD no sabe cómo proteger sus socios. El problema es que en Alemania están legalmente reconocidos los "Heilpraktiker". Esta es una formación en naturopatía que existe desde hace muchos años. Según la ley alemana solamente los médicos convencionales y los Heilpraktiker pueden ejercer "una terapia curativa". La gran mayoría de practicantes de Shiatsu en Alemania no son Heilpraktiker y no quieren serlo. Pero recientemente un juicio ha decidido que Shiatsu es en sí una terapia curativa. Algunos terapeutas de Shiatsu han sido multados por anunciar sus servicios y los demás sienten perseguidos por abogados, quienes en el sistema alemán pueden denunciar y cobrar un porcentaje de la multa impuesta.

La respuesta de la GSD ha sido la de adoptar una estrategia que quiere mostrar que Shiatsu no es de ninguna manera una terapia curativa. En la FES en los últimos meses han estado en contra de cualquier iniciativa que podía decir lo contrario. Están cuestionando la utilidad del Proyecto de Investigación, han criticado la Guía de Shiatsu en Europa y la página web de la FES, porque piensan que pueden manifestar opiniones en contra de su estrategia. Han prohibido en su propio boletín opiniones que dice que Shiatsu es un terapia curativa. Aunque solamente hay que mirar números anteriores para ver otro punto de vista.

La reacción de los otros miembros de la FES ha sido primero que es una estrategia casi imposible a conseguir. En la literatura de Shiatsu siempre hay referencias a sanación, al estímulo del poder curativo, y a las enfermedades. Segundo, no es en el interés de practicantes de Shiatsu en otros países decir que Shiatsu no es una terapia curativa. En las definiciones entran muchas complicaciones y más cuando todos hablamos distintos idiomas.

La actitud de la FES es que queremos ofrecer toda la ayuda posible al GSD pero tenemos dudas serias sobre su estrategia. Pensamos que pueden tener más éxito entrando en una lucha legal porque los ataques que están recibiendo están infringiendo sus derechos humanos. Hasta ahora la GSD ha descartado ese camino.

De todas maneras es una situación compleja y difícil, la

FES no puede apoyar una estrategia que puede perjudicar la práctica de Shiatsu en otros países europeos pero tampoco queremos dejar de apoyar al GSD.

Existe la posibilidad de que la GSD pudiera salir de la FES, su reacción a su situación tan difícil ha sido muy defensiva e introvertida, pero no creemos que es en el interés de nadie que no siga como miembro importante de la FES.

Congreso Internacional de Shiatsu en Viena

En Agosto hubo un Congreso en Viena patrocinado por la FES, con una asistencia de ponentes de toda Europa, Japón y Norte América. Estaba organizado muy eficazmente por la Escuela Naikido en un espléndido palacio vienes. Además de ser eficaz, era relajado con muy "buen rollo", un ejemplo para seguir por cualquier futuro congreso. Los participantes tenían la oportunidad de escuchar, ver y participar en talleres con unos de los más destacados profesores de Shiatsu en el mundo y quedaron muy contentos con la experiencia.

El Proyecto de Investigación

La primera fase del Proyecto esta ya completado pero para empezar la segunda fase faltan fondos. Como ya se sabe hemos financiado el proyecto hasta ahora con las contribuciones de los socios de las asociaciones europeas. Pero para seguir y hacer la investigación en todos los países falta bastante dinero.

Hicimos una petición para una ayuda a una fundación en Suecia y aunque el proyecto les gustó, y dijeron cosas muy positivas sobre él, no nos han dado la pasta.

Estamos ahora considerando las opciones.

Estamos intentando identificar otras fuentes de financiación, que no es nada fácil, porque hay muchísimas fundaciones benéficas y nos tenemos que ajustar a sus criterios. Si alguien tiene algunos contactos o conocimientos de posibles fuentes de financiación por favor ponte en contacto conmigo.

Hemos descartado por el momento la financiación de la Comunidad Europea que tiene mucha pasta pero exige unas condiciones que no podemos cumplir. Además la cantidad que estamos buscando es en términos de la CE demasiado pequeña.

Otra posibilidad es reducir la escala de la segunda fase y hacerla en uno o dos países sólo. Estamos investigando qué es lo mínimo que podríamos hacer que tuviera validez científica.

Total, seguimos adelante pero el camino es un poco duro. ■

Impresiones de un Congreso único

■ David Ventura

En Viena vivimos un congreso en el que hubo de lo mejor que podemos esperar en el mundo del Shiatsu.

La organización fue absolutamente un ejemplo a tener siempre presente; mucha pero sin abrumar, eficaz al máximo sin por ello perder fluidez y adaptabilidad y sobre todo esencialmente agradable, de trato exquisito y con un tacto que hizo que todo fuera sobre ruedas y nadie se sintiera desplazado o manipulado. Supieron transformar los espacios, palacetes imperiales potencialmente impresionantes, en acogedores salones en los que era fácil sentirse cómodo.

Se respiraba buen rollo y profesionalidad, ganas de hacer cosas y de hacerlas bien. Había una sensación de dirección, de movimiento. El corazón estaba en el ambiente.

A lo largo de todo el congreso se puso de manifiesto más el deseo de investigar, escuchar y compartir el Shiatsu,

que una preocupación por el proceso legal en el que estamos inmersos actualmente. Evidentemente se trataron enfoques y situaciones, pero el foco de las distintas exposiciones estuvo en la necesidad de confiar en nuestro arte y en nuestros clientes como valedores ante quien no nos conoce, evitando así el estar siempre a la defensiva.

Hubo también, por un lado por falta de tiempo, y por otro, creo, por voluntad de la organización, una falta de debate profundo sobre aspectos más conflictivos o ásperos como podrían ser las posibles formulas de acercamiento entre estilos y escuelas. Faltó, para mi gusto, confrontación de ideas y debido a ello algo de chispas en este congreso que fue sin embargo una magnífica ocasión de contacto con el Shiatsu en Europa.

Gracias a la gente de Viena por organizarlo y a ver si nos animamos aquí pronto.



ESPAÑA

Escuela Internacional de Shiatsu

Cursos desde Nivel de Iniciación a Formación Profesional en Tenerife, Lisboa y el Algarve.

Cursos intensivos en Julio y Agosto.

Semanas vacacionales y Shiatsu a la orilla del mar en Tenerife.

Tratamientos de Shiatsu, Acupuntura, Feng Shui, Salud Natural y Cocina.

SEMINARIO "MÁS ALLÁ DEL JITSU Y KYO"
por Wilfried Rappenecker.

CURSO AVANZADO DE SHIATSU
los días 6, 7, 8 y 9 de Marzo de 2003 en Tenerife.

Escuela Internacional de Shiatsu

Porlier 62, 1ª izqda. - 38004 S. C. de Tenerife

Tel: 92 224 43 06 - Fax: 92 215 08 29

e-mail:shiatsu-e@eresmas.net

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

La V Asamblea Congreso

■ Juan E. Gil

Durante los días 13 al 15 de Septiembre pasados, como sabréis, se celebró en Madrid nuestra V Asamblea Congreso de la APSE, que aún habiéndose anunciado con un año de antelación y también en los dos últimos Boletines e incluso por carta, no tuvo la asistencia que hubiese sido de desear: menos de la mitad de asistentes que la del pasado año, aunque el número de socios fuese ahora muy superior al de entonces. Algo habrá que arreglar dentro de nosotros para evitar esto.

Los actos comenzaron el viernes por la tarde con una puesta en común de los asistentes sobre *La ética en el Shiatsu*. En esta Mesa Redonda se valoraron pros y contras de diversos conceptos éticos no recogidos en nuestros Estatutos asociativos pero sí en los de otras asociaciones similares a la nuestra en el ámbito europeo. Finalmente se encontraron algunos aspectos éticos que se

vieron de suficiente importancia como para introducirlos en el redactado de nuestros Estatutos.

La noche terminó con una animada cena improvisada en las cercanías de la **Escuela Amigos del Shiatsu** donde, como cada año, tuvimos la oportunidad encontrarnos o reencontrarnos y compartir un agradable rato con amigos y amigas de diversos lugares. Desde aquí nuestro profundo agradecimientos a la Escuela por sus continuos detalles y facilidades, tanto técnicas como humanas, que durante todo el encuentro tuvieron con todos los asistentes.

Ya el sábado por la mañana la compañera de Valencia Sol Morán, nos dirigió una estupenda sesión de yoga que además nos vino muy bien para lo que después venía: los debates de la Asamblea. Ésta comenzó a las 12 de la mañana con la presentación de cada uno de los asistentes y la consabida lectura del Acta

de la Asamblea anterior, que se aprobó por unanimidad.

En el apartado de las cuentas hay que señalar varios asuntos: 1) Que en el cobro del último recibo de la cuota anual de los profesionales, se han cobrado 42 • lugar de los 45 • que correspondían correctamente. Los 3 euros de diferencia se incrementarán en el siguiente recibo que a partir de ahora ya será de 50 •. 2) Hay gran cantidad de devoluciones debidas a errores en claves de bancos y números de cuenta. Por ello se vio la necesidad de aconsejar a toda persona asociada que repase esas claves si es que no ha recibido el cargo en su cuenta y comuniquen cualquier variación de ésta al Tesorero. De esta forma, las devoluciones, que suponen un gasto importante para la asociación, pueden ser fácilmente disminuidas.

El informe de la Junta Directiva estuvo →



Escola de Shiatsu i Moviment

- Cursos de Formación Profesional (Inicio octubre de 2002 y enero de 2003)
- Cursos de Postgrado en Shiatsu en Movimiento, por David Ventura, en Barcelona y en Madrid. Mínimo, dos años de estudios de Shiatsu.
- Cursos de Chi-Kung y Tai-Chi.

CURSO RESIDENCIAL CON con BILL PALMER "MOMENTS OF RECOGNITION"

(Creador del "Shiatsu y Movimiento")

Del 1 al 4 de mayo de 2003, en Barcelona.

Escola de Shiatsu i Moviment

Travesera de Gracia 66, 3º, 1º - 08006 Barcelona. Tel 93 200 47 76

Nuevo e.mail: info@shiatsu-movimiento.com

Nueva página web: www.shiatsu-movimiento.com

centrada cuatro asuntos: la imposibilidad de haber sacado este año a la luz otro número más del Boletín, como hubiésemos deseado todos; lo absurdo de contratar un Seguro de Responsabilidad Profesional mientras sólo cubran riesgos por "actividad médica"; la posibilidad de contratar un gabinete jurídico para la defensa de los asociados en su actividad profesional; y la adopción de un Examen Corporativo para quienes soliciten entrar a formar parte de la APSE y no se hayan formado en ninguna de las Escuelas integradas en la Federación Europea de Shiatsu. De este último asunto se encargará Rita Griesche. Después de hacer un ligero repaso de la actividad de los grupos locales (este último año han funcionado más los de Sevilla y Euskadi), se debatieron los textos propuestos por la Junta Directiva para su inclusión en los Estatutos: Se reforma del Artículo 30 expresándose ahora que "para presentarse a las elecciones a la Junta Directiva será necesario haber sido miembro de APSE un mínimo de 6 meses antes de la votación". También se añade un párrafo por el que "el Presidente habrá de ser obligatoriamente socio terapeuta". Se incluye un artículo adicional para dar soporte a nuestra pertenencia a la Federación Europea (FES) y se contempla

en él las relaciones entre ambas organizaciones.

Se modifican por ampliación los artículos estatutarios 31 y 49, añadiéndoseles al texto existente un redactado que contempla las garantías y precauciones que han de observarse en nuestra actividad profesional con los menores y con las personas que presenten minusvalías psíquicas.

En el apartado de Elecciones, y ante la dimisión estatutaria o por imposibilidad de dedicación de varios miembros de la Junta, se presentan y se eligen por unanimidad Rita Griesche (Murcia), Juan E. Gil (Sevilla) y Jaume Gómez (Barcelona). Se pide que haya algunos colaboradores y se ofrecen Juan de Dios (Murcia) y Miguel (Burgos).

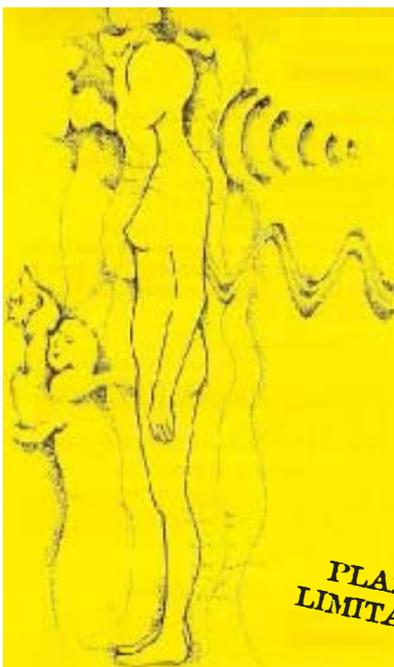
A efecto de dar fuerza y apoyo a nuestra relación con la FES se nombra una comisión de trabajo a tales efectos donde, además de su titular Brian Carling, estarán Sol Morán (coordinando la FES con la Junta de APSE) y Alexandra Valle (de Málaga).

La Junta Directiva recibe un mandato de la Asamblea para que se estudie la posibilidad de ceder a una gestoría los asuntos relacionados con la administración y contabilidad de la Asociación, siempre que presupuestariamente sea posible, claro.

Se dio fin a la Asamblea con el deseo de una mayor asistencia para la próxima, que será también en Madrid durante los días 12, 13 y 14 de Septiembre de 2003. El "broche" fue una danza meditativa que nos dirigió Brian... y una cena que aunque colectiva, fue más íntima y tranquila que la de la noche anterior.

Ya el domingo, y en el aspecto congresual, Rita nos regaló con un hermoso taller de Shiatsu para dolencias de la cadera y zona lumbar, donde nos dimos la oportunidad de aprender y compartir (¡por fin!) Shiatsu con las compañeras y compañeros de todas las zonas. Resultó muy interesante y agradable esta mañana de "trabajo" que lo iniciamos con movilizaciones y danzas para la pelvis y lo concluimos con el citado taller de Shiatsu.

En resumen, unas jornadas donde no se dieron polémicas dialécticas vacías (en ese sentido se fue mucho "al grano", a lo práctico) y donde se dieron unas buenas condiciones para compartir Shiatsu y buenos ratos e intercambiar experiencias. El buen humor y la camaradería estuvieron presentes en todo momento. Todo ello hizo que al despedirnos nos deseásemos mutuamente volver a vernos el próximo año, para cuyo Congreso ya existe el ofrecimiento firme de un taller muy novedoso. ■



**PLAZAS
LIMITADAS**

TRABAJO ENERGETICO EN SHIATSU

NICOLA POOLEY empezó enseñando Shiatsu en Tokio en 1978 y a partir de 1984 en Inglaterra. Ella es miembro fundadora del Shiatsu College en Inglaterra, una de las Escuelas más prestigiosa del mundo ahora con sus Cursos de Postgrado.

- ¿Cómo contactamos la energía en Shiatsu?
- ¿Cómo utilizamos el trabajo corporal para influir no solamente el cuerpo físico, pero también la energía del cuerpo emocional, mental y espiritual?
- Hay mucha práctica en este curso. Un curso especial para estudiantes y terapeutas de Shiatsu.

Fecha: 14, 15 y 16 de marzo de 2003.

Viernes 14 de 20 a 22 h. Sábado 15 de 9,30 a 13,30 y de 16 a 20 h.

Domingo 16 de 9,30 a 17 h.

En el Jardín de Alhama, Centro para el desarrollo humano.

Precio: 165 €

Estancia y comida incluidos.

Catalina y sus amigos del Wu-Chi

Catalina y sus amigos del WU-CHI es un libro escrito por una pareja de alemanes (Wolfgang y Ursula). Nos relatan los encuentros entre 5 animales que vienen del WU-CHI (en chino significa NADA) y una niña de 4 años hija de sus amigos. Es un libro escrito para niños y adultos, es muy divertido leerlo juntos y hacer los ejercicios que propone. Podría ser también interesante para mostrar a otros amigos, clientes, etc.

A nosotras nos ha gustado mucho y esperamos que a vosotros también. ¡Gracias Rita!

Catalina y el Tigre Tui.

Un día se encontraba Catalina completamente sola y aislada en el jardín. Estaba muy triste y no quería hablar con nadie. No quería en ningún caso jugar con otros niños. La miramos desde casa y entonces observamos cómo un tigre blanco se le acercaba. Éste se dirige hacia Catalina, que alza la vista asombrada. Catalina estaba completamente decidida a no hablar con nadie. Pero el tigre consigue entablar una conversación con ella.

Tigre: ¿Cómo te llamas muchachita triste?

Catalina: ¿Me llamo Catalina, y tú?

Tigre: Yo soy el tigre blanco Tui.

Catalina: Ese nombre sí que es raro, aunque me gusta mucho.

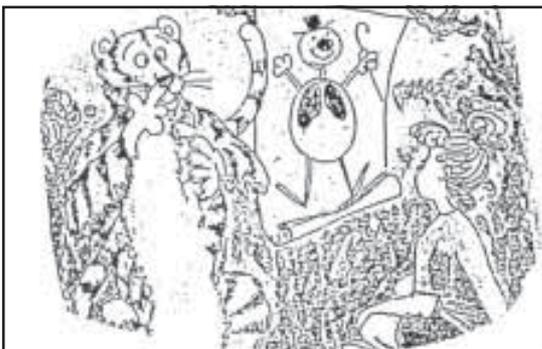
Tigre: Catalina, me quieres decir por qué estás tan triste?

Catalina: No lo sé. Hay días en los que simplemente estoy triste. A veces sé por qué; a menudo ni siquiera lo sé.

Tigre: Tampoco es tan importante que sepas de dónde viene la tristeza. ¿Pero sabes cómo deshacerte de ella?

Catalina: No, precisamente no. A veces se me pasa rápido, pero otras veces dura mucho y entonces desearía tener un amigo que me pudiese ayudar a que la tristeza desapareciese de nuevo.

Tigre: Yo puedo ayudarte. Si quieres me gustaría ser tu amigo.



Catalina: Oh sí, sí que quiero! ¿Pero, cómo me vas a ayudar?

Tigre: Eso es muy fácil. Devoraré toda tu tristeza.

Catalina: Pero, eso es imposible! Ello no te saciaría, y además no puedo ni imaginármelo. Por otra parte tengo miedo de que no puedas diferenciar entre mí y mi tristeza. Y si me comes sin darte cuenta?

Tigre: No te preocupes en absoluto! Te lo explicaré, y es muy importante que me preguntes siempre que no entiendas algo hasta que llegues a comprenderlo. Pero primero quiero pre-

guntarte algo: ¿dónde sientes con mayor intensidad que estás triste?

Catalina: Se señala el pecho: Aquí!. Y entonces no puedo pronunciar palabra, por eso tampoco quiero hablar con otras personas. A menudo siento presiones por todos lados, de modo que no puedo casi ni respirar.

Tigre: Eres una muchacha muy lista. Me alegro de que aún seas capaz de sentirlo todo tan bien. La mayoría de las personas, sobre todo los mayores, se han olvidado de percibir su cuerpo como tú. Te voy a enseñar un dibujo:

En esta imagen véis en qué lugar de tu pecho están situados los pulmones. Centra tus sensaciones en ellos cuando respiras. Puedes sentirlos en el pecho, pero a veces también en el estómago. En cualquier caso tu respiras con estos dos pulmones. ¿Lo entiendes?

Catalina asiente.

Tigre: Aquí arriba está la nariz. Naturalmente a ella también la necesitas para recibir aire.

Catalina vuelve a asentir.

Tigre: Ahora quiero enseñar te un segundo dibujo: en éste ves tus pulmones cuando estás triste. Aquí están completamente grises y caídos, y también están muy tristes. Así que no es de extrañar que no tengas ganas de nada. Tú estás entonces como paralizada.

Catalina: Exactamente! A veces me propongo algo, pero entonces me quedo simplemente sentada y me pregunto por qué en ese momento no tengo ganas. Pero ahora, al ver los pulmones lo entiendo.

Tigre: Ahora te quiero contar un secreto.

El tigre acerca el hocio al oído de Catalina.

Tigre: Yo soy de China.

Catalina: está sorprendida y dice: pero, ¿cómo has llegado hasta aquí? Mi padre me ha dicho que China está muy lejos.

Tigre: Yo he llegado a través del WU-CHI hasta Ursula, Wolfgang y Antje y ahora también hasta tí. Pero déjame seguir. En China los hombres saben que el tigre blanco se come la tristeza.

Catalina: Eso no lo entiendo. Si no se la puede ver, tampoco se la puede comer. Nuestros tigres comen aquello que yo puedo ver.

Tigre: Entonces, ¿has visto alguna vez lo que comen los árboles?

Catalina: Ellos cogen su alimento del suelo, por eso tienen unas raíces tan largas:



Tigre: Eso es cierto, pero ellos también necesitan para comer aquello que tú espiras, esto es, el aire gastado. Y entonces vuelven a espirar lo que tú necesitas para inspirar.

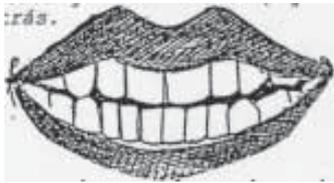
Catalina: Sorprendida, ¿Es eso verdad?

Tigre: Sí. Esto está organizado muy sabiamente en el mundo. Siempre nos damos unos a otros aquello que necesitamos para vivir. Es un continuo intercambio, y pronto te darás cuentas de que así a todos nos puede ir muy bien. Tan sólo hemos de estar dispuestos a desprendernos también de aquello que ya no necesitamos.

Catalina: ¿Pero cómo puedo yo dar mi tristeza a devorar?

Tigre: Eso es muy sencillo. Ahora te voy a enseñar un sonido con el que podemos hacer que salga la tristeza de tu pecho. Este sonido es: "SSSSSSSSSSSSSS".

El tigre vuelve a mostrar a Catalina una imagen en la que se ve esto con toda claridad. La boca está abierta como para sonreír, los dientes muy cerca y entreabiertos, y la punta de la lengua muy pegada por detrás.



Acto seguido pronunciaron los dos juntos este sonido: "SSSSSSSSSSSS".

Inmediatamente después ve Catalina cómo el tigre comienza a comerse la tristeza. La mastica con mucho detenimiento y se la traga con fruición.

Tigre: Y ahora intenta sonreír.

Catalina sonríe vacilante.

Tigre: Bien hecho. Ahora sonríe a tus pulmones hasta que veas que te devuelven la sonrisa.

Catalina hace lo que el tigre la ha dicho. Entonces señala al dibujo siguiente y comienza a reír: Mira, los pulmones me rien, dice muy entusiasmada.

Tigre: Como ves no te ha prometido demasiado. Naturalmente, si tu tristeza es más grande, es posible que tengamos que repetir más veces este sonido. Entratanto debes siempre darme tiempo suficiente para que pueda devorar tu tristeza.

Catalina: Con tanto comer te has hecho mucho más grande.

Tigre: Claro. Tu también te haces cada vez más grande con la comida. Pero yo no sólo me hago más grande, sino también más fuerte y valiente.

Catalina: Me parece bien. Yo también quiero ser más fuerte y valiente.

Tigre: ¿Te acuerdas aún de lo que te he dicho?. En este mundo no siempre unos a otros aquello que necesitamos. Yo soy tu amigo y te daré mi fuerza y valentía en agradecimiento por haberme dado a devorar tu tristeza. Sientelo dentro de tu cuerpo.

El tigre le da un soplo a Catalina. En la imagen puedes ver claramente cómo ésta se transforma. La expresión de su rostro es completamente diferente, y también la de su cuerpo.

El tigre se ríe: Parece como si fueras a bufar o a rugir como un tigre.

Catalina también se reía. Todo era realmente como le había contado el tigre. El se había comido la tristeza y a cambio le había regalado a Catalina fuerza y valor.

Tigre: Sin embargo es importante que no sólo te acuerdes de mí cuando estés triste. En primer lugar porque puede ocurrir que yo esté muy hambriento durante mucho tiempo, y en segundo lugar, porque es posible que no pueda devorar toda la tristeza de una vez, si mi estómago queda demasiado lleno. Es mucho mejor que me llames cada noche y hagas conmigo este ejercicio.

Aún podemos reforzar más los efectos, si yo levanto mis zarpas y tú mantienes tus manos elevadas por encima de tu cabeza con las palmas hacia arriba, mientras miramos hacia el cielo: así podremos también sacar de tus pulmones la tristeza que haya quedado escondida en algún rincón. Vamos a intentarlo.

El tigre eleva entonces sus zarpas por delante de su cuerpo y por encima de su cabeza, y Catalina hace lo mismo con sus manos. Ambos miran entonces hacia arriba, respiran profundamente y entonces sisean el "SSSSSSSSSS" entre los dientes. Luego vuelven a bajar garras y manos y comienzan a sonreír.

Tigre: Si al sonreír además piensas intensamente en mi valor y mi fuerza, serás tan fuerte y tan valiente como yo.

El tigre se come entonces la tristeza restante, y el replendor de Catalina es cada vez más intenso. Se ha transformado por completo.



Tigre: Ahora tengo que volver al „WU-CHI“, pues estoy cansado y quiero dormir un rato.

Catalina: ¿Volverás?

Tigre: Siempre que me llames por mi nombre, Tui. Tu ya sabes que los amigos están siempre juntos. Y yo soy tu amigo. Ambos se abrazan y entonces el tigre se marcha, Catalina se ríe y sigue despidiéndolo con la mano durante un buen rato. Después llega a cada de un brinco para hablarlos del tigre blanco que la ha visitado en el jardín. Nosotros sonreímos,

puesto que ya lo hemos observado con detenimiento desde la ventana. Y el que no se lo crea, no tiene más que mirar a Catalina. Crees que hubiera perdido tan rápidamente su tristeza si no se la hubiera comido el tigre blanco del WU-CHI?

¿Hasta dónde llega el Shiatsu?

■ Paloma Parras

Para poder acceder al examen final en la Escuela de Shiatsu de Hamburgo, tenía que escribir sobre tres personas a las que tendría que haber tratado durante por lo menos 10 semanas. Pregunté a mi amiga May (española como yo) si le apetecía ser una de mis *víctimas*. (Como podréis imaginar, no hizo falta insistir demasiado).

May tenía entonces 36 años y una niña de 20 meses. Trabajaba a tiempo parcial y vivía en un apartamento muy pequeño junto con su compañero. Uno de sus quebraderos de cabeza era el orden y el espacio en casa.

Cuando tenía 22 años sufrió un accidente de tráfico en el que perdió la vida su hermana pequeña. Ella quedó atrapada entre las chapas del coche teniendo que ser socorrida por los bomberos. Estuvo en coma durante varios días y tuvo que ser intervenida en varias ocasiones para reconstruirle los huesos de brazo y pierna izquierdos. Tardó más de un año en recuperarse.

Cuando comenzamos con las sesiones tenía dolores y gran malestar en los hombros, especialmente en el izquierdo. También sufría molestias en la parte baja de la espalda y lo que más le molestaba era la sensación de asimetría que le hacía sentirse incómoda en su propio cuerpo.

Cuando la observé lo que más me llamó la atención fueron sus hombros precisamente. Eran voluminosos y compactos, daban la impresión de rigidez y estancamiento. El hombro izquierdo aparecía más elevado que el derecho y desplazado hacia adelante.

También sus caderas parecían descompensadas siendo en este caso la derecha la que se veía más levantada. Sus pies no tenían contacto con el suelo.

Daban la impresión de sentirse tensos e incómodos, como si trataran de aferrarse a la tierra sin demasiado éxito. Su cuerpo daba la impresión de estar colgando del techo.

Observándola debajo de una sábana era aún más claro ver la diferencia entre ambas partes del cuerpo, la parte izquierda aparecía más presente, más voluminosa.

También llamaban la atención sus brazos y manos que parecían estar saltando debajo de la sábana.

En cambio, sus caderas y piernas, exceptuando las rodillas, desaparecían de mi vista, como si se hubieran hundido en el futón.

Numerosas cicatrices poblaban su parte izquierda. Las más importantes estaban localizadas en el antebrazo, escápula y tobillo.

Centramos nuestro trabajo en volver a conseguir la sensación de simetría y en encontrar su centro y la sensación de anclaje al suelo.

Al poco tiempo de trabajar juntas, May se sintió más aliviada de sus molestias en los hombros, también nos dimos cuenta de que sus pies parecían más relajados. Por otra parte, May comenzó a notar un desasosiego interior que la hacía sentirse molesta y se daba cuenta de que había cosas en su vida que tenía que cambiar, como por ejemplo, volver a conducir. El enfrentarse a esto y saber que había llegado la hora de cambiar le hacía sentirse nerviosa e incómoda.

Yo por mi parte, también tenía mis *problemillas* cuando en ocasiones en las que practicaba técnicas de sujeción enfocando en el tejido conectivo sentía algún movimiento, al instante surgía otro movimiento en contra. Esto me chocaba bastante e interpretaba que podría haber una resistencia a nivel muy profundo al cambio. Entonces yo no sabía qué hacer, me inclinaba más por no forzar la situación. Me daba la impresión de que si continuaba, estaría forzando el ritmo de May y después de todo, a ella le pertenecía el derecho de decidir hasta dónde llegar.

Al final de la serie May había cambiado bastante. Era capaz de coger el coche sin tensarse, se sentía más arraigada a la tierra, las molestias en los hombros eran mínimas (sólo cuando entraba en estrés) y hasta era capaz de relajarse en casa aunque estuviera un poco desordenada...

May decidió que quería más Shiatsu, así que continuamos viéndonos. Pocas semanas después me llamó para decirme que le dolía mucho el brazo izquierdo, ese día habíamos quedado para una sesión. A ella le apetecía venir pero a mí me daba la impresión que de era mejor esperar.



Entre tanto, yo me puse en contacto con mi profesor de Shiatsu para comentarle el tema. Mi impresión era que el Shiatsu había desencadenado esta reacción. Él pensaba que posiblemente fuera ese el motivo y me animó a que continuara trabajando con ella. A mí me daba un poco de miedo porque sentía que los tratamientos llegaban más allá de lo que yo podía controlar y que no era posible para mí prever hasta dónde podían llegar.

A las pocas semanas el dolor en el brazo se hizo más intenso y May decidió ir al médico. Descubrieron que los clavos que aún tenía le habían hecho reacción y decidieron que había que operar para quitárselos.

Cuando se repuso de la operación nos sentamos para hacer balance. May era de la opinión de que el Shiatsu le había

ayudado a cambiar ciertos patrones que ya no le servían (incluidos los clavos). Su sensación de asimetría había desaparecido casi por completo, y, ahora se daba cuenta de que esa sensación también la había tenido a otros niveles más sutiles. Ahora se sentía centrada, más segura y cómoda en su cuerpo y también en su alma.

Yo estaba de acuerdo con ella, era el Shiatsu el que había desencadenado todo el proceso. Pero aún hoy me pregunto: hasta dónde llegan los efectos del Shiatsu y cómo podemos ser capaces de que éstos lleguen en el momento adecuado para que nuestros *clientes* sean capaces de aprovecharlos al máximo?

Amigos del Shiatsu

MADRID, DONOSTIA y BILBAO

Escuela integrada a los Planes de Formación de la Federación Europea de Shiatsu y miembro fundador de la A.P.S.E.

Mejora tu tono vital, estrés, lumbalgias, cefaleas, insomnio, ansiedad, etc.

CURSOS REGULARES DE FORMACION

de Octubre a Julio y de Enero a Julio.
Horarios de mañana, tarde y fin de semana.

CURSOS INTRODUCTORIOS DE VERANO

En julio y agosto (mañanas y tardes)

TRATAMIENTOS INDIVIDUALES

Mantenimiento en empresas, reeducación postural.
Bonos de 10 sesiones con el 20% de descuento.

DIA DEL SHIATSU

2º viernes de cada mes, a 12€.

— TRATAMIENTOS A 20 EUROS para personas con bajo poder adquisitivo



Más información en:

Atocha, 121, 1º izq - 28012 MADRID
Tlf: 91 429 49 89 - Fax: 91 429 97 14
e-mail: amgshiat@teleline.es
www.shiatsuescuela.com

Nota de la Redacción:

Los artículos que aparecen en este Boletín, tienen procedencia diversa y están escritos por distintas personas. Algunos son traducciones de otras publicaciones, por lo que cada uno responde a un estilo y manera de redactar. Dicho esto para aclarar que cuando en su contenido aparezca la palabra "hombre" o el género "masculino", éste tendrá que entenderse siempre como genérico sin expresar al género masculino ni excluir lógicamente al femenino.

La redacción

Shiatsu con la energía del corazón

■ *Wilfried Rappenecker*

Traducido por Gunter Ogorek

El corazón rige sobre el organismo energético y físico, así como las relaciones sociales de los seres humanos “a través del sentimiento y la comprensión”. Su función principal es la resonancia. Eso quiere decir, que el corazón facilita la sincronización de las diferentes partes que componen el cuerpo humano, que sólo gracias a ello pueden constituir un organismo vivo. Le permite a la persona íntegra, entrar en resonancia con el mundo que le rodea.

Entrar en resonancia significa, la capacidad de vibrar con los demás. Significa comprender y compartir experiencias. “Un corazón saludable nos da el valor de abrirnos a las vibraciones y situaciones de otras personas y sintonizar con ellas”. (*Del libro: Cinco elementos y doce meridianos*).

La capacidad de resonancia del corazón no se encuentra sola-

cluso en situaciones difíciles. A algunos Santos o Iluminados se les atribuye esta condición.

Hay tres órganos energéticos más en el elemento fuego, que contribuyen en apoyar al corazón: Pericardio, Intestino Delgado y Triple Calentador. El Corazón está situado en el centro del Fuego mientras que los órganos que lo apoyan están colocados a su alrededor. (Además, la energía de cualquier otro órgano puede en casos específicos asumir una función de protección para el corazón. El diagnóstico del Hara nos muestra cual es el órgano en cuestión).

La relación entre Pericardio y Corazón tiene un significado especial. El Pericardio, como se ve en un diagrama anatómico, está situado muy cerca del corazón, tan cerca que comparte todo lo experimentado por él. De hecho el Pericardio es parte

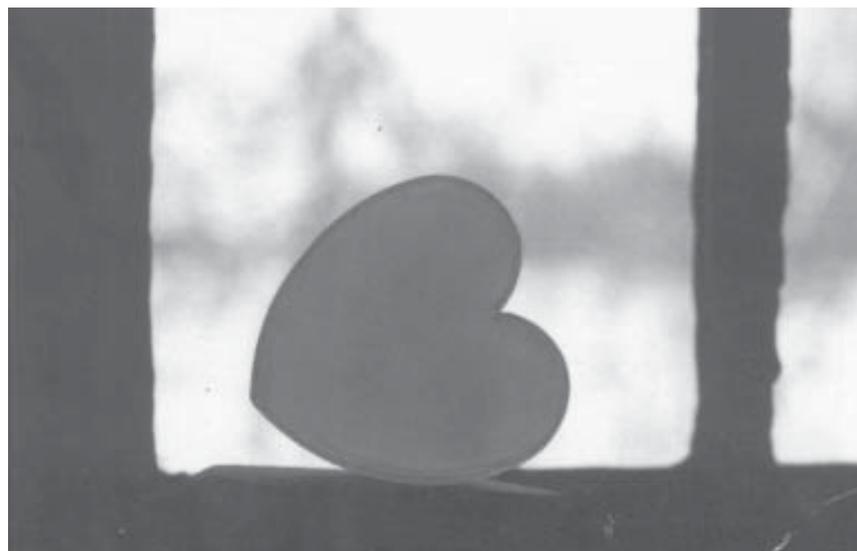
del corazón y entra en acción especialmente en las situaciones que acelerarían el ritmo cardíaco de forma excesiva.

En estas situaciones de excitación, estimulación o agitación de cualquier tipo, el Pericardio es muy activo. De ahí que, algunas veces en el diagnóstico del Hara, se puede notar el Corazón tranquilo o incluso vacío, mientras que el Pericardio aparece excitado e intranquilo, incluso con el pulso acelerado.

Si este tipo de situaciones son eventuales, pueden ilustrar la función de protección natural de Pericardio. Pero con frecuencia, este tipo de actividad excesiva del Pericardio se convierte en algo duradero, por ejemplo en relación con una ansiedad

inexplicable, tensiones prolongadas o insomnio. En este caso la tensión se ha convertido en un estado permanente y también aparecerán otras señales del bloqueo de protección en Corazón o Pericardio en alguna parte del cuerpo (vean más detalles en: Estados de limitación.)

Intestino Delgado, el compañero yang del corazón, “separa lo puro de lo impuro”. Esto significa que coopera con el Corazón en la función de valorar los impulsos externos, clasificándolos por el nivel de importancia que tienen para él y para la persona, descartando toda información irrelevante. Una función esencial del Intestino Delgado es ayudar al corazón a comprender las impresiones. Esto también implica: apartar del Corazón temporalmente aquellas que podrían agitarlo en exceso, y realizar una especie de “predigestión”. Después de acontecimientos extremos como accidentes o shocks emocio-



mente en el centro del tórax, sino en cada una de las células del cuerpo. La persona íntegra es capaz de comprender, y entrar en resonancia con cualquier parte de su propio cuerpo. Solo cuando el corazón se abre de verdad, podemos tener una experiencia real, y la comprensión de lo que ocurre. Pero cuando el corazón se abre, se vuelve vulnerable y puede hacernos volver a sentir dolores y penas que habíamos desterrado hace ya mucho tiempo. Todavía no he conocido a nadie que no lleve consigo alguna herida en su corazón. Debido al miedo que tenemos al dolor que sentimos, cuando tocamos esas heridas, solemos ser reacios a abrir nuestro corazón. (Así lo vive la mayoría de las personas, aunque yo a veces creo, que esas heridas son el resultado de algún mal entendido).

La mejor forma de proteger al corazón es con su propia apertura equilibrada y su vitalidad. Cuando el corazón se fortalece de esta manera, puede permanecer abierto y comprender, in-



nales, la energía de Intestino Delgado se encuentra en un estado de extrema tensión.

El Triple Calentador es el compañero yang del Pericardio y el protector más externo del Corazón. Su principal campo de acción "se extiende tanto a la periferia" que su función de protección abarca a la persona completa. La fuerza que nace de la interacción armoniosa de los tres calentadores es la mejor garantía para una protección interna de la persona en todos los niveles de su existencia. El Triple Calentador entra en acción especialmente en todas las situaciones de cambio (viajes, mudanzas, etc).

El corazón libre.

La energía del Corazón no vibra solamente en los meridianos, sino en todo el cuerpo, en cada célula. (Esta afirmación es válida también para todos los demás órganos energéticos). Su centro, el lugar en el que se siente en casa, está en el tórax. Es el espacio detrás del punto de Vaso Concepción 17, el punto Mo-Bo del pericardio. Si el Corazón está en armonía, encontraremos esta zona abierta y flexible, pero al mismo tiempo llena de fuerza.

Desde este punto, la energía libre del Corazón quiere llenar el tórax completamente, e incluso llegar mas allá, para vibrar en todo el cuerpo. Las trayectorias principales de esta energía, para un tratamiento de Shiatsu, surgen de la propia anatomía humana: primero el alegre vibrar a través de la zona pectoral inferior, el diafragma, luego a través del Hara hasta la ingle, bajando a través de las piernas, saliendo por los pies.

La energía del Corazón también intenta extenderse suavemente a través de los hombros, pasando por los brazos hasta las manos y mas allá. Si el Corazón es libre, la persona erguida tendrá sus brazos colgando libremente, la parte superior del brazo, ligeramente apartada de las costillas, como si un suave campo de fuerza quisiera evitar una proximidad excesiva.

El Ki del Corazón libre recorre otra trayectoria importante: Atraviesa la nuca hacia la cabeza, llegando hasta la entrada de los órganos sensitivos, de manera que el Shen se pueda manifestar, y mas allá la cabeza. A veces no se tiene en cuenta esta parte del recorrido.

Estados de Limitación.

Las personas, cuando creemos tener el Corazón débil, tenemos varias maneras de evitar que vibre libremente (y en consecuencia imposibilitar una experiencia total). Todos estos métodos consisten en disminuir la función de resonancia del Corazón, de manera que la circulación libre de esta energía, a través del cuerpo y más allá, queda inhibida.

Normalmente este mecanismo de control puede ser considerado como una manifestación positiva del elemento madera. Con el delicado juego que hay entre las funciones libres y las menos libres, las personas aseguramos nuestro equilibrio interior. Este tipo de restricciones también puede manifestarse de forma negativa, y esto ocurre, cuando rígidos patrones de control producen un estancamiento crónico.

Existen zonas típicas, donde el flujo libre se ve reprimido con

frecuencia. Pero realmente esto puede ocurrir en cualquier parte del cuerpo, así que, es necesario observar exactamente, qué patrones existen en cada caso. Principalmente se puede producir el bloqueo en el recorrido de los meridianos del Corazón y Pericardio, pero también en el de Intestino Delgado o Triple Calentador, o incluso (en algún caso particular) en el recorrido de cualquier otro órgano. También puede ocurrir lejos de la trayectoria de los meridianos superficiales, en las profundidades del cuerpo, visible solo para la mirada amplia y relajada del terapeuta experimentado.

A continuación voy a describir aquellas zonas del cuerpo humano, en las que el flujo libre de la energía del Corazón se ve disminuida mas frecuentemente. No olviden, que las energías de los órganos o meridianos no vibran solamente en lo físicamente palpable, sino también en un nivel universal de la persona entera.

Con las técnicas que voy a mencionar en este artículo, se pueden tratar eficazmente bloqueos locales en zonas específicas del cuerpo.

A través de un sensible trabajo de meridianos, en el cual la comprensión de la situación de la persona juega un papel fundamental, se puede llegar hasta los bloqueos del nivel del órgano energético.

Hombros, brazos y manos.

Localizadas en la periferia, las manos y las muñecas constituyen una de estas zonas típicas. En las manos se manifiestan principalmente las energías de Corazón y Pericardio. La muñeca es una zona, en la que la persona es capaz de controlar la resonancia entre el Corazón y la mano.

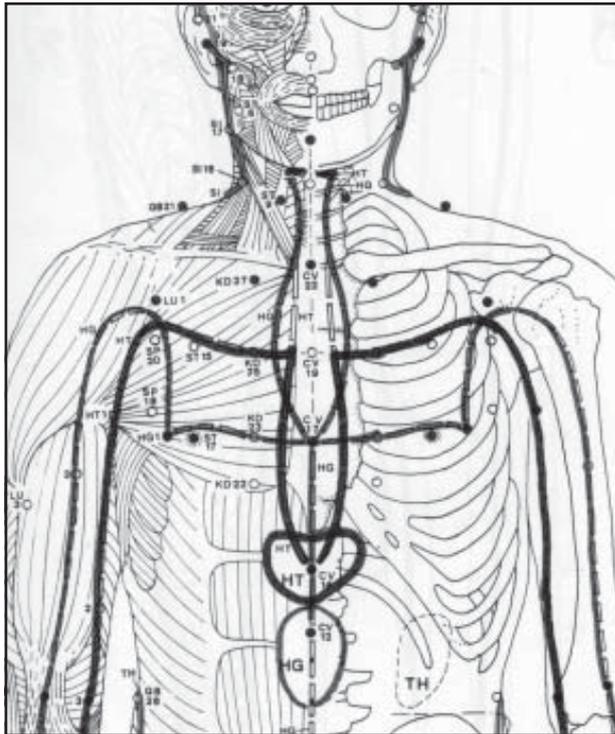
Esta capacidad de controlar el movimiento del Ki, es principalmente necesaria y se puede considerar como positiva, siempre y cuando la persona posteriormente sea capaz de volver a liberarla.

Pero si este control se convierte en una situación duradera, crónica, el terapeuta va a sentir las muñecas del paciente muy tensas, impenetrables, duras, o débiles, hinchadas, o frágiles. Posibles síntomas por parte del paciente pueden ser: tensión o dolor en las muñecas, la sensación de que en situaciones específicas un aro frío y duro le estrangula las muñecas. Dado que el flujo hacia las manos se ve reducido, pueden aparecer síntomas como tendencias a tener las manos frías, húmedas, o de color azulado, incluso hasta el síndrome del túnel carpiano que se manifiesta con dolor muscular nocturno, acompañado por debilidad en los músculos de la mano.

Zonas típicamente vacías se encuentran frecuentemente en el antebrazo, cerca de la muñeca, mientras las zonas duras, jitsu se localizan mas en la misma muñeca, o entre los huesos metacarpianos. También se puede observar dureza o rigidez en el final del recorrido del meridiano en el dedo meñique o el del Corazón.

El Shiatsu con sus herramientas de trabajo de meridianos, de compensación local de kyo y jitsu, de conexión de puntos distales, constituye una forma ideal para el tratamiento de





este tipo de patrones de bloqueo.

En el brazo encontraremos otra zona de bloqueo frecuente, en la zona de Co. 3, aproximadamente a 1,5 cun hacia el pulgar desde la punta del epicóndilo humeral distal. Los recorridos energéticos de Hígado, Corazón y Riñón se “congelan” con frecuencia en este lugar.

Esta zona casi siempre se presenta jitsu, y se siente tensa o dura. El resultado doloroso de un bloqueo crónico en esta zona puede ser la epicondilitis (codo de tenista).

En la porción distal del bíceps a veces se encuentra un bloqueo de la energía de Pericardio. En la zona de las axilas (Co. 1) y en la porción proximal del brazo, cerca del hombro, se suelen localizar zonas kyo del recorrido de los meridianos del Corazón y Pericardio.

En este sentido, el tratamiento de Shiatsu en brazos y hombros, entre otras, tiene la meta de reforzar el fluido libre de la energía del Corazón a través de los hombros hacia los brazos, y devolverle al Corazón la “libertad” en esta zona. Localizar y tratar sistemáticamente los bloqueos llamativos (que se pueden encontrar en cualquier parte del meridiano, no solo en las zonas aquí descritas por mí), es una forma de trabajo muy eficiente.

Un ataque de angina de pecho o un infarto, se manifiesta con un dolor intenso en el hombro izquierdo, continuando (aproximadamente por el recorrido del meridiano del Corazón) a lo largo del brazo, y veces hasta el dedo meñique. En este momento el meridiano puede mostrarse duro, hinchado o denso en uno o en varios sitios. Estos síntomas son un ejemplo extremo de un bloqueo intenso de la energía del Corazón. Trabajar de forma específica sobre estos puntos llamativos, puede ser muy efectivo como tratamiento de urgencias (antes de que llegue el médico, o de camino al hospital).

El cuello.

La energía del Corazón no solo quiere vibrar hacia los brazos y las manos, también el recorrido a través del cuello hasta la cabeza es de suma importancia. En el profundo surco entre la traquea y la aorta, encontramos el recorrido del Pericardio. En mi opinión se unen un poco mas arriba las dos ramas del Pericardio, delante del hueso hioideo, en el pliegue del cuello hacia la mandíbula inferior. El meridiano del Corazón se puede ver, de nuevo en la superficie del cuerpo, en la parte inferior del centro de la mandíbula inferior, delante de la rama horizontal de conexión del Pericardio. Pero en la profundidad vibra la energía del Corazón a través de la cara hasta los orificios de los órganos sensoriales, y mas allá de la cabeza.

También en el cuello podemos manipular el libre vibrar de nuestra energía del Corazón. Con más frecuencia, que en su paso a través de los brazos, aquí se trata de vibraciones que se manifiestan en el nivel emocional. El enrojecimiento de la piel del cuello en situaciones que estimulan tanto al Corazón como al Pericardio, es una manifestación normal de sus vibraciones hacia la cabeza. El tener que tragar saliva en situaciones difíciles (también se ve en pacientes que están recibiendo un Shiatsu) es señal de la existencia de obstáculos en el movimiento ascendente de Ki.

Un bloqueo frecuente en este movimiento ascendente, puede manifestarse como la sensación de tener un “nudo” en la garganta. Consecuencias finales pueden ser todo tipo de dolencias en los órganos localizados en el cuello, como traquea, laringe, glándula tiroides, esófago o aorta.

Practicar Shiatsu sobre hombros, cuello y cabeza es una posibilidad muy efectiva para reducir los bloqueos de la energía del Corazón en su recorrido hacia la cabeza.

La base del tratamiento es, como siempre, la percepción de los patrones energéticos de la zona, la localización de las zonas Kyo o Jitsu, y su compensación. Para el trabajo con la energía del Corazón y Pericardio es importante percibir el estado del recorrido de los meridianos, y tratarlos en consecuencia.

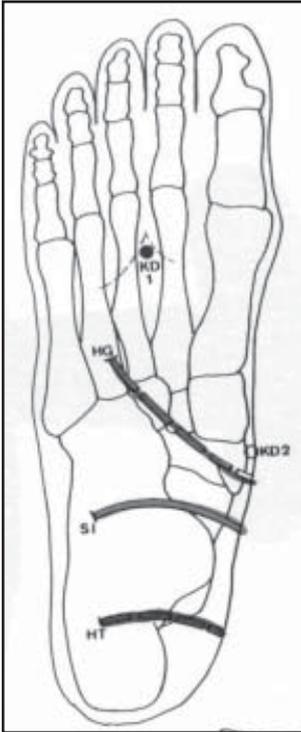
No hay que tener miedo a profundizar con la mano relajada al lado de la traquea (en el caso del Pericardio), si esto parece factible.

El recorrido hacia las piernas y los pies.

Yo siento con frecuencia, que el meridiano del Corazón en las piernas es como un fuerte pilar, que está encargado de establecer una conexión firme desde el Corazón hacia la tierra. Me pregunto entonces, si esta conexión es libre y fluye con facilidad, o dónde podría haber obstáculos. Para el practicante, estos posibles bloqueos son las zonas más importantes del meridiano, porque resulta muy eficaz trabajar sobre ellos.

Pericardio, en la cara interior del muslo, se encuentra a bastante profundidad, y no siempre es fácil llegar hasta él de forma relajada. A mi me parece, que esta zona representa la prolongación directa del estado de las fuentes de Pericardio y Corazón, que se localizan en el Hara superior y en la caja





torácica. ¿Se encuentra este recorrido ligero, fuerte y libre, o siento bloqueos? Si observamos desde este punto de vista, el profundo recorrido de Corazón, Pericardio e Intestino Delgado a través del Hara inferior, la ingle, y por la pelvis, ganará importancia.

Hara, pelvis e ingle son zonas, en las que solemos obstaculizar de forma permanente el flujo libre de la energía del Fuego, y un tratamiento concreto puede resultar de una eficacia sorprendente. Si somos capaces de percibir los profundos esquemas de conexión (y sus bloqueos), que existen desde la caja torácica hacia las piernas, podremos

realizar un trabajo liberador.

Durante su recorrido hacia los pies encontramos los típicos obstáculos de Kyo o Jitsu en el flujo de la energía del Corazón, en las zonas de rodillas, tobillos y talones. Para la energía del Pericardio, éstos pueden localizarse frecuentemente en la porción superior del muslo, cerca de la ingle, o en la propia ingle, para Intestino Delgado pueden estar un palmo por debajo de la rodilla, o para ambas cualidades juntas, pueden aparecer en la porción inferior de las pantorrillas, alrededor del maléolo interno o en los pies. Esto no significa, que no puedan darse en cualquier otra parte del recorrido. Por esto es importante, observar con mucha atención, cual es la situación de cada persona.

La caja torácica

No es frecuente que la radiación de la energía del Corazón y Pericardio se encuentre completamente libre en la zona del calentador superior. Tenemos una infinidad de posibilidades para impedir la libre vibración de esta energía en su "casa", y así vivir aparentemente más cómodamente.

Podemos endurecerla, inalcanzable e invulnerable desde el exterior, y entonces también el observador lo sentirá de esta manera. Esta dureza se puede manifestar en las distintas capas de la pared torácica, como dureza o densidad en la expresión del esternón, como rigidez de la pared torácica, de las costillas y de los músculos, como una zona densa o profundamente retirada entre los omóplatos, o incluso como una joroba en la espalda, en la zona del calentador superior.

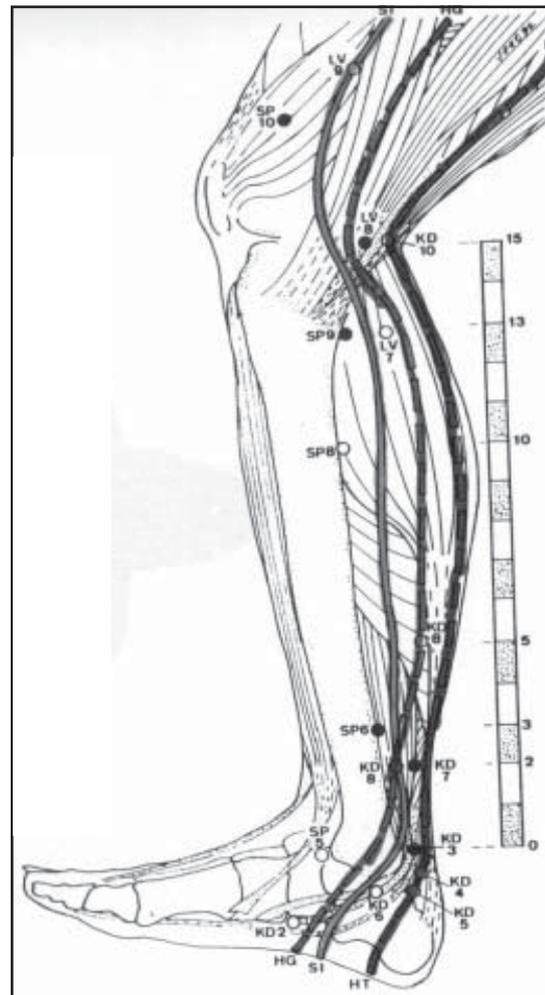
Otra estrategia del Corazón consiste en reducir su tamaño, retirarse débilmente hacia las profundidades, y por ejemplo atraer los brazos hasta juntarlos al tórax cuando la persona está de pie. O también se puede mostrar activo, llamativo y

chispeante, llevando su energía hacia el exterior, mientras en el fondo se puede sentir un vacío, miedo o ansiedad. También se dan combinaciones de diferentes estrategias.

Todo esto lo puede ver el (la) observador(a), es muy sencillo. A través del contacto en profundidad con los bloqueos periféricos anteriormente descritos, podemos entrar en contacto directo con la situación de la persona, en su Corazón, en su pecho.

La persona afectada puede sentir los estados agudos o crónicos en forma de dolencia, que puede ser por ejemplo tensión o dolor en el pecho, eventualmente acompañado por dificultades respiratorias, o pueden ser dolores en la pared torácica, entre los omóplatos o en los hombros. Según la medicina convencional los orígenes de tales síntomas pueden radicar en costillas abatidas, trastornos respiratorios de tipo psicossomático, y entre otros hasta afecciones peligrosas como angina de pecho o infarto.

Las dolencias del paciente en estas zonas, y los patrones que puede observar el practicante, no sólo reflejan la situación que existe en la caja torácica. También son la expresión directa de la condición del corazón y de los órganos que lo apoyan. Condición que se puede expresar como por ejemplo inquietud interior, falta de memoria, miedo o insomnio. También podría mostrarse insensibilidad, dureza o incomprensión, frialdad o desfachatez, así como presión arterial alta o baja.



El Shiatsu, y los patrones de la energía del Corazón previamente observados, nos brindan la posibilidad de trabajar directamente en esa zona. Desde un contacto muy suave o un soporte tranquilo, a través de otras técnicas de Shiatsu, hasta la fuerte presión física, todas son técnicas aplicables. La sensación de poder liberar la energía con eficacia es la que decide, de que forma vamos a proceder. Experiencia y práctica son los utensilios más importantes para este trabajo.

Ocasionalmente tendremos la sensación de que tratar el en-

torno del Corazón directamente no sea la forma más adecuada. La situación energética del tórax a veces se trata con más eficacia a través de los bloqueos existentes en su periferia (cuello, brazos, cara o piernas). En estos casos la mano madre adquiere una importancia especial. Ya sea para mantener el contacto con la energía del Corazón, y percibir pequeños cambios, colocándola en el lugar correcto sobre el pecho, o colocándola en algún lugar entre la mano activa y el tórax para establecer una conexión entre ambas zonas.

A continuación daré unos comentarios sobre los posibles efectos fundamentales que puede dar un tratamiento de Shiatsu:

Shiatsu actúa a través del contacto. Cuando practicamos Shiatsu, aparte de comprensión y compasión, no le damos nada al "cuerpo" del paciente. No se añade ningún Ki, ni fuerza alguna. Todo lo que hace el Shiatsu es movilizar el Ki, permitir que vibre con libertad.

También se podría decir, que se libera el Ki. Esto le permitirá seguir sus impulsos naturales, que globalmente siempre buscarán el equilibrio. Este es el otro gran efecto del Shiatsu. Podemos fomentar el equilibrio, conectando cualidades de energías opuestas e incomunicadas a través de nuestras manos (y nuestro espíritu).

Esto es posible con tratamiento local, por ejemplo en una articulación, con una compensación local de kyo y jitsu. También podemos conectar polos muy distantes que puedan comunicarse. Con el trabajo en el nivel de la energía de los meridianos, esta compensación se puede dar en un nivel no físico. Esto es la gran compensación de Yin y Yang.

Cuando trabajamos con la energía del Corazón, podemos estar seguros, de que existe fuerza suficiente para solucionar el problema. Lo que no podremos controlar es, si la persona tratada sabrá aprovecharla de forma adecuada, pero con nuestro trabajo la apoyaremos en este proceso de forma muy efectiva.

Wilfried Rappenecker, es el director de la Schule für Shiatsu Hamburg. Cofundador de la Asociación Alemana de profesionales de Shiatsu (GSD) y autor de dos libros.

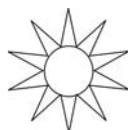
CONFERENCIAS GRATUITAS CURSOS DE FORMACIÓN PROFESIONAL 3 AÑOS DÍA DE SHIATSU - SEMINARIOS SHIATSU - MASAJE TERAPÉUTICO

14 al 16 de marzo de 2003:

Curso Residencial con Nicola Pooley.

1 al 4 de mayo de 2003:

Segundo Encuentro Nacional de Shiatsu y Yoga.



Escuela de SHIATSU, Murcia

Arquitectos Francisco y Jacobo Florentín, 13 bajo Vistalegre (Murcia)
Tfnos.: 968 93 02 47 y 606 547 070 / phlescucladeshatsu@hotmail.com

Actividades en los próximos meses

ESCUELA AMIGOS DEL SHIATSU (Madrid)

- **Curso postgrado** con David Ventura. 6 fines de semana.
- 10 Marzo 2003 "**En el camino de la medicina energética**" Con Paul Lundberg profesor del Shiatsu College.

ESCUELA EUROPEA DE SHIATSU (Málaga)

- 23-25 Mayo 2003: "**Shiatsu cuántica**". Curso postgrado con Patrizia Stefanini del Instituto Europeo de Shiatsu de Milán. Curso residencial en Ojén (Málaga)
- 25-29 Junio 2003: **Retiro de Shiatsu en O Sel Ling**.
Un evento especial en un lugar especial con Chris Jarmey, Tim Mulvagh y Brian Carling.

ESCUELA INTERNACIONAL DE SHIATSU (Tenerife)

- 27/2-6/3: **Shiatsu intensivo I**. Con Magda Corominas.
- 6-9 Marzo: **Shiatsu avanzado, "Más allá del Kyo y Jitsu"** con Wilfried Rappenecker, director de la Schule für Shiatsu Hamburg.
- Abril (fecha sin concretar): **Diagnóstico oriental**, con Michio Kushi.
 - 16-17 Mayo: **Meridianos** con Stanny Lansloot.

ESCUELA DE SHIATSU I MOVIMENT (Barcelona)

- Enero **Cursos de Nivel I y de Postgrado**.
- 1-4 Mayo: **Curso Residencial "Moments of recognition"** con Bill Palmer.

ESCUELA DE SHIATSU (Murcia)

- 14-16 Marzo 2003: **Curso Residencial, "Trabajo energético con Shiatsu"** con Nicola Pooley, profesora y miembro fundador del Shiatsu College.
- 1-4 Mayo 2003: **Segundo Encuentro Nacional de Shiatsu y Yoga**.
 - 4 Febrero: Taller: **Shiatsu y Digitopuntura para mujeres**.
 - 4 Marzo: Taller: **Masaje para bebés**.
 - 1 Abril: Taller: **Cuidar de los pies olvidados**.
 - 6 Mayo: Taller: **Primeros auxilios con digitopuntura**.
 - 3 Junio: Taller: **Una vida integral con digitopuntura**.

Hazte
socio
de
A.P.S.E.

Organización abierta a todos
los enfoques y estilos de Shiatsu.

Lugar de encuentro e intercambio de proyectos, ideas e intenciones para estudiantes, profesionales y simpatizantes.

- Figura en el Registro de Profesionales de Shiatsu (lugar de consulta de clientes).
- Dispón de un marco legal de apoyo para ejercer tus estudios y profesión.
- Benefíciate de descuentos en Seminarios. Talleres, Chandals, Futones, etc.
- Participa en las Asambleas de A.P.S.E.

www.shiatsu-es.com



ESCUELA EUROPEA DE SHIATSU

OFRECEMOS UNA AMPLIA GAMA DE CURSOS EN ESPAÑA Y EN TODA EUROPA CON UN ALTO NIVEL DE PROFESIONALIDAD.

NUESTRA ENSEÑANZA MANTIENE UN EQUILIBRIO ENTRE TÉCNICAS PRÁCTICAS DE SHIATSU Y TEORÍA DE MEDICINA ORIENTAL Y OCCIDENTAL.

EL DESARROLLO DE LA ENERGÍA PERSONAL Y EL AUMENTO EN LA SENSIBILIDAD DEL TACTO SON ASPECTOS IMPORTANTES DE NUESTROS CURSOS.

EN ESPAÑA CURSOS EN ANDALUCÍA: MÁLAGA, SEVILLA, GRANADA, CÓRDOBA Y CÁDIZ.

Cursos Residenciales 2003

- Semana Santa 2003: **Curso de Iniciación** en Ojén (Málaga)
- 23 al 25 de mayo de 2003: **Curso Postgrado "Shiatsu cuántica"** con Patrizia Stefanini. Residencial en Ojén (Málaga)
- 25 al 29 de junio de 2003: **Retiro de Shiatsu en O Sel Ling** con Chris Jarmey, Tim Mulvagh y Brian Carling.
- Julio, agosto y septiembre: Semana de Shiatsu, vacaciones con Shiatsu

PARA UNA INFORMACIÓN MÁS COMPLETA LLAMA A NUESTRA ADMINISTRACIÓN, ESTAREMOS ENCANTADOS DE ATENDERTE.

Escuela Europea de Shiatsu. Administración España.
Paseo del Nacimiento s/n Ojén 29610 Málaga
Tfno.: 952 88 13 74. Fax: 952 88 15 28
E.mail: shiatsu@terra.es. - www.shiatsu.org.uk

Futón Dreams

El descanso diario como fuente de salud.

Productos naturales, funcionales y atractivos (15 años de experiencia)
Solicita nuestro catálogo e información de productos y descuentos especiales.

- Futones de algodón 100%, y latex (naturlatex).
- Tatamis. Camas y sofas convertibles. Acabados con ceras naturales.
- Complementos: mesitas, lámparas, biombos,...

Futón de Shiatsu

recomendado por A.P.S.E. a un precio especial:

Futón	140 x 200 x 5 cm. 100 € + funda algodón 100 %, crudo	36 €
Futón Roll	75 x 200 x 3 cm. Cómodo y ligero de transportar, para Shiatsu, Yoga, meditación.... Con funda y asa:	75 €
Rodillos de algodón:	40 x 12: 12 €. - 40 x 22:	15 €
Rodillos de trigo sarraceno:	40 x 12: 15 €. - 40 x 22:	20 €
Zafu, cojín de meditación,	30 x 20 x 12 de algodón con funda	24 €
Zafu sarraceno, redondo,		32 €
Zabutón, cojín de meditación	75 x 75 x 6, con funda	60 €



Mateo Múgica 2, B - 20800 Zarautz

Tel. 943 83 54 46 - 629 28 93 24 - futondreams@navegalia.com

anuncios cortos / anuncios cortos / anuncios cortos

PRÁCTICAS QUE APORTAN VITALIDAD Y ARMONÍA AL CUERPO FÍSICO, EMOCIONAL, MENTAL Y ESPIRITUAL

Do-In, Shiatsu y
Transfiguración regenerativa
Cocina natural y energética

Alejandra Rieder

Tenerife 922 50 24 34

CASA DE LA COLINA YANG

Cursos y tratamientos

Shiatsu - Qigong

Reiki - MTC

Rolando Geider

Apartado 38 - 29580

Estación de Cartama - Málaga

952 11 81 59

CENTRO SHIATSU ZEN

**Shiatsu • Tuina
Acupuntura • Naturopatía
Flores de Bach**

Juan Enrique Gil

Almoneda, local 30

41940 Tomares, Sevilla

639 893 808

gilglez@teleline.es

El precio de un anuncio en esta sección (un módulo, 30 palabras aproximadamente) es de 10 euros.

Para anunciarse en el Boletín A.P.S.E.

Paloma Parras

Cristo de la Vera Cruz 18 / 41909 Salteras (Sevilla)

boletin@shiatsu-es.com

Nota informativa para socias y socios de APSE

Cualquier cambio en los datos personales (dirección, cuentas, teléfonos y móviles) que queráis actualizar en la base de datos, tanto para para el listado de terapeutas de la página web de APSE, como para recibir El Boletín, comunicarlo en:

boletin@shiatsu-es.com, o a las **escuelas asociadas**.

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

Nombre y Apellidos:

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., calle Atocha, 121, 1º izqda. 28012 Madrid.

Adjuntar dos fotos carnet.

Cuota anual: Estudiantes 25 euros. - Profesionales 45 euros.

