

Boletín de la Asociación de Profesionales de Shiatsu de España

SHIATSU

Número 20 / Verano 2005 / P.V.P.: 2 euros / Socios A.P.S.E.: Gratuito



SHIATSU

D.Legal: SE-3 320.2000

Boletín trimestral

Edita

Asociación de Profesionales
de Shiatsu de España

Número 20

Verano 2005

Hecho en Sevilla

por pepelebrato

600 70 95 53

**Para enviarnos información
lo podéis hacer a**

Pedro Pellejero Roy

c/ del Pí 10, 3º, 2º

08002 Barcelona

p_pellejero@hotmail.com

boletin@shiatsu-es.com

[textos en Word]
[imágenes en jpg]

Contenido

Centros asociados	2
Editorial	3
Los ejercicios de imaginación o ejercicios con meridianos	4
Shiatsu sobre camilla	6
¿A qué llamamos salud y qué hace el Shiatsu para apoyarla?	10
Noticias de la FES	11
En el camino	12
Noticias breves	13
Convocatoria 8ª Asamblea	14
Nuestros anuncios	15
Contraportada	20

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

Paseo del Nacimiento s/n - 29610 Ojén. Málaga

Tel.: 952 88 13 74

shiatsu@terra.es - www.shiatsu.net

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

Océano Pacífico 6

38240 Punta del Hidalgo. Sta. Cruz de Tenerife

Tel.: 922 15 61 09

info@shiatsu-e.com - 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

shiatsu@shiatsu-levante.com

www.shiatsu-levante.com

Escuela Zenit Shiatsu

Ronda Universitat 31, 1º 4 - 08007 Barcelona

Tel.: 93 301 19 76

www.zenitshiatsu.com

Editorial

¡Y llegó el Verano!. Experiencia de máxima abertura hacia el exterior, es ahora cuando manifestar el FUEGO nos resulta más fácil o se pone en evidencia la falta de...

El Fuego como elemento más contundente que moviliza el Kí, también, como posibilidad perdemos Kí, entonces estaremos cansados, o sino, nos sentiremos eufóricos, lo uno y lo otro viene a través del Fuego, mirar si trabajar con esta energía nos crea cansancio o euforia. El Fuego me desgasta si crea una acción sin objetivo, sin punto creativo, el Fuego nos desgasta cuando no tiene una función transformadora en mi vida (algo creativo).

El ciclo se interrumpe cuando el proceso creativo se rompe. La TIERRA viene a través del Fuego, la Tierra es lo que nos nutre, aspecto nutricional, siempre que manifestamos el Fuego tiene la peculiaridad de surgir la Tierra, después de la expresión viene la materialización, a no ser que le quitemos el aspecto creativo al Fuego con los **PREJUICIOS**.

Los Prejuicios sobre una acción creativa que esta ocurriendo en nuestra vida, ("y si lo que digo no les gusta o no me entienden lo que digo...") nos reprimimos, nos inhibimos. Prejuicios, se desgasta la energía, se dispersa... al Fuego por esta razón se le adjudica la cualidad de lo **ESPONTANEO**, para actualizar nuestro Fuego eliminar los aspectos prejudiciales que no nos dejan vivir la vida con abertura e indagar que hay en nuestra vida que nos impide desarrollar la Espontaneidad.

Y es en el Verano cuando tenemos la ocasión de poder disfrutar más de los muchos cursos y talleres que preparan las Escuelas, unos días para abrirnos y vivir esta energía de Fuego, volver a encontrarnos con compañer@s de otros años, disfrutar, reír...

Como podréis ver en la publicidad de las Escuelas tenemos una oferta muy interesante de cursos para este verano, será difícil elegir...

También comentar la convocatoria para la 8ª ASAMBLEA GENERAL DE APSE en el mes de Septiembre los días 15 y 16, haciéndola coincidir con el Congreso de Shiatsu en Barcelona, **CONTAMOS CON VUESTRA ASISTENCIA**, pues se tratarán temas importantes de la situación actual del Shiatsu y APSE.

Además como siempre es una oportunidad para volver a encontrarnos los socios de APSE, y disfrutar de la energía de esta Asociación.

En este número del boletín tenemos un artículo muy esperado "Shiatsu en Camilla", una visión interesante que amplifica la capacidad de acción del SHIATSU. Tenemos artículos y experiencias de gente de AQUÍ, que nos cuentan su visión y vivencias, en algún caso se invita a la reflexión de cuestiones fundamentales en nuestra práctica. Bueno, mejor os dejamos que lo vayáis leyendo.

Se despide con mucho FUEGO, la comisión del Boletín.



Los ejercicios de imaginiería o ejercicios con meridianos de Shizuto Masunaga

✧ María José Pedregal
Profesora en la Escuela Amigos del Shiatsu de Madrid



**Pulmón e Intestino
Grueso**

En las sesiones de movimiento, o trabajo corporal, que preceden a mis clases de Shiatsu, suelo alternar la práctica de ejercicios de gimnasia tradicional con otros tomados del método Pilates, posturas de Yoga, Chi-Kung y, por supuesto, ejercicios con meridianos del creador de Zen Shiatsu, Shizuto Masunaga.

Algo que me llamó la atención en los dos últimos años, fue observar cómo el Ki de mis alumnos, y el de la sala, parecía cambiar cuando realizábamos ejercicios de origen oriental y, en concreto, ejercicios con meridianos. El interés y la concentración crecían: *sentía-*

mos lo que estábamos haciendo.

Fue entonces cuando decidí escribir este artículo y recordar qué es lo que distingue a los Ejercicios de Imaginería de otros ejercicios y por qué son tan importantes para los que practicamos Shiatsu y para cualquiera que desee vivir en armonía y con salud.

Gracias a mis alumnos por haberme dado la ocasión de profundizar en las enseñanzas de Shizuto Masunaga.

Origen de los ejercicios de imaginiería

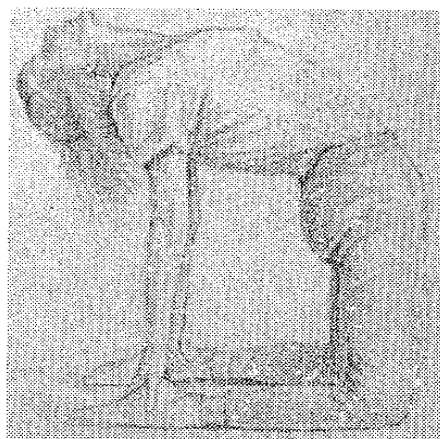
La última obra de Masunaga-sensei, que murió en 1981, fue publicada en inglés, en 1987, bajo el título *Meridian Exercises*, Japan Publications. Existe una traducción al español, hoy agotada, de la versión inglesa. Su título es *Zen, Ejercicios de imaginiería*, Edaf/ Nueva Era.

Los Ejercicios de Imaginería son, como todos sabemos, una serie de movimientos basados en la existencia de los meridianos como canales que permiten la circulación de la energía. Para su creación, Masunaga se inspiró en antiguas artes orientales que habían de revelarle, en los últimos años de su vida, dónde estaban las raíces de Shiatsu y cuál era la verdadera extensión de los meridianos.

Las arriba citadas artes orientales se conocían bajo los nombres de Do-In y Ankyo-Anma en japonés.

Do-In, dice Masunaga, es movimiento destinado a abrir los canales para que la energía fluya por ellos libremente.

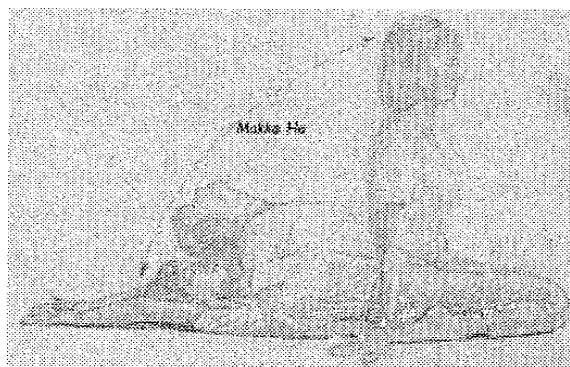
Ankyo consiste en masaje y manipulación que persigue el mismo fin que Do-In.



Estómago y Bazo - Páncreas

Y Do-In y Ankyo se denominaban, conjuntamente, Shinsen Jyutsu. Pues bien, los Ejercicios de Imaginería son una adaptación, hecha por Masunaga, de movimientos tomados de Shinsen Jyutsu. Lo extraordinario es que, a pesar de su larga experiencia en Shiatsu, fue a través de la práctica de los Ejercicios como se le reveló al maestro la existencia de los meridianos con más claridad que nunca, por lo que llegó a considerar los Ejercicios como la forma más sutil de Shiatsu, aquella que, además, podemos practicar nosotros en nosotros mismos.

Pero aún hay más: los meridianos que Masunaga sintió al practicar los Ejercicios, tenían *un carácter más universal* que



Estómago y Bazo - Páncreas

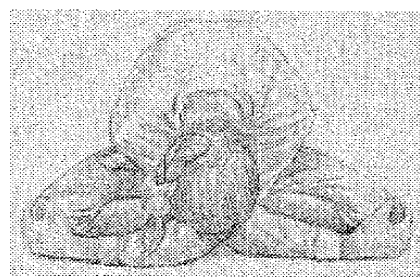


Corazón y Intestino Delgado

carácter definitivo a la forma de Shiatsu que nosotros practicamos hoy: Zen Shiatsu.

el que se les daba en Acupuntura, por lo que, contrastando su intuición con su experiencia y tras mucho estudio y reflexión, extendió los meridianos tradicionales, creando así los meridianos o extensiones de Masunaga.

En una palabra, los Ejercicios de Imaginería, el último trabajo del maestro, fue aquel que dio el



Maestro Corazón y Triple Calentador

de Imaginería ha de respirar, es decir, ha de tomar Ki y expulsarlo, a través de las puntas de los dedos de sus manos y pies.

En cuanto a la frecuencia con que deberíamos practicar los Ejercicios, Masunaga recomienda que se realicen los seis básicos todos los días, precedidos, si es posible, de los Ejercicios de Vaso de la Concepción y Vaso Gobernador.

Cómo y cuándo hacer los ejercicios

De las varias condiciones que enumera Masunaga para la correcta realización de los Ejercicios, me gustaría descartar tres:

La primera tiene que ver con el *hacer* mismo que, según Masunaga, consiste, precisamente, en *no hacer*.

Más que procurar, debemos *permitir* que algo suceda dice, puesto que uno de los objetivos de los Ejercicios es ayudarnos a sentir los meridianos en nuestro propio cuerpo y eso sólo lo podemos conseguir en un estado de relajación profunda, de abandono. Por lo tanto, *no hacer* es la regla.

La segunda condición se refiere a lo que Masunaga llama *imágenes mentales* o visualizaciones. Y aunque nos la defina, afirma que estas han sido un medio eficaz para llegar a la comprensión de verdades vitales en todas las culturas a través de los tiempos. Pues bien, la *esencia* de los Ejercicios alberga verdades fundamentales. Lo que importa es captar esta esencia, dejando la forma externa en un segundo plano. Para ello, nada mejor que abrirnos a las imágenes que puedan brotar de nuestro inconsciente, de nuestro ser más íntimo, durante la realización de los Ejercicios que, de este modo, serán una vía para la percepción de lo esencial en nuestras vidas, algo muy diferente de un programa rutinario de ejercicios.



Vejiga y Riñones

La tercera condición apunta a la importancia de la forma de respirar. Cuenta Masunaga que, en la antigua China, se creía que los enfermos respiraban con los hombros; la gente corriente, con el pecho; los sabios, con el vientre y los maestros en sabiduría con las plantas de los pies. Pues bien, el que realiza los Ejercicios

Finalidad de los ejercicios

Son múltiples los objetivos por los que Masunaga dice que creó los Ejercicios de Imaginería. Se incluyen, entre ellos, el disfrute que proporciona el descubrir algo nuevo, el fortalecimiento del Ki en las personas, la percepción de la vida en su integridad, etc. Pero hay uno, el que a mí me parece más importante, que es logro de la armonía, de la salud en su sentido pleno.

Que los Ejercicios de Imaginería son ejercicios para la salud algo que glosa, de manera muy acertada, el autor del prefacio de la última obra de Masunaga, su amigo, el doctor Yoshinaru Fujioka.

Dice el doctor Fujioka que, aun siendo Zen Shiatsu excelente para reforzar nuestra capacidad innata de recobrar o conservar la salud, tiene una limitación, y es que, para recibir Shiatsu, necesitamos a otra persona.

Era inevitable que Masunaga, que creó Zen Shiatsu, fuera un paso más allá y diera a cada individuo los medios para prevenir la enfermedad y hacerse responsable de su propia salud. Y eso lo hizo creando los Ejercicios de Imaginería, convirtiendo así una serie común de estiramientos en una práctica en que se implica el ser humano en su totalidad, con la esperanza de recuperar el equilibrio perdido: Mente y cuerpo, por fin, unidos para siempre.



Hígado y Vesícula Biliar

Dos años de problemas en las rodillas hicieron que Andrew Staib considerase seriamente la idea de dejar el Shiatsu. El trabajo sobre una camilla ha dado una nueva luz a su práctica.

Shiatsu sobre camilla

En este artículo me gustaría compartir mi experiencia de "Tableatsu" o "Shiable", es decir la práctica del Shiatsu sobre una camilla. Me gustaría también mostrar de que manera creo que el Shiatsu puede ser transferido con éxito a una camilla y explorar algunas cuestiones sobre el debate entre el uso del suelo o el uso de la camilla en el trabajo de Shiatsu.

Mis eternos problemas en las rodillas me hicieron desesperadamente contemplar la idea de dejar el Shiatsu. Los movimientos en los que tenía que sentarme en cuclillas y los que incluían torsiones o giros sutiles del cuerpo estaban empeorando mi condición a pesar de los ejercicios corporales que estaba haciendo para mejorarla. Aunque conocía por entonces algunos terapeutas que trabajaban con camilla, había resistido hasta entonces la tentación de probarlo, temiendo perder el profundo contacto con la tierra que ofrece el Shiatsu que se hace sobre el futón, además de su distintivo como terapia corporal.

Con el paso del tiempo notaba como mis rodillas iban empeorando así es que decidí probarlo.

Recuerdo muy bien mi primera sesión. Estuve todo el tiempo con una sonrisa en los labios pensando en lo fácil que resultaba el trabajo y al marcharse el primer cliente grité: "Que traigan el siguiente". En los meses siguientes empecé a sentir que estaba ahorrando gran cantidad de energía y observé un incremento en el número de clientes. Incluso algunos antiguos expresaban preferencia por los tratamientos realizados en camilla. Obviamente a éste éxito contribuyo el que yo me sintiera más relajado y a gusto en mi cuerpo, como también lo hizo el hecho de que trabajar de pie y no sobre el suelo empezaba a dar buenos resultados. Esto supuso para mí un gran descubrimiento y no solo hizo que mis rodillas recobraron su fuerza sino que además mis tratamientos ganaron en creatividad, una creatividad que el suelo nunca me

había brindado.

Empecé a preguntarme porque había



luchado en contra del uso de la camilla durante tanto tiempo. Investigando sobre la historia de este uso descubrí que el trabajo corporal sobre una camilla no es nuevo en Asia. De acuerdo con Carl Dubitsky, autor del libro 'Bodywork Shiatsu', Tui na (masaje chino) se practica exclusivamente sobre camillas en China, así como una forma derivada de ésta que se practica en el Tibet.

También en Japón, según ha llegado a mis oídos, la mayoría del Shiatsu especialmente el más popular, el estilo Namikoshi, se practica concretamente en camillas de baja altura. Ha sido bastante duro encontrar información, pero parece ser que es la regla más que la excepción el que las personas que hacen trabajo corporal en Asia hayan preferido la camilla al futón para trabajar.

¿Suelo o camilla?

En Shiatsu parece que la mitad del trabajo está ya hecho cuando un cliente se tumba en el suelo. Es seguro y sencillo, la presión perpendicular se aplica fácilmente y nadie, que yo tenga

en mi conocimiento, se ha caído hasta ahora. El reproducir estas cualidades es un gran desafío y una de las principales razones por las que algunos terapeutas ya establecidos se muestran reacios a trabajar a más altura. Yo todavía no he alcanzado la solidez que el suelo ofrece pero creo que me estoy acercando. Algunas veces, irónicamente, siento que podría incluso usar una presión más fuerte ya que el paciente tiene menos probabilidad de sentirse aplastado contra el suelo. Otras veces noto que los clientes no tienden a quedarse dormidos tan a menudo como solían hacer y estoy empezando a preguntarme si esto es realmente una pérdida.

Tim Mulvagh MRSS(T) terapeuta con alrededor de dieciocho años de práctica, quien ha estado usando una camilla extensible en los últimos años,



cree que el Shiatsu sobre camilla "es una alternativa absolutamente viable, pero, una no es mejor que la otra, son solamente diferentes. Sin duda el suelo relaja y enraíza al paciente además de hacer que su energía fluya hacia la tierra rápidamente aunque también puede ser de alguna manera soporífero. La energía del paciente y del terapeuta puedan llegar a estancarse y el suelo puede absorber el Chi. Trabajar

sobre una camilla puede resultar más dinámico para la persona porque el Qi está más suspendido."

El reto de mantener esas cualidades de enraizamiento y apoyo que ofrece el suelo puede llegar a ser estimulante como se discutirá en la sección acerca de los cinco niveles de posición, es realmente posible subirse a una camilla y usar las rodillas e incluso ponerse de pie y hacer una secuencia con los pies completamente descalzos. Después de un periodo de adaptación, la presión perpendicular puede ser aplicada al cuerpo en la forma usual pero lo que realmente tiene un papel importante son las piernas del terapeuta. La conexión de mis piernas con el suelo es vital en mis tratamientos. A través de ellas consigo entregar completamente el peso de mi cuerpo al suelo mientras que al mismo tiempo recibo su apoyo que fluye hacia arriba de forma energética.

En mi experiencia he encontrado que esto tiene que ocurrir antes que pueda enfocarme con mi Hara y mis manos. Esta es una manera de incorporar el elemento Tierra al que se supone he renunciado por trabajar a un nivel más alto que el suelo. Algunas veces llego a sentir cómo la energía de mis piernas impregna la calidad de mi tacto y encuentro que puedo mantener posiciones que requieren apoyo y sostén al paciente por más tiempo que en seiza, especialmente con el trabajo del cuello y del Hara.

Pero lo que realmente hace distinto a este tipo de trabajo es el dinamismo con el que el terapeuta puede moverse alrededor de la mesa, estirando piernas y brazos de todas formas posibles como si se tratara de un hombre de goma, incluyendo estiramientos del brazo a un nivel más bajo que la altura de la camilla. En cierto modo podría parecerse al ritmo de un vals moviéndose con gran viveza y prontitud alrededor de la mesa, relajando y soltando las articulaciones o siguiendo la energía a lo largo de la columna vertebral o la del canal Vaso de la Concepción hasta los pies. Algunos terapeutas y yo hemos encontrado que los tratamientos que conllevan más fluidez y movimiento como los Yang, Madeira y Fuego son los que mejor respon-

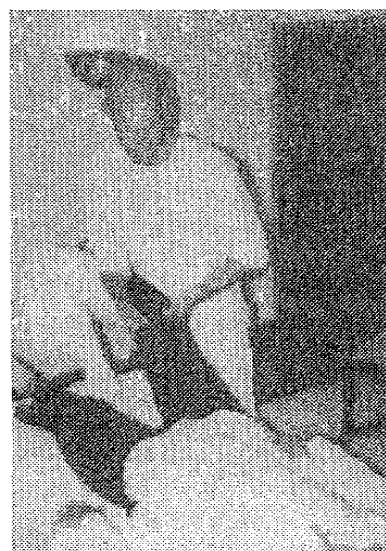
den al trabajo en un espacio tridimensional.

Markuss Grasser MRSS (T) quien eligió hacer Shiatsu sobre una camilla después de sufrir serios problemas de rodilla, señala que, debido a que la velocidad con la que se mueve durante el tratamiento es potencialmente mayor cuando se está haciendo Shiatsu sobre la camilla, la intención de lo que se quiere hacer y la acción en sí misma llegan a estar más alineadas en el tiempo. Esto podría en última instancia abrir puertas a una mayor espontaneidad. Otro beneficio importante que han notado algunos terapeutas es el ahorro de energía. Markuss Grasser cree que gasta hasta un 40% de energía menos por tratamiento desde que se cambió a la camilla y que no podría ver tanta gente como la que el ve si lo hiciera en el suelo.

Robin Wagg, un terapeuta escocés de Shiatsu y Seitai que empezó a utilizar la camilla hace 10 años y que llegó a ver hasta 60 personas en una misma semana, dice que hay una mayor sensación de recogimiento durante el tratamiento y que es más fácil enfocar la energía. Además, añade, haciendo el Shiatsu en camilla se puede ahorrar energía porque el tratamiento es más eficiente.

Otro punto interesante y polémico es la intimidad. Robin, a este respecto dice lo siguiente: "El trabajo en futón puede resultar a veces invasivo. El terapeuta está muy cercano al paciente y esto puede hacer que la gente se sienta un poco incómoda, especialmente en nuestra cultura occidental, por eso opino que el trabajo sobre una camilla de masaje es más profesional". Tim Mulvagh piensa que el debate puede verse desde dos ángulos: "A la gente le agrada la intimidad y el profundo contacto con la Tierra, propio del Shiatsu en el suelo, aunque algunos prefieren la accesibilidad y el espacio ligeramente más distanciado entre el terapeuta y el cliente que proporciona la camilla".

Quizás debido a esto, he encontrado que algunos pacientes están más abiertos a la conversación cuando están tumbados en la camilla. El estar tumbado a nivel del suelo suele producir una sensación parecido a la que se



experimenta dentro del útero materno y mientras que esto es y ha sido considerado como uno de los aspectos más característicamente esenciales e importantes del Shiatsu, a mi parecer y en mi experiencia, resulta también muy útil e interesante el hecho que el paciente se mantenga en un estado más alerta, es decir que de alguna manera mantenga la conciencia más despierta durante el tratamiento. Al estar más despierto se vuelve más participativo y esto favorece la comunicación entre el paciente y el terapeuta. Por ejemplo yo podría preguntar acerca de la cantidad y la localización de la presión, del ritmo y del tipo de tacto y el paciente tendría la oportunidad de responder según sus preferencias, necesidades o demandas.

Robert Brayley — Hodgetts, un terapeuta con residencia en Hove, Inglaterra, quien ha utilizado la camilla durante ocho años destaca otra ventaja que las camillas aportan a la práctica clínica: la de evitar muchos problemas relacionados con el polvo y las alergias. En mi experiencia el problema de las corrientes de aire frío está resuelto de una vez por todas.

¿Quién puede beneficiarse?

Obviamente si un terapeuta padece problemas crónicos de espalda o de las articulaciones, el Shiatsu en camilla es una buena opción. Para Bill

Blake, por ejemplo, una excelente terapeuta, el hecho de traer una camilla a clase cada fin de semana durante sus estudios de Shiatsu, le facilitó la obtención de su título además de asegurarse la posibilidad de un futuro profesional claro. Esto me hizo preguntarme sobre el número de terapeutas o estudiantes que se ven obligados a abandonar la práctica debida a problemas y limitaciones persistentes a nivel corporal, al cansancio o la fatiga.

Por otra parte, si un terapeuta se siente seguro trabajando en una camilla puede resultarle útil en muy variadas situaciones.

Por ejemplo, cuando se trata de personas de edad avanzada a las que les resulta muy difícil tumbarse en el suelo o con algunas personas del mundo de los negocios que vienen a darse el tra-



tamiento durante el descanso del almuerzo y no quieren quedarse demasiado adormilados. También sería el caso de aquellas ocasiones en las que trabajando en un centro de terapias globales no hay espacio suficiente para poner un futón porque está ocupado con camillas de quiromasaje u

osteopatía. Por otra parte las visitas a domicilio también pueden llevarse a cabo más profesionalmente cuando no hay espacio en la casa del cliente para poner un futón. Otro posible beneficio es la variedad, trabajar en diferentes niveles contribuye a que el terapeuta se mantenga alerta, usando su cuerpo de diferentes formas y teniendo en cuenta las necesidades del cliente en un día concreto.

Elegir una camilla de masaje

Actualmente todas las camillas que utilizo en casa o en la clínica son hidráulicas aunque es más que posible hacerlo en una altura fija. El ideal de altura es prácticamente una cuestión de preferencias pero en general es preferible utilizar como referencia el punto n° 31 de Vesícula Biliar. La anchura es también una cuestión personal, aunque una medida alrededor de 70 cm ofrece la posibilidad de trabajar con los cinco niveles. De todas formas siempre se le puede pedir al cliente que se mueva hacia un lado para crear más espacio en caso de trabajar un meridiano en el brazo por ejemplo. Obviamente la camilla con un orificio en la parte superior o con un soporte para apoyar la cabeza son más formas excelentes de prevenir el síndrome del cuello en prono. Markuss Grasser usa una silla con cojines firmes pegada a la camilla.

Para trabajar algunos meridianos del brazo que resultan más dificultosos como el de Pulmón. Un taburete de altura ajustable es también una buena ayuda, especialmente como dice Robert Brayley – Hodgettes para trabajar los aspectos más horizontales o laterales del cuerpo del cliente.

Desarrollo personal

Tai Chi y Qi Gong parecen haber sido creados para esta clase de trabajo ya que son los candidatos ideales para

mejorar la postura, la coordinación y la protección del Qi. Lo que también he encontrado de gran ayuda ha sido Pilates y Yoga.

Algunas posturas de Yoga, especialmente cuando se sostienen y alargan por un cierto tiempo ayudan a fortalecer la base de la pelvis y a relajar el músculo "psoas", lo que hace que se incremente y se haga más clara la conexión de la pierna con el torso y con el Hara.

Empezar

Tim Mulvagh cree que lo peor que puedes hacer cuando empiezas a trabajar en camilla es intentar hacer lo mismo que hacías en el suelo: "...tienes que tener una mente abierta — copiar no resulta. Tienes que volver a pensar en todos los principios de los tratamientos y empezar de nueva. Un buen lugar de comienzo es tu propia práctica de Qi Gong, la cual es una base fundamental para un trabajo en camilla de calidad".

La verdad es que a mi me ha llevado bastante tiempo liberarme de algunos de mis hábitos practicados en el futón y ahora me sorprende a mi mismo inventando nuevas técnicas dependiendo del tipo de paciente y de los meridianos implicados en el tratamiento.

Los cinco niveles de posición

Cada nivel brinda una dirección y cantidad de presión diferentes.

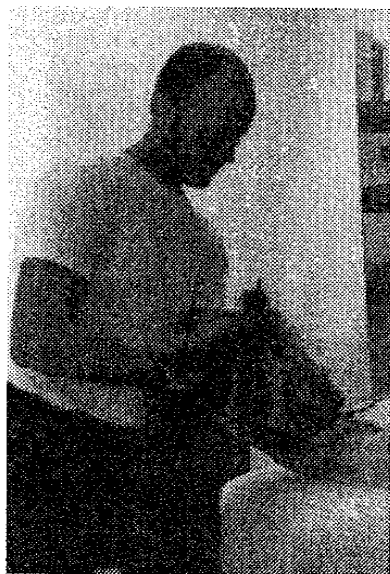
1. Sentado

Esta es claramente la posición más efectiva para un trabajo de cuello. El terapeuta está sentado y puede mover la cabeza y el cuello en el rango completo de movimiento y con poco esfuerzo. La cabeza puede colgar sobresaliendo el límite de la camilla y el terapeuta podría levantarse para aplicar algunas técnicas de estiramiento que implican más enraizamiento con el suelo. También se puede hacer masaje de

pies y manos, lo que proporciona un descanso al terapeuta, mientras que el uso de una banqueta de altura ajustable y con ruedas te permite también trabajar y pasar un rato divertido al mismo tiempo.

2. Mitad en la camilla, mitad fuera.

Esta posición tiene en general dos



aplicaciones importantes. La primera es la que yo suelo llamar la "posición del camello". Partiendo de una posición en la que el terapeuta está situado de lado al paciente puedes doblar una pierna y subirla a la camilla de manera que de apoyo a la espalda del paciente, mientras que a ti te proporciona un buen ajuste postural.

La otra es simplemente con un pie encima de la camilla, esta posición tiene muchos beneficios, entre ellos ayuda a aliviar los frecuentes dolores y tensiones en la zona lumbar de la espalda del terapeuta.

3. Sobre las rodillas

Nunca habría pensado que esta posición era posible hasta que Markuss Grasser me la mostró. En esta posición el terapeuta se sube a la camilla y situándose al lado del cliente se inclina progresivamente sobre su espalda como se hace normalmente sobre el futón. Esta posición es mucho más estable de lo que parece y resulta muy útil, especialmente con pacientes de gran altura o de grandes dimensiones y/o para hacer presiones profundas de espalda.

4. De pie

Esta posición nos ofrece varias opciones, desde una postura sólida como la de "silla de montar" cuando están trabajando pies, cabeza y torso, hasta una postura en la que partiendo de una intención gravitatoria te vas dejando caer con una pierna o con las dos en sincronía. El estar de pie también te permite trabajar de forma fantástica a todo lo largo de la columna vertebral usando el antebrazo.

Tim Mulvagh usa una postura tomada de las artes marciales llamada "tres un una" que previene la tendencia a inclinarse demasiado y poner excesiva presión sobre los hombros del paciente o empujar y encorvar la espalda.

5. Con los pies descalzos

Aquí se pueden dar tratamientos completos de espalda y de piernas y yo incluso he probado a gatear hacia arriba y hacia abajo sobre algunas espaldas más rebeldes que suelen tener la zona alta de la espalda Jitsu. Si sufres de vértigo a veces puede ayudar agarrarse a una pared adyacente o al techo, lo que proporciona gran estabilidad. He oído de un señor en china que usa dos bastones largos a cada lado parecidos a los bastones que se usan en esquí.

Una posición adicional del paciente podría ser el sentarse en uno de los lados de la camilla dejando caer las piernas hacia el suelo. Esta postura suele aliviar la incomodidad que provoca para algunas personas el sentarse en el suelo por largos periodos de tiempo. Algunas posiciones como la de "postura del niño" en Yoga se pueden hacer igual que si estuvieras en el futón, lo único que cambia, es que el terapeuta necesita subirse a la camilla. Para resumir, me gustaría decir que incluso aparte de la posibilidad de que mis rodillas mejoraran más de lo que lo han hecho, yo, seguiría trabajando sobre una camilla. Siento mis piernas mucho más fuertes cada día, además de conservar una considerable cantidad de energía.

Tener un futón a mano

A pesar de todo lo dicho yo siempre tengo un futón a mano en la habitación donde me dispongo a dar el tratamiento para utilizarlo en casos que sea necesario. Por ejemplo cuando

necesito hacer un trabajo de movimiento con el paciente o si este muestra una condición o disposición ansiosa o simplemente cuando la persona es demasiado grande para tumbarse en la camilla.

De todas formas hay ciertas personas para las que el apoyo y la seguridad que el suelo ofrece resultan esenciales en el tratamiento. Este es el caso del Shiatsu practicado con adolescentes que tienen adicción a ciertos tipos de droga lya que suelen estar bastante alterados!

Este tipo de trabajo le presenta al terapeuta el desafío de tener que encontrar más contacto con la tierra y más proyección del Qi en su propio cuerpo que en el hecho de estar más cerca del suelo, como es el caso del Shiatsu en el futón.

Markus Grasser hace una observación muy interesante al señalar que la relajación que la persona experimenta en el suelo podría ser confundido con un colapso de energía, mientras que en la camilla la cantidad de relajación podría reflejar más la habilidad del paciente para confiar plenamente y ponerse en manos del terapeuta con total confianza.

Por mi parte, estoy empezando a creer que las escuelas de Shiatsu deberían incluir dentro de su programa de estudios el trabajo de Shiatsu con una camilla de masaje. Pienso que el hecho de darles la oportunidad a ambos, al terapeuta y al paciente de elegir como quieren trabajar podría contribuir a incrementar la eficacia y efectividad de los tratamientos y la reputación del Shiatsu especialmente en clínicas y hospitales.

Por tanto, animo a la gente a que lo prueben. Puedes practicar con un amigo y después de que se haya caído de la camilla unas cuantas veces ¡quien sabe, a lo mejor te llevas una sorpresa!.

Andrew Staib MRSST es profesor asistente de la Escuela Europea de Shiatsu y asiste a Bill Palmer desde hace tres años en la Escuela de Educación Experimental. Es practicante de Shiatsu a tiempo completo y da cursos sobre tratamientos de dolor de espalda.

¿A qué llamamos salud y qué hace el Shiatsu para apoyarla?

David Ventura. (Traducido del inglés por Mar Garrido)

Cuando pensamos en como definir salud, nosotros, como practicantes de Shiatsu tendemos a elegir el punto de vista holístico oriental que dice más o menos: "la salud es un estado en el que no sólo no hay síntomas o enfermedades sino que hay una sensación de vitalidad y conexión con el mundo".

Eso significa que nuestra manera ideal de vivir es aquella en la que no hay conflicto, dolor o sufrimiento.

Y aquí es donde nosotros tenemos un serio dilema en lo referente al trabajo terapéutico con Shiatsu. La experiencia nos demuestra que sólo a través de las dificultades y el desarrollo personal la sanación real es posible.

Lo mismo ocurre con la evolución. Al incrementar nuestra conciencia, al hacernos más responsables de nuestras vidas, nos encontramos siempre con un camino lleno de obstáculos y tenemos que enfrentarnos a ellos con las herramientas que tenemos disponibles.

Volviendo a la pregunta inicial sobre que es la salud, me gustaría proponer una posible respuesta que, al menos a mí y a otros nos parece de las más interesantes.

Sería algo así: **"la salud es un estado en el que nos sentimos completamente vivos en el presente y lo suficientemente seguros de la naturaleza y la vida como para confiar en sus dinámicas"**.

Obviamente esta definición incluye enfermedades y conflictos dentro del término "salud".

Lo que me interesa en esta proyección que tenemos en el mundo del shiatsu, es que cualquier situación en la que haya un estado de desequilibrio en la salud de una persona, creemos que la tenemos que llevar a un estado más estable tan pronto como sea posible. Una visión muy peculiar, si nos consideramos a nosotros mismos "practicantes holísticos".

¿Dónde dejamos los conceptos de movimientos cíclicos de energía, sus dinámicas, las fluctuaciones del Yin/Yang, etc., aplicados a nuestra práctica?

¿Por qué esta intolerancia a los aspectos menos placenteros de la vida? ¿No deberíamos incluirlos en este proceso de aprendizaje?

Se podría decir que nuestro trabajo es encontrar un atajo para esos procesos en acción. Utilizaremos la experiencia de siglos de trabajo corporal y estudios teóricos para ofrecer esa ayuda.

Siendo esto verdad y evidente, también es verdad que tendemos a olvidar la experiencia personal, sea esta del cliente o propia.

Las lecciones que podemos o tenemos que aprender de esa situación a menudo las desperdiciamos, incluso si se ha reestablecido la salud.

Y eso es grave, ya que no estamos apoyando la energía vital y la conciencia de los clientes, ya que siempre dependerán de un shiatsu para entrar en contacto con ella.

¿Es eso lo que queremos?

Lo que estoy diciendo es que creo que a veces es mucho más saludable permitir que el proceso de la enfermedad siga su propio ritmo y de esta forma tener tiempo para entender, integrar, cualquier lección que haya en él.

Este es el camino de una sanación real, ya que nuevas herramientas, adquiridas en esa difícil experiencia, estarán siempre disponibles para utilizarlas en cualquier futuro "desequilibrio".

La mejor forma en la que el shiatsu puede apoyar el proceso en la salud de un cliente es doble:

- Enseñarle a estar presente en el "aquí y ahora". De esta forma puede llevar la conciencia a lo que realmente está ocurriendo
- Apoyar a los clientes para darles el valor y la vitalidad necesarios para explorar y enfrentarse ellos mismos como individuos a procesos en curso.

Esto es posible solamente si, como practicantes, encontramos la forma de que el cliente participe por completo en las sesiones y que se interese en lo que va descubriendo en el camino.

Entonces es cuando el shiatsu no solo será la aplicación de experiencias ancestrales, sino también un camino para descubrir nuevas experiencias relacionadas únicamente con el proceso vital de los clientes.

De esta forma es cuando conseguiremos, como resultado de todo ello, información que realmente signifique algo para ellos, que sea aceptado y utilizado siguiendo su propio criterio, que se habrá hecho más preciso y eficaz.

Creo que la mejor forma en la que el shiatsu puede definir la salud y apoyarla es ampliando este concepto de forma que incluya el conflicto. El diagnóstico de la enfermedad no es tan importante, siendo esta una característica occidental y no muy holística. **Lo importante es el proceso vital en el que el cliente está involucrado en ese preciso momento.**

Ahí es donde las herramientas del shiatsu, todas ellas, pueden ser de gran ayuda, avivando el proceso y dándole claridad.

Hay otros muchos aspectos en los que el shiatsu puede y da soporte a la salud, pero mi intención en este breve artículo ha sido insistir en algo que defendemos con la boca grande y en cambio practicamos poco. Salud y alegría a todos.

Este artículo apareció por primera vez en el libro del Congreso Europeo de Shiatsu en Kiental en Suiza en septiembre 2004.

Noticias de la FES

El proyecto de investigación te necesita

✉ **Brian Carling.**

Representante de APSE en la Federación Europea de Shiatsu (FES) y Presidente de la FES.

La segunda fase del Proyecto de Investigación — La Experiencia y Efectos del Shiatsu comenzará en España a principios de Octubre. Tendrá lugar en España, Austria y Reino Unido. Necesitamos saber quien quiere participar. Si eres miembro del registro de APSE y tienes consulta bien a dedicación plena o parcial queremos tu participación.

Tenemos que presentar al catedrático de la Universidad de Leeds, Andrew Long, una lista de terapeutas cualificados dispuestos a participar. El, como Jefe del Proyecto, hará una selección aleatoria de los participantes para evitar parcialidad.

Si estas elegido la tarea será reclutar clientes para participar. Serán clientes normales que pagan el precio normal por la sesión. Será una mezcla de clientes antiguos y nuevos en una proporción que decidirá la Universidad.

El terapeuta tendrá que rellenar un

cuestionario sobre el cliente y el cliente otros cuestionarios; al principio, después de varias sesiones y después de 3 meses. Todos los datos recogidos serán confidenciales y mandados a la Universidad.

El terapeuta tendrá que explicar a cada cliente el proyecto, animarle a participar y rellenar los cuestionarios. Habrá reuniones antes del comienzo para explicar a los terapeutas todo el protocolo en detalle.

Todavía estamos finalizando detalles pero probablemente la investigación durará 4 ó 5 meses y cada terapeuta participante reclutará entre 10 y 20 clientes (según la actividad de consulta que tenga). Tenemos que llegar a una participación que sea aceptable estadísticamente para la Universidad. Para formular la lista de terapeutas tengo que saber:

- 1) Quién quiere participar, (nombre y apellidos).
- 2) Cuántos clientes tratas cada mes.
- 3) Cuántas sesiones de shiatsu haces cada mes.
- 4) Cuántos clientes nuevos tratas cada mes.

Los números serán estimaciones de la media en tu consulta. Sabemos que las consultas tienen sus momentos fuertes y flojos.

Por favor contactarme por email o por teléfono:

Brian Carling.: shiatsu@terra.es.

Tfno.: 952 88 13 74

Si hace falta dejar un mensaje con las respuestas a las preguntas, tu nombre y teléfono de contacto.

Todos hemos contribuido a la financiación del Proyecto y ahora necesitamos una participación activa. Creo que la participación en si será una reflexión interesante sobre nuestra propia práctica. Los resultados nos darán unos datos muy útiles sobre nuestro arte. Después de los datos recogidos en la primera fase, soy optimista que los resultados proveerán un apoyo importantísimo a nuestra practica y será un gran respaldo a nuestra posición en el proceso político de legalización que esta en marcha.

¡Participa, apúntate a la lista, llámame ya!

Un abrazo muy fuerte, **Brian**



Fe de Erratas

En el número anterior, aparecieron los siguientes errores:

El artículo *Profesionalidad y límites*, que no iba firmado es de David Ventura.

En el anuncio de la Escuela Europea de Shiatsu, donde pone 23 de junio debería poner 29 de junio.

En el contenido, aparece el artículo *Shiatsu y el caballo*, que no corresponde a este número.

En la página 2, donde pone número 18 de invierno, debería poner número 19 de primavera.

En el anuncio de la Escuela Internacional de Shiatsu de Tenerife hay varios errores: Donde pone esalda, debería poner *espalda*, donde pone Facia, debería poner *Fascia*. Falta poner que Shiatsu para ciática... es un curso.

En el camino

✎ Marina De Franceschi. Cádiz.

Esta historia transcurre en algún lugar del interior, en una pequeña aldea, donde nunca daba el sol, y donde nuestro personaje pocas veces había visto un cielo claro y azul. Siempre estaba nublado y tormentoso, de vez en cuando amanecía despejado, pero por poco tiempo, al final el cielo acababa volviéndose gris.

Un día nuestro personaje, vamos a llamarle *Gris*, como el cielo, cansado de la oscuridad y de iluminarse artificialmente, decidió ir de excursión a explorar, averiguar si el cielo era oscuro en todas partes.

Al llegar a los límites de su aldea, se encontró con dos caminos: ¿Cuál tomo? Se preguntó. Uno era fácil y cómodo de seguir, recto, bien pavimentado, pero echando una ojeada al horizonte seguía viendo oscuridad y hasta lo que alcanzaba su vista, igual de tenebroso que su aldea. El otro camino era bastante más angosto, curvas, piedras, desniveles, pero sin embargo a lo lejos sus ojos podían apreciar un claro resplandor, que alegraba su vista.

Tomó la decisión de seguir el segundo sendero. Anduvo un largo rato, pero el camino parecía no terminar, y cansado dio media vuelta y regresó a casa. Al día siguiente emprendió de nuevo el viaje; después de andar un trecho vio a lo lejos una figura; se acercó y comprobó que era una persona, pero ésta emanaba un curioso resplandor, muy parecido al que se veía al final del camino.

Gris, curioso, le hizo muchas pregun-

tas a esta extraña persona que llamaríamos *Blanca*.

Blanca respondía, pero Gris no entendía muchas de sus respuestas.

Así que decidió volver sobre lo caminado, de nuevo, a su lugar.

Durante un tiempo Gris iba y venía, y siempre terminaba por regresar a su aldea, pero esperaba ansioso el nuevo día para ir en busca de Blanca, que, curiosamente, cada vez le esperaba un poco más lejos. Gris no se había percatado de eso, pero cada día el trecho recorrido era mayor y el cielo azul estaba más cerca.

En uno de sus viajes —hasta entonces no lo había notado— se dio cuenta de que el camino estaba lleno de personas. Gente que iba, gente que venía, unas que esperaban a otras, otras que retrocedían, algunas que paradas hablaban y otras avanzaban.

Y por fin comprendió todo lo que Blanca le había explicado:

¡Blanca iba hacia la luz, igual que Gris, y hacían el mismo viaje!

Entonces decidí caminar en una sola dirección, decidí cambiar mi nombre, ya no me llamo Gris, me llamo *Alba*, y decidí que si tú quieres emprender un viaje, hazlo, no temas, te esperaré... *en el camino*.

Alba, paciente de Shiatsu, recibió Shiatsu semanalmente durante ocho meses y luego más esporádicamente. Acudió a la consulta por problemas cervicales y contracturas musculares, pero desde la primera sesión su incontrolable ganas de llorar hizo evidente un trasfondo emocional sin integrar, junto a un cuadro sintomatológico que

iba mucho más allá de sus contracturas, y que aquí no nos interesa relatar.

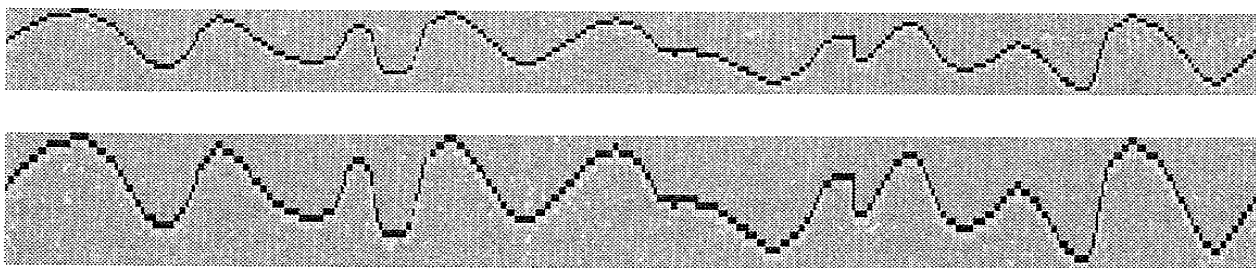
Con Shiatsu mejoraron los síntomas, algunos desaparecieron por completo, su vida emocional dio un cambio significativo integrando muchas emociones y sentimientos que le estaban haciendo daño.

Un día llegó a la terapia con un cuento que escribió ella misma, que resume de forma creativa su experiencia con Shiatsu a través de la metáfora del Camino; quiero compartirlo con todos y todas, dado que no sólo es un cuento muy bello sino que desde mi punto de vista expresa y contesta a unos interrogantes acerca de la relación entre terapeuta y paciente, en ese espacio que se llama *terapia individual*, que el Shiatsu tiene en común con otras terapias.

Estos interrogantes los podríamos plantear de esta forma:

- ¿Cuál es el rol del terapeuta y cuál el del paciente?
- ¿Quién *sana* a quién?
- ¿Es casualidad que llegue a mi consulta cierto tipo de pacientes y no otros?
- ¿Y si no lo es, cuáles son los puntos espejos entre mis pacientes y yo?
- ¿Cuándo es el momento oportuno para acabar un ciclo terapéutico?
- ¿Existe el *enganche* de dependencia mutua en la relación terapéutica, también en Shiatsu? y
- ¿Cómo hay que *cortar* los lazos de dependencia?

Y si alguien más quiere seguir reflexionando... paso el testigo.



NOTICIAS BREVES

Curso de Shiatsu organizado por APSE

Una vez más Paul Lundberg nos hace una propuesta de suma interés para el taller de Noviembre. Este año tendrá lugar en Guadalajara, cerca de Madrid, en un formato residencial. Empieza por la tarde el día 18 y continua hasta el día 20 a mediodía. El precio es de 150 euros para socios de APSE y 250 para los no socios.

Ya podéis apuntaros llamando a Gill en el 669 647 846.

Este taller será dedicado a la exploración de la relación entre el Shiatsu de meridianos estilo Zen que pone énfasis particular en el diagnóstico por el Hara y los cambios de enfoque necesarios en el tratamiento de los pacientes con enfermedades agudas o síntomas perturbadores en condiciones crónicas. Se tratará en detalle las cuestiones sobre la relación entre el paradigma de Kyojitsu y los conceptos de MTC como *Raíz y Manifestación* y *Lleno y Vacío*. El uso de las técnicas particulares para tonificar o dispersar formará una parte importante del trabajo práctico durante el seminario, tanto como los métodos distintos para *armonizar*. Realmente, solo hay la persona y su condición. Nuestro trabajo conlleva el privilegio y la responsabilidad de tocar su cuerpo de alguna manera terapéutica, por definición. Viendo las muchas prácticas que hay, aun que solo miremos a los sistemas de sanación orientales, tenemos que perseverar en la búsqueda para conseguir la forma de tratar de la manera más adecuada y mejor adaptada a las necesidades de cada caso.

Bienvenida a los Anuncios Cortos

Ponemos a disposición de los Socios Profesionales la sección de Anuncios Cortos, para todos aquellos profesionales que quieran anunciarse en el Boletín. Pensamos que es interesante que no sólo se anuncien las Escuelas sino todos los profesionales que estén interesados en dar a conocer sus servicios a otros socios y simpatizantes de la Asociación. El precio es de 12 euros por unas 30 palabras aproximadamente. Para encargar el anuncio dirigirse al correo del Boletín.

Encuentros APSE en Madrid

Nos gustaría aprovechar este espacio para dar las gracias públicamente a Charo Calleja por su generosidad en ofrecernos un taller gratuito a los socios de APSE en Madrid, el 5 de mayo pasado. Trató el tema de la menstruación, por lo tanto había una mayoría claramente femenina. Compartimos experiencias e ideas después de un trabajo corporal profundo y precioso guiado por la sabiduría de Charo.

Recuerdo a todos los socios en la zona de Madrid que volvemos el día 2 de junio a las 19.30 h. con la reunión habitual en el tercer piso de la calle Atocha, 121. Estas reuniones mensuales están abiertas a todos los socios, alumnos y profesionales y abren un espacio para compartir experiencias y Shiatsu.

Viernes Activos APSE en Barcelona

En la fecha de la salida de este Boletín los Viernes Activos en Barcelona, ya han tenido dos ocasiones para que los socios y simpatizantes se hayan encontrado "las caras", en la primera ocasión, se habló sobre el Zen Shiatsu, así los que trabajan con otros enfoques de Shiatsu pudieron conocer la filosofía de esta línea de trabajo; para el segundo encuentro tuvimos la ocasión de conocer la forma de trabajo de Shiatsu i Moviment, la idea de estos encuentros no es conocernos y charlar los practicantes de Shiatsu de la zona, poder debatir sobre temas de interés para así enriquecer nuestro trabajo. Para el tercer encuentro el día 17 de junio a las 20 h. en la escuela Shiatsu i Moviment, organizamos un intercambio entre diferentes estilos de Shiatsu, ¡por fin nos vamos a tocar!

Estamos pensando ya el calendario y temas para después del verano, con idea de abrir a un segundo día los Encuentros APSE, toda la colaboración será bienvenida, ¡ANIMAOS A PARTICIPAR!

Apse en los Medios de Comunicación

Nuestra Asociación ha sido entrevistada por medio de Gill Hall, su presidenta, en el programa de radio "La rebotica" de la cadena COPE, la entrevista se emitió el pasado sábado 19 de Marzo.

También la revista "Imaginate" de los supermercados Alcampo, nos ha entrevistado en lo relacionado a temas de Salud Natural.

Convocatoria de la 8ª Asamblea General de APSE 2005

Una vez más os convocamos a la Asamblea General de nuestra Asociación.

Es nuestra oportunidad anual de reunirnos para poner a tod@s al día con la situación actual de APSE y del Shiatsu en España.

La 8ª Asamblea tendrá un formato algo distinto a otras, dada la cercanía de las fechas con las del Congreso Internacional que organizan las escuelas Shiatsu i Moviment y Zenit Shiatsu en Barcelona. Hemos decidido celebrar una asamblea más reducida en Barcelona para ahorrar dos viajes a los muchos que asistirán al Congreso, y a la vez garantizar una asistencia en línea con los últimos años. Significa que no habrá talleres, sin embargo l@s soci@s de APSE tienen un precio especial para el Congreso y allí tendréis una calidad de talleres a la que solo podemos aspirar nosotr@s. Tu asistencia sigue siendo igual de importante para ayudarnos a tomar decisiones para el propio desarrollo de la asociación y por supuesto en la regulación de las Terapias de

Salud Natural. APSE está presente en los grupos de trabajo de Cataluña y a nivel nacional se ha conseguido por fin hablar de reunir las 4 asociaciones de Shiatsu en España. Es redundante comentar que la Asamblea aporta una oportunidad para tod@s de disfrutar con sus compañer@s de todas las regiones del país.

Así que extendemos la invitación a tod@s los soci@s de compartir en otra Asamblea más.

Se celebrará los días 15 y 16 de Septiembre 2005 en la Escuela Zenit Shiatsu, Ronda Universidad, 31 1º 4ª, justo al lado de la Plaza de Cataluña. Si no tienes donde alojarte las escuelas de Shiatsu i Moviment y Zenit Shiatsu nos han ofrecido generosamente un espacio en sus centros para quedarnos a dormir, previa petición a primeros de septiembre llamando a los teléfonos 93 200 47 76 Shiatsu i Moviment y 93 301 19 76 Zenit Shiatsu.

Los horarios de la Asamblea serán:

Jueves 15 de septiembre

A partir de las 18 h. inscripción
(aportar datos personales, ej. N° D.N.I., etc...)
19 h. Comienza la Asamblea con la presentación de los miembros asistentes.
19,30 h. La aprobación del Acta anterior, Gestión Anual y Orden del día.
21,30 h. Cese para cenar.

Viernes 16 de septiembre

9,30 h. Continuación de la Asamblea.
11,30 h. Descanso con té y pastas.
12 h. Continuación con el orden del día.
14,30 h. Cierre de la Asamblea.

¡Hasta Septiembre! Un abrazo
La Junta.

**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.
- Beneficiate de descuentos en Seminarios. Talleres, Chandals, Futones, etc.
- Participa en las Asambleas de A.P.S.E.

www.shiatsu-es.com



Cursos Regulares de Formación Profesional

- Conferencia gratuita de Shiatsu. 20 de octubre.
- Curso de Iniciación. 21 y 22 de octubre.
- Comienzo del Primer Nivel. En octubre.
- Seminario de Trabajo energético con Nicola Pooley. 2, 3 y 4 de junio de 2006.

SHIATSU LEVANTE

Escuela y Centro Terapéutico de Shiatsu

ARQUITECTO FRANCISCO Y JACOBO FLORENTÍN, 13 BAJO

30007 VISTALEGRE - MURCIA

TELF. 968 840 193 - 606 547 070



Amigos del Shiatsu

MADRID, DONOSTIA

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

ACTIVIDADES DE LA ESCUELA AMIGOS DEL SHIATSU 2004-2005

CURSOS REGULARES DE FORMACION

CURSOS INTRODUCTORIOS DE VERANO

Julio del 18 al 22, de 18 a 21 h. ■ **Julio** del 25 al 29, de 10 a 13 h.

Agosto del 22 al 26, de 10 a 13 h. ■ **Agosto** del 29 al 2 de septiembre, de 18 a 21 h.

Septiembre del 5 al 9, mañana y tarde

TRATAMIENTOS INDIVIDUALES

CURSO CON CLIFF ANDREWS

10, 11, 12 y 13 junio 2005

Shiatsu Zen - Trabajo energético avanzado

Albergue Rural de Guadalajara (Somolinos) - Precio 280 euros

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

Shiatsu Zaleak. Paseo de Colón, 5. 20005 DONOSTIA / Tlf.: 943 28 00 86



Escola de Shiatsu i Moviment

CURSO RESIDENCIAL CON BILL PALMER

Explorando las Seis Divisiones de la Medicina Tradicional China

15, 16 y 17 de julio - En Artzentales (Bilbao)

Precio: 350 euros - Socios APSE: 320 euros - Plazas limitadas.

Curso de Shiatsu en pareja

Fin de semana del 18 y 19 de Junio.

Curso de Shiatsu en camilla con Andrew Staib (Shiatsu Society UK)

Amplia tu vision del Shiatsu utilizando este método.

Fin de semana del 30 y 31 de Julio.

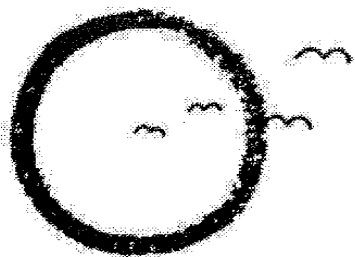
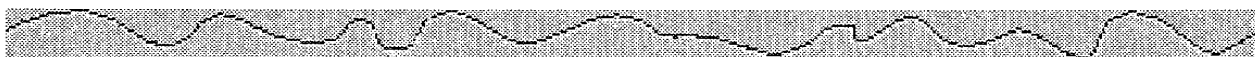
Introduccion de Shiatsu

En un fin de semana aprenderás a seguir una rutina básica de Shiatsu.

28 y 29 de Mayo, 18 y 19 de Junio, 16 y 17 de Julio.

Escola de Shiatsu i Moviment

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



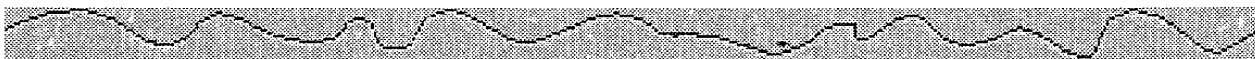
SHIATSU

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 Internacional de Shiatsu

Curso de Shiatsu para ciática, dolor de espalda,
lumbalgia y contracturas musculares.
Shiatsu y los cinco elementos. Curso avanzado.

19 al 28 de agosto.

Curso Fascia Terapia. 16,17 y 18 de agosto

Escuela Internacional de Shiatsu

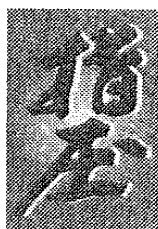
Océano Pacífico 6 - 38240 Punta del Hidalgo -S. C. de Tenerife

Tel: 92 215 61 09

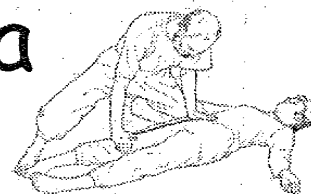
info@shiatsu-e.com - www.shiatsu-e.com

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

Gobierno de Canarias. Consejería de Sanidad y Consumo



Escuela Europea de Shiatsu



CURSOS EN ANDALUCÍA DURANTE TODO EL AÑO

Málaga, Sevilla, Granada, Córdoba, Cádiz y Jaén.

Formación completa en Shiatsu con un equilibrio entre técnicas prácticas y
teoría de medicina oriental y occidental

CURSO ESPECIAL DE VERANO

29 de junio al 3 de julio

en O SEL LING Centro Budista en las Alpujarras granadinas

Abierto a gente con experiencia en Shiatsu

CURSOS DE VERANO. JULIO, AGOSTO Y SEPTIEMBRE

El Curso de Iniciación en una semana residencial en Ojén, Sierra de las Nieves, Málaga

Administración en España
Paseo del Nacimiento 30
Ojén 29610 Málaga

952 88 13 74
shiatsu@terra.es
www.shiatsu.net



ESCUELA Y ALOJAMIENTO RURAL
DESCANSO ACTIVO, TRATAMIENTOS, CURSOS
09142 CORTIGUERA (BURGOS)
TFNO: 608 624 926
www.talamoshiatsurural.com

CURSOS DE VERANO RESIDENCIALES

SHIATSU Y VACACIONES

(30h. LECTIVAS)

AGOSTO - DEL 1 AL 6

400 €

* INCLUDE

TRABAJO CORPORAL Y VACACIONES

(30h. LECTIVAS)

- DEL 4 AL 10 DE JULIO

400 €

* INCLUDE

TODOS LOS NIVELES
IMPARTEN: DIRK RAINER, CHARO H. CABIEDAS

7 DIAS - 5 FASES DESCUBRIENDO LA NATURALEZA QUE SOMOS

NIVEL AVANZADO

AGOSTO - DEL 21 AL 28

550 € * INCLUDE

GRUPOS REDUCIDOS
RESERVA DE PLAZA HASTA 10 DIAS ANTES DE CADA CURSOS
* CURSO * ALOJAMIENTO EN CASA RURAL * PENSION COMPLETA

COMO CASA RURAL OFRECEMOS UN
ESPACIO PARA EL INTERCAMBIO CULTURAL
Y EL RECONOCIMIENTO DE LA NATURALEZA.

- ALIMENTACION BIOLOGICA
- SALA DE MEDITACION
- PROPUESTAS PARA ACTIVIDADES.

SITUADO EN EL PARQUE SINGULAR DE LOS
CAÑONES DEL EBRO, FACILITA EL
SENDERISMO, RAFTING, CABALLOS Y
PATRIMONIO ARTISTICO.



Centro de Formación y Terapias homologado por APSE y FES

ZENIT SHIATSU

CENTRO DE FORMACIÓN

- Formación de Shiatsu (3 años)
- Master de Shiatsu (1 año)
- Formación de Tai Chi (1 año)
- Formación de Qi Gong (1 año)
- Masaje Metamorfico (20 horas)
- Formación de Feng Shui (4 niveles)

TRATAMIENTOS

Shiatsu, Sacro Craneal, Shiatsu+Craneo, Acompañamiento al parto con Shiatsu.

ACTIVIDADES

Tai Chi, Qi Gong, Tecnica Cos, Danza Movimiento Terapia, Estiramientos.

Ronda Universitat 31, 1º, 4º. 08007 BARCELONA

Tfno.: 93 3011976

www.zenitshiatsu.com / info@zenitshiatsu.com

Futón Dreams

El descanso diario como fuente de salud.

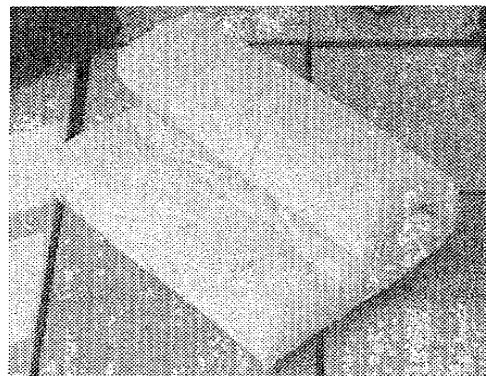
Productos naturales, funcionales y atractivos (15 años de experiencia)

Solicita nuestro catálogo e información de productos y descuentos especiales.

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

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

Futón clásico , 140 x 200 x 6 cm de algodón,	120 e
Futón mixto , 140 x 200 x 6 cm, 3 cm de látex + 3 de algodón	160 e
(Consultar para otras medidas: 160, 180 x 200 cm.)	
Funda protectora , 100% algodón, color crudo	40 e
Futón portátil , incluye funda y asa de transporte, de latex:	
• 75 x 190 x 3 cm.	110 e
• 100 x 190 x 3 cm.	125 e
Rodillo 40 x 12 cm, de algodón (firme) con funda,	25 e
Rodillo 70 x 12 cm, de látex y algodón (blando para cervicales)	30 e
Cuadrante 40 x 40 x 15 cm, de látex y algodón con funda,	40 e
Cojín de meditación 30 x 20 x 15 cm. de algodón con funda	30 e



Atsedén 3 - 20280 Hondarribia

Tel. 943 64 51 69 - 629 28 93 24 - futondreams@euskalnet.net

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.

www.shiatsu-es.com

Adjuntar dos fotos carnet

Cuota anual: Estudiantes 30 euros - Profesionales 75 euros



La búsqueda

El Shiatsu para mí es una forma de búsqueda individual y personal, de algo llamado: equilibrio, armonía...

Digo búsqueda personal e individual por que cada uno lo hace por sí mismo con sus propios caminos desde su propio ser. Me explico con un ejemplo:

"En una sesión de Shiatsu no sólo busca el equilibrio la persona que se tumba en el futón sino que también, el practicante, que desde su perspectiva halla un camino hacia esa armonía.

Además durante el Shiatsu, no se sabe nunca quién va a recibir más, si el dador o el receptor, pues se conoce que hay traspaso de energías o "cosas".

Es una forma de búsqueda, como tantas e innumerables tiene nuestra vida, el buscar y la dirección.

Os preguntaráis ¿por qué?

Es importante el buscar, por que en el camino uno se curte, uno mismo crece y se encuentra, y al encontrarse, encuentra su sitio con los demás y eso tiene mucha importancia y pocos, muy pocos, lo consiguen.

Es importante, la dirección, por que, el hecho de que el Shiatsu, al igual que la mayoría por no decir todas las terapias manuales, pretende buscar la salud, la no-enfermedad, el restablecimiento de la armonía, en definición, el equilibrio personal que ese individuo encierra dentro de sí.

Y trabajar desde esta intención y con esa dirección, caminando por donde tu propia persona te quiera llevar, estando abierto a recibir humildemente, y con mucho respeto hacia lo que una persona te brinda cuando se pone en tus manos al tumbarse sobre tu propio futón, eso para mí es Shiatsu.

Gaspar Sainz Miguel.

En memoria de Gaspar. Este artículo nos lo envió para el Boletín tiempo antes de que nos dejara.

Siempre ocupará un espacio en el corazón de APSE.

Con cariño, la Junta Directiva.

