



Acupuntura en las CAM

A. Javier Alvarez

La Esencia del Shiatsu de Ralf Seiffert

Juanma Ormaetxea

Shi
at
su

publicación

NUMERO 45
PRIMAVERA 2012
EJEMPLAR GRATUITO



Asociación de Profesionales
de Shiatsu en España

www.shiatsu-apse.org

contenido n45

-
- 02 Editorial
-
- 03 *Con otros ojos*
Acupuntura en las CAM
A. Javier Alvarez
-
- 08 *La experiencia del Shiatsu*
Shiatsu y atención al público
Ma. Cristina Acosta Fernandez
-
- 09 *Shiatsu desde las Escuelas*
La Esencia del Shiatsu de
Ralf Seiffert
Juanma Ormaetxea
-
- 10 *Shiatsu fuera de casa*
Erasmus Zen en Italia.
Fernando Llobell
-
- 12 *Shiatsu en casa*
Las Puertas Solsticiales
Marina de Franceschi
-
- 14 *Apse informa*
Taller de Apse 2012
Un viaje del Invierno a la
Primavera
Stephanie Timms
-
- 16 *Inspiraciones*
Un pequeño estudio sobre el
Dragón
Riko Katsube
-
- 17 Convocatorias
-
- 20 *Apse informa*
Congreso Internacioanl de
Shiatsu
-
- 21 Nuestras Escuelas
-

Shi
at
su
publicación



A media ladera de la sierra
veo un almendro en flor:
Dios te guarde, bandera blanca,
ihace días que te he deseado tanto!

Eres la paz que se anuncia
entre sol, nubes y vientos...
no eres aún el mejor tiempo,
pero tienes toda su alegría.

Joan Maragall

Miro atrás y veo el invierno con su estela blanca
y azulada. Las horas de sol aumentan cada día
más, la luz y el calor hacen que el Ki despierte
por momentos a la Naturaleza. Este Ki
aletargado y en regeneración durante tiempo
hace que en estos momentos estemos
preparados para cerrar ciclos y emprender
nuevos proyectos, nuevas ideas, nuevas metas.

Los primeros brotes aparecen, tímidos, pero con
alegría, con la fuerza suficiente para iniciar una
nueva etapa.

¡El Yang abre sus puertas!

Desde la Junta de APSE nos hemos
comprometido a conseguir unos objetivos.
Después de unos meses de duro trabajo y
cantidad de tareas, espero que este Yang nos de
fuerzas para seguir adelante, con ilusión y sobre
todo, con armonía, al compás de la primavera.

Estamos ultimando la nueva web, vamos a
intentar mejorar la imagen y los contenidos. El
taller, este año realizado en febrero ha resultado
un éxito, el grupo de regulación sigue
recopilando información, la publicación sigue a
su ritmo,...

En este número tenéis una visión de las CAM,
solsticios, presentación del libro de Ralf... y un
artículo de nuestro amigo Fernando
contándonos su experiencia en Italia.

Para que todo esto sea posible necesitamos
también de tu colaboración, aportaciones,
críticas, propuestas, tú tienes la voz, tú eres
APSE. **Buena lectura!!!**

Ricard Plaza
presidencia@shiatsu-apse.org
Presidente de APSE

Portada

Fabrizio Bottasso, Terapeuta de Shiatsu Zen
fbottasso@gmail.com
"Vida en la Vida"

Una visión de las CAM, introducción a la acupuntura

En los últimos años ha rebrotado en todo el mundo el interés por el uso y el estudio de la medicina tradicional (alternativa, complementaria o no convencional). Según datos aportados por la OMS (1), en China esta medicina representa cerca del 40% de toda la atención prestada y en países como Alemania y el Reino Unido, el 70% y el 90% respectivamente de las clínicas de dolor utilizan la acupuntura como técnica complementaria en el tratamiento.

La acupuntura debe una gran parte de su respetabilidad científica al descubrimiento de que la inserción y manipulación de agujas en determinados puntos o zonas del organismo libera péptidos opiáceos (Clement- Jones y cols.1979,1980) (2). De hecho, ahora sabemos que las respuestas bioquímicas a la estimulación acupuntural son múltiples interviniendo de forma importante un grupo amplio de mediadores humorales, inmunitarios y hormonales. Indudablemente en la neurobiología está la explicación definitiva del mecanismo de acción de la acupuntura, pero esto no quiere decir que todos los efectos que esta produce estén exclusivamente relacionados con el sistema nervioso central.

Efectivamente las ciencias médicas actuales han permitido demostrar un cierto número de efectos de la acupuntura fundamentados en la experimentación y en la evaluación clínica de los resultados. Parece demostrado que es necesaria la integridad tanto del sistema nervioso cerebro espinal como del sistema nerviosos vegetativo para que la acupuntura sea eficaz, lo que no implica que la respuesta esté determinada exclusivamente por la vía nerviosa.

Este mecanismo de acción con múltiples agentes implicados hace que exista un buen campo de investigación para médicos curiosos. Hasta el momento se han demostrado y existe documentación bibliográfica al respecto, efectos biológicos de la acupuntura sobre la superóxido dismutasa (SOD), el sistema serotoninérgico, la acetilcolina periférica y central, noradrenalina, dopamina, AMP cíclico, cortisol, encefalinas, endorfinas y una larga lista de neuromediadores. Así mismo se han demostrado también unos efectos antiinflamatorios, antiálgicos e inmunológicos que probablemente estén detrás de los efectos terapéuticos de la acupuntura.

Empezamos una serie de artículos sobre las Complementary Alternative Medicine, un tema que ocupa los debates sobre las regulaciones de las terapias complementarias o naturales en Europa y en España.

(1) OMS. EB111/9. 12 de diciembre de 2002

(2) CLEMENT- JONES, v; et cols.: *Acupuncture in heroin addicts: changes in met-enkephalin and beta-endorphin in blood and cerebrospinal fluid.* The Lancet 2: 380- 383. 1979

No obstante es curioso observar como este intento de someter la acupuntura al método científico es muy poco importante para los médicos acupuntores chinos. La medicina occidental deriva del conocimiento bioquímico histológico y anatómico de los órganos y sistemas biológicos, y todo lo que está fuera de este conocimiento es rechazado, algunas veces sin el estudio y la reflexión suficientes. Sin embargo la M.T.Ch., con una lógica propia, presenta una visión mucho más sintética (síntesis versus análisis) del cuerpo humano. Estudia la energía (Qi vital), su dinamismo y su distribución de forma más o menos armónica alimentando y alentando todos los sistemas biológicos. Los canales y los puntos de acupuntura constituyen el tablero de mando de esta "energía" y permiten armonizarla y sincronizarla con los grandes ciclos de la naturaleza en los que el hombre desarrolla sus procesos vitales. El hombre tiene que estar "solidarizado" con su entorno, pues no es más que un microcosmos inserto dentro del macrocosmos que el medio ambiente que le rodea representa para él. Está formado por la misma materia, movido por la misma energía y por supuesto sometido a las mismas leyes universales.

Está concepción impregnada de su tradición, su cultura y su lengua es lo que importa a los médicos chinos y con seguridad hace que la medicina occidental la tienda con más dificultad.

El conocimiento de estas leyes es absolutamente necesario para captar toda la esencia de la M.T.Ch. y liga directamente ésta con las técnicas y la filosofía de la medicina naturista occidental clásica. Efectivamente al igual que ella, da notable importancia a la fitoterapia, a la dietética, a la sintonía con el medio ambiente (Feng Shui) y a la noción de terreno mórbido que facilita la aparición de la enfermedad.

Los habitantes del denominado primer mundo, constituimos una sociedad sustentada en el bienestar, medicalizada, con planes sanitarios, servicios y educación para la salud, posibilidades diagnósticas y terapéuticas múltiples, cada día damos un paso más en el conocimiento de la genética, pero con mucha frecuencia, la especialización y la fragmentación en el conocimiento nos hacen olvidarnos de la totalidad de la persona, de la totalidad del ser humano. En los últimos años surge, o mejor resurge, una corriente de pensamiento que aboga por la visión y la comprensión de la persona de una forma integradora e integral, holística que ayuda a entender al hombre y a su salud de una forma nueva, dándole mucha importancia al mundo afectivo de las personas y a sus esquemas corporales, familiares y sociales. En palabras del psicomotricista francés Jean le Boulch (3) "El organismo, sistema autónomo, sólo puede desarrollarse a través de una interacción activa

con el entorno de las personas que le rodea y en contacto con su cultura".

Dubos (4) al definir el concepto del término salud, lo hace de una forma muy operativa diciendo que ésta es "la capacidad de interacción adaptativa con respecto al medio ambiente y a la cultura". Es curioso observar como esta definición se acerca de una forma bastante precisa al concepto de salud que aparece en los más antiguos tratados de medicina china. En el Huang-di Nei Jing, "El clásico Interno del Emperador Amarillo", el libro más antiguo de la teoría médica china conocido en la tradición (compilado alrededor del año mil a.C.) el mítico emperador amarillo, Huang- Di le pregunta a su médico personal y ministro, Qi Bo el motivo por el cual en los tiempos antiguos los chinos vivían sanos durante muchos años (existen varias interpretaciones para explicar el interés del emperador en la salud de sus súbditos, la peor intencionada explica que el emperador realmente estaba más interesado en la recaudación de impuestos asociada a la prolongación de la salud). Qi Bo le responde con una frase que a nuestro parecer refleja un profundo conocimiento de lo que significa el término salud. "En los tiempos antiguos aquellos que comprendieron las obediencias del DAO, se modelaron a sí mismos según el Yin y el Yang, así vivieron en armonía con el destino del universo..." (5). Esta frase encierra en pocas palabras ese concepto de salud como "armonía interna que nos permite mantener un equilibrio favorable con el medio que nos rodea". No obstante acceder desde el punto de vista de un médico de formación occidental a la medicina tradicional china (M.T.Ch.) es encontrarse, normalmente, de forma traumática, con una serie determinada de prácticas sanitarias y médicas que al menos en su origen tienen muy poco que ver con los conceptos filosóficos y científicos de la medicina occidental moderna. Cuando se profundiza en su estudio se encuentra uno con sorpresas, existe un cuerpo doctrinal muy bien organizado (fruto de más de dos mil años de experiencia) que hace posible su abordaje crítico y su aprendizaje.

La medicina tradicional china, posee y utiliza un paquete de recursos, tanto de interés diagnóstico como con objetivos preventivos y terapéuticos, que aún hoy día no están totalmente inventariados.

Contrariamente a las ideas, difundidas con frecuencia demostrando un magro conocimiento, sobre la medicina tradicional china, la base médica se asienta sobre sólidos conocimientos fisiológicos conocidos, en muchas ocasiones, con gran antelación a su descubrimiento occidental. Como cita y enumera Pierre Cornillot (6), biólogo y profesor de la Universidad de París, en su prefacio a la Enciclopedia de Medicinas Natura-

(3) LE BOULCH, J.: *El movimiento en el desarrollo de la persona*. Editorial Paidotribo, Barcelona 1997. p 65.

(4) DUBOS, R. *El espejismo de la salud. Utopía, progreso y cambio social*, México, CPE 1975, p 12-15

(5) NGUYEN VAN NGHI, MAI VAN DONG, NGUYEN VIET BAO.: *Hoang Ti So Ouén. Imprimerie Socedim. Marseille. 1975. p.29*

(6) CORNILLOT, P.: "Introduction". *En cycl. Med. Nat. I-o-2. Paris. 1989. p- 3- 4*

les. "Conocían la circulación de la sangre, incluso habían medido el recorrido general (54 m.) y el tiempo necesario para hacerlo (29 minutos), 2000 años antes de Harvey, la inmunización activa contra la viruela (siglo II A. C.), la preparación de polvo de tiroides animal".. "disponían de un enorme conocimiento sobre las plantas medicinales, su cultivo, su preparación, su conservación, sus indicaciones, su toxicidad..."

Todos estos conocimientos acumulados permiten elaborar un verdadero sistema médico, sistematizado con su etiopatogenia, clínica (una semiología extraordinariamente precisa), procedimientos diagnósticos y terapias específicas. Como buen sistema médico posee técnicas terapéuticas diferentes, tanto terapéuticas como preventivas y además como todos los sistemas que tienen relación con la medicina natural, hay un grupo de técnicas terapéuticas que son puestas en práctica por el terapeuta y otro grupo en las que se le da la responsabilidad de su salud al propio paciente.

En el primer grupo de técnicas, las que son prescritas y realizadas por el terapeuta, tienen especial relevancia:

1. La acupuntura y moxibustión.
2. La farmacoterapia china (no sólo fitoterapia).
3. Las técnicas de masoterapia (Tui- Na, An- Mo).

En el segundo grupo, las que exigen una disposición por parte del paciente:

1. Dietética e higiene de vida.
2. Los ejercicios de expresión corporal y concentración espiritual como el Qigong (Chi Kung) y el Taijiquan (Tai Chi).

En el modelo biomédico occidental prima la noción lesional, se busca al responsable y se combate. En el modelo de la medicina tradicional china el problema se inscribe dentro de una desarmonía energética que

entrañaría, de forma sólo secundaria, un desorden menos importante en sus cuidados que el desorden primitivo. La medicina china buscará restablecer el equilibrio roto.

La acupuntura como alternativa y complemento terapéutico, tiene una "joven" historia (7) dentro del campo de la medicina moderna, si bien ha contado con una "azarosa" existencia vivida durante más de "dos mil años". Como referencia histórica, las primeras agujas de metal de las que se tiene conocimiento datan de la época de los Han. En el monte Xiling, en la región de Mancheng, provincia de Hebei, se descubrió en 1968, en la tumba de Liu Sheng y su mujer (siglo II Ab.), la presencia de cuatro agujas de oro, cinco de plata, dos filiformes y una aguja triangular.

Desde su inicio y aplicación en occidente como metodología terapéutica ha recibido diversos aportes (bioquímicos, neurológicos...) que han hecho más comprensible su mecanismo de acción para la mentalidad racional de nuestra sociedad (pero no han mejorado su eficacia terapéutica) y han ido delimitando su campo de actuación.

En el momento actual la acupuntura es una técnica terapéutica no convencional que facilita un abordaje completo o complementario en diferentes situaciones especialmente relacionadas con el dolor y la ansiedad. Nos ofrece soluciones alternativas a los problemas de salud, pero también salud (equilibrio), con un paradigma teórico diferente.

Es evidente y notoria, hoy en día, la gran preocupación existente entre los agentes sociales, políticos y económicos por la búsqueda de medidas diagnósticas y terapéuticas que disminuyan los altos costes de los sistemas públicos de salud y ofrezcan una opción válida de tratamiento; uno de los medios para conseguirlo es practicar una medicina con un alto compo-

(7) DESPEUX, C.: "Histoire de la médecine chinoise". Encycl. Med. Nat.IA- 1,12. Paris. 1989.p- 2

nente preventivo que trate de mantener la salud o al menos retrase la aparición del cuadro patológico.

- Los numerosos efectos secundarios de diferentes medicamentos, que han llevado a la prohibición expresa de la utilización de algunos por parte de las autoridades sanitarias.
- El indiscutible y constatado efecto terapéutico que se observa en la aplicación de las denominadas medicinas no convencionales.
- El hecho de que un sector creciente de médicos, aplicando estas técnicas con rigor, esté generando una plena satisfacción entre la población diana.
- El hecho de que en los países más desarrollados sanitariamente, los ciudadanos se interesen de forma creciente por su propia salud y demanden medidas que la protejan y la amplíen.
- El hecho de que la O.M.S. (8) recomiende la acupuntura como terapia de primera elección en diversas patologías.
- El hecho de que la acupuntura haya demostrado su validez terapéutica en un "tribunal" tan riguroso como la F. D. A norteamericana.
- El hecho de que la O.M.S. (9) haya hecho un especial hincapié en la necesidad de apoyar la investigación sobre la acupuntura y su aplicación adecuada. Ya en 1991 la 44 Asamblea de la HOMS instó a los estados miembros a introducir medidas para su reglamentación y control.
- El hecho de que publicaciones de divulgación científica de tanto prestigio como el JAMA (10) (Journal of the American Medical Association), o Lancet se ocupen, con cierta frecuencia, en sus

editoriales de resaltar algunos de los efectos biológicos constatados de las Medicinas no convencionales y a refrendar su utilidad y su validez.

- Y en fin, el hecho de que personal sanitario con formación tan cualificada, como pueda ser la obtenida en las diversas facultades de nuestro país, y otros profesionales de reconocida solvencia intelectual desarrollen y estudien alternativas terapéuticas para diversas patologías como primera elección o como opción complementaria.

Nos impulsan a considerar la "milenaria acupuntura" como un complemento terapéutico válido, ya que es una técnica que reúne todos los requisitos científicos necesarios para figurar como tal.

Es una disciplina, que a pesar de contar con una explicación de base bioquímica y neurológica posee unas bases tradicionales que implican principios bioenergéticos y suponen la existencia de una "energía circulante" por el organismo en circuitos descritos desde hace milenios capaz de inducir reacciones biológicas. Es la medicina de gran parte de la humanidad, sobre todo en regiones de indiscutible y antigua tradición cultural. Está admitida y es enseñada como especialidad terapéutica en universidades del mundo entero. Siguiendo esta línea de pensamiento, la inclusión de la acupuntura en la práctica clínica es realmente una necesidad ya que su fin primordial es equilibrar y armonizar las respuestas fisiológicas, sin provocar situaciones agresivas y con un mínimo de recursos y costos.

Otro aspecto importante para nosotros es la visión



(8) O.M.S.: "Development of National Policy on traditional medicine. A report of the workshop on development of national policy on traditional medicine," 11-15 Oct. 1999, Beijing, China. Manila. Oficina regional de la OMS para el Pacífico Occidental.

(9) O.M.S.: Resolución WHA 44.34. 1991

(10) JONAS, W.B.: "Alternative Medicine: learning from the past, examining the present, advancing to the future". (edit). Journal of the American Medical Association. 1998. 280(18): 1616- 1618



diagnóstica en medicina china. En efecto, aunque en occidente la acupuntura es más conocida por sus efectos terapéuticos, si este sistema médico tiene algo de particular, algún “hecho diferencial” (por seguir la moda) éste estriba en el diagnóstico. La visión que la medicina china propugna, por su mirada original sobre el hombre y la enfermedad puede aportar a la medicina occidental una mejor comprensión de determinadas enfermedades o sugerir cierto número de hipótesis en la investigación clínica.

La práctica de esta medicina exige un diagnóstico, específico para ella, y que condiciona una elección juiciosa del tratamiento más eficaz. Este diagnóstico basado en los “cuatro elementos clásicos del diagnóstico” (Si Zhen), la inspección y observación, el interrogatorio, la audición y olfacción del paciente y la palpación y percusión, conforma un gran cuadro semiológico de síntomas, signos y síndromes (clínica, al lado de la cama del enfermo) que se ha ido desarrollando y transmitiendo de maestros a alumnos durante milenios (¿Cuántos médicos de hoy en día miran la lengua o conocen el diagnóstico lingual de D. Gregorio Marañón?).

El conocimiento de estos cuatro elementos nos llevará a clasificar la enfermedad dentro de las denominadas ocho reglas diagnósticas (Ba Gang): Interior, exterior, vacío, plenitud, frío, calor, yin o yang. Estas ocho reglas informan sobre la etiología, la fisiopatología evolutiva, la clínica y el pronóstico de la enfermedad. Esto conducirá a comprender al hombre enfermo, no a la enfermedad en abstracto, en su globalidad y en su

totalidad. Nos llevará a conocer la relación existente entre los síntomas y signos de su enfermedad y a plantear un tratamiento que pretende ser en su esencia etiológico. La clave, desde nuestro punto de vista, estriba en esto: en considerar siempre la existencia de un “hombre enfermo”, con todos sus condicionantes personales, ambientales, familiares, laborales, sociales. De la misma forma que la espondilitis anquilopoyética no existe como cuadro clínico diferenciado en M.T.Ch, la medicina occidental desconoce un cuadro clínico (zushaoyin xu) que cursa con talalgia, sensación de frío en la extremidad inferior, astenia, dolor dorso-lumbar, impotencia, insomnio, mareo...

Este cuadro según el enfermo sobre el que asiente puede determinar la aparición de un cuadro clínico que en unos pacientes llamaríamos espondilitis, en otros síndrome de fatiga crónica, en otros fibromialgia u otros en función de características genéticas o ambientales. Hace falta interrogar, examinar, diferenciar los síntomas y la etiología sin perder de vista en ningún momento que lo importante es el hombre percibido en su totalidad. La Medicina China, por su fisiología, su fisiopatología y su diagnóstico nos ofrece una óptica de comprensión diferente (aunque seguro que complementaria) que nos permitirá conocer de una forma más amplia al hombre enfermo destinatario final de nuestros cuidados.

A. Javier Álvarez
Doctor en Medicina
Especialista universitario en acupuntura

El Shiatsu, esa extraña palabra que a los que la conocemos nos suena en los labios como si la degustáramos con sumo placer, y a los profanos en la materia se les hace impronunciable, no es otra cosa, que la vida misma.

El Shiatsu está presente en cualquier rincón de la vida cotidiana, y la filosofía oriental de la cual se nutre también. He asistido a muchos cursos debido a mi trabajo sobre: Atención al Público, Programación Neurolingüística, Manejo del Paciente Difícil, Habilidades de la Comunicación... Nada me ha ayudado tanto a desempeñar mi vida laboral en la zona de Administración de diferentes Centros de Salud y en consultas para tratamientos, como el Shiatsu. Mi entorno laboral representa para mí una exposición itinerante, donde gozo con la observación de la condición y constitución de los usuarios y que sin duda como terapeuta me ha aportado una experiencia impagable.

El Shiatsu no sólo está en mí, ayudándome a relacionarme con el exterior, también está en los demás ya que ... ¿qué es la filosofía oriental sino la esencia misma del Ser?

- El Yin-Yang, cómo la dualidad, que en todo está presente complementándose.
- Los Cinco Elementos, que observamos en la naturaleza y en la propia del individuo.
- El Kyo y el Jitsu, cómo la búsqueda infatigable de la armonía, que supone la justa medida.

Ahora después de asimilar todos estos conceptos me basta con observar al cliente que se dirige hacia mí para ser atendido, tanto en la Administración del Centro de Salud, como durante los tratamientos de Shiatsu, para saber de que manera debo tratarlo, para que salga con buenas sensaciones, y yo quedarme con el sentimiento de que he utilizado todo lo que sé para ello. Finalmente me siento reconfortada, tal y como nos sentimos después de recibir un Shiatsu. ¿Y qué es la vida si no dar y recibir?, y ¿qué es el Shiatsu?...

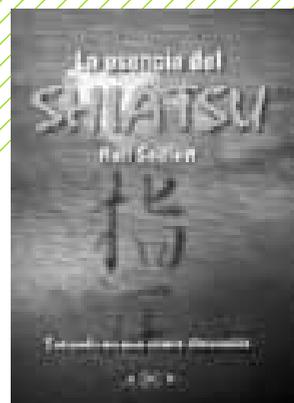
M^a Cristina Acosta Fdez

Terapeuta de Shiatsu zen

Colaboradora del equipo docente

de la Escuela Internacional de Shiatsu.

Shiatsu y atención al público



”La esencia del Shiatsu”

Presentación del libro de Ralf Seiffert

Recientemente ha sido editado el libro que nuestro querido amigo y socio de APSE Ralf Seiffert escribió en su último año de vida. Su libro “LA ESENCIA DEL SHIATSU”, ENTRANDO EN UNA NUEVA DIMENSIÓN, cristaliza su experiencia vital en la que fue su gran búsqueda en el camino del Shiatsu. Sin duda, se trata de un libro excepcional por su contenido que no se parece a ningún otro publicado sobre SHIATSU. También fueron excepcionales las circunstancias en las que lo produjo, ya que su escritura pasó de ser un proyecto para algún momento futuro a una extraordinaria toma de conciencia del momento presente, cuando tuvo conocimiento de que una grave enfermedad pronto le privaría de ese futuro. Aceptando la inminencia de esta realidad, utilizó momento a momento el presente que se le brindaba para culminar con este libro su labor en la enseñanza de Shiatsu. En definitiva este libro nace como respuesta a una inquietud que Ralf me confesó entonces; sentía que durante sus años de enseñanza, en los cursos de formación siempre había tantos contenidos que quedaba muy poco tiempo para transmitir lo esencial, el corazón de la enseñanza. Como consecuencia sentía que faltaba lo más importante. Recuerdo que intenté tranquilizarle diciéndole que estaba seguro de que él había logrado transmitirnos esa “Esencia” a quienes habíamos sido sus alumnas y alumnos. Hoy, después del tiempo transcurrido y tras haber hablado de ello con muchos alumnos, alumnas y clientes de Ralf, estoy convencido de que en todos sembró esta “semilla”. Pero ahora, tras la lectura de su libro, comprendo bien a qué se refería y también comprendo que entonces no fui capaz de ver el alcance de su mensaje.

Afortunadamente aquí tenemos este libro profundamente transformador que contiene esa “Esencia del Shiatsu” y que como el subtítulo del mismo indica, “Entrando en una nueva dimensión”, nos abre las puertas a una profundización de nuestra propia conciencia, utilizando el Shiatsu como instrumento transformador y dotando a nuestra práctica de un elemento de profun-

dididad que ninguna nueva teoría o técnica nos puede proporcionar. Como se cita en la contraportada del libro en palabras del propio Ralf: **“En este sentido, este libro no es otro libro de Shiatsu que te ofrece técnicas básicas; este libro no es un libro que te ofrece nuevas técnicas avanzadas; este libro no es un libro que explica cómo tratar ciertas sintomatologías; este libro no es un libro que te ayuda a entender complicadas teorías.**

Es un libro que, principalmente, intenta acercarte a la relación que tú tienes con el Shiatsu, tanto como practicante como receptor. Estás, pues, ante un libro muy práctico, ya que trata en primer lugar de tu evolución, lo que siempre repercute en los resultados de los tratamientos del Shiatsu.

Espero que esta entrega suponga un granito de arena para que cada uno de los lectores pueda llegar a una comprensión mayor de lo que es el Shiatsu y lo que éste nos puede aportar en nuestro camino individual hacia una conciencia cada vez más profunda.”

Otra de las muchas razones por las que considero tan recomendable la lectura del libro viene dada por la facilidad y la claridad con que Ralf expone las ideas, aspecto que se refleja en la misma concepción del libro, que al igual que un ser vivo compuesto por 45 breves e intensos capítulos de amena lectura, va creciendo bloque sobre bloque, para configurar la estructura de una obra que se desarrolla con la naturalidad con que crece una planta. Tanto es así, que el libro está compuesto por tres partes: una primera parte “las raíces”, una segunda parte “el tallo” y en la tercera parte “las flores”. Es sin duda un libro excepcional en el que junto con una profunda sabiduría se mezcla la ternura con un delicado sentido del humor e inteligencia.

Juanma Ormaetxea
Secretario de la Asociación Navarra de Shiatsu.



Erasmus Zen Shiatsu

La ley de la causa y el efecto me trajo hasta Italia. Aparte de tener la intención de desarrollarme en el crecimiento personal en la cotidianidad de la vida diaria - algo que considero importante para la práctica de nuestra bendita pasión - estoy teniendo la oportunidad y la fortuna, de acceder, y así poder impregnarme del saber de la Escuela de Zen Shiatsu "Enzo Ji Il Cerchio", dirigida por el Maestro Zen Tetsugen Serra, cuya sede principal se encuentra en Milán, aunque extiende sus ramas a distintos puntos del país.

Esta Escuela, que es a su vez un reconocido centro Budista Zen en Italia, se ubica en un popular barrio de Milán, ciudad tumultuosa y agitada, gozando, paradójicamente, de un privilegiado sosiego, similar al de un lugar en pleno campo, pues se encuentra situada en el patio de un inmueble, circundada por un jardín, casi salvaje.

Me sorprende la cantidad de gente activa implicada con la Escuela, el importante número de alumnos que la frecuenta, así como la seriedad con la que se lleva a cabo la organización de cursos y otros tipos de eventos, en lo que se podría llamar un "puro estilo japonés en Europa". Algo que me llama también la atención, es la homogeneidad que se puede apreciar en el aprendizaje recibido por los alumnos, que considero de una calidad media bastante elevada.

El Maestro Tetsugen aporta una práctica enseñanza, adquirida directamente en Japón en el "Iokai Shiatsu Center" de Tokio, basada en la sencillez, y apuntalada

por el rigor de su estilo académico. Se fundamenta en cuatro Katas de práctica básicas, derivadas de las diferentes posiciones del receptor para su tratamiento (prona, supina, de lado y sentado), a las que posteriormente se añaden derivaciones, por la **compresión** del diagnóstico en sus distintas vertientes, dando lugar a otras quince katas diferentes. Es importante reseñar que, con el apropiado conocimiento de las cuatro katas fundamentales, se llegan a practicar todas las diferentes katas que de ellas se derivan.

Debido a que esta escuela es ante todo un Monasterio Zen, cuyo objetivo fundamental es la práctica meditativa, esta condición también se refleja en las distintas actividades que se imparten; es por lo que, el espíritu de la enseñanza y la práctica del Zen Shiatsu en "Il Cerchio" no es diferente de aquél que el Budismo Zen promulga. Está enfocada hacia el auto-cultivo personal, en pos de la proyección de ayuda a los demás, propia de esta doctrina. Es el reconocimiento de nuestro propio "microcosmos", con la experiencia de la comprensión de la no discriminación, haciéndose uno con el receptor.

Se debe permitir que las manos actúen de modo intuitivo, sin esperar una respuesta, o una confirmación, y sin pensar siquiera en practicar lo que se considera justo, siguiendo con fidelidad y firmeza la propia sensibilidad; hacerse guiar, y saber contemplar la innata sabiduría original del cuerpo en el momento presente. Por eso, cada tratamiento es único e irreplicable, siempre diferente, como así es la relación



en Italia

establecida entre terapeuta y receptor.

Por eso, el Zen Shiatsu ayuda al receptor a tomar confianza con su cuerpo, proporcionándole fuerza y sostén, incluso en momentos de dificultades existenciales.

La sensación de ser acogido y escuchado, sin enjuiciamientos, permite al receptor el manifestarse de un modo más sabio, dándole el beneficio de poder transformar su vida, y las relaciones con los demás en la vida cotidiana, a través del conocimiento corpóreo. En este amplio “campo de trabajo” se instruye a los alumnos en esta Escuela.

“Cuando estamos interesados en el bienestar de la persona y no en el resultado, entonces procedemos paso a paso con el momento presente, con lo que sucede instante tras instante durante el tratamiento terapéutico. Estar condicionado por la búsqueda de un resultado nos hace estar menos preparados y abiertos a la “escucha”. Sucede a menudo que el Receptor no está todavía preparado para alcanzar el objetivo que habéis prefijado y hacia el que únicamente apuntáis; otras veces, por el contrario, puede suceder que él vaya mucho más allá, y alcance niveles de mejoría superiores. Permaneciendo prisioneros en la búsqueda de un resultado, se pierde la capacidad de escuchar, y de moverse trescientos sesenta grados, dependiendo de las diferentes circunstancias. Este espíritu de moshutoku (“no apego”, “sin obtención”) es, por tanto, lo que caracteriza al Terapeuta Zen. No hay nada que

obtener, sino ser Todo.” (Maestro Tetsugen Serra, fundador de la Escuela “El Zen: bienestar de la vida”. Ediciones Mandala”- edición en español).

He comenzado los cursos que aquí se imparten, desde la primera clase, porque creo que, teniendo la oportunidad que se me ofrece, la mejor manera de recoger el sentido y el espíritu de esta enseñanza es partiendo de la base. Dado que ya tengo cierta experiencia en Shiatsu, y por la gran similitud de mi técnica con la que aquí se practica, ahora me recreo más en el detalle, y disfruto de compartir con gente que se encuentra en el inicio de sus estudios.

Ello supone practicar con gente libre de ataduras e intelectualidades, verdaderas “mentes de principiante”, que aportan a su práctica una especial frescura natural.

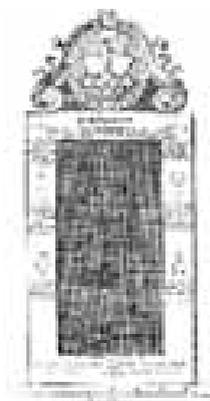
También he sido invitado a participar en cursos más elevados, seminarios sobre diagnóstico del Hara y de la técnica del Ampuku, donde he podido constatar la fuerza de percepción energética que de estos trabajos se deriva. Mi experiencia personal en la práctica que estoy realizando en la Escuela, me conduce a una reafirmación de aquella que yo ya practicaba en España,

Yo me siento muy bien acogido en este lugar. El entorno humano que me rodea, me empuja al estudio y práctica de la disciplina de Shiatsu que aquí se practica. Algo más que “echar al zurrón”, para el posible beneficio del Todo...

Fernando Llobell
*Terapeuta de Shiatsu
por la Escuela de Shiatsu
Zen Habakagual*

Las puertas solsticiales

Occidente vs oriente



qui scit
comburere aqua et lavare igne
facit de terra coelum
et de coelo terram pretiosam.

quien sabe
quemar con agua y lavar con fuego
hará de la tierra cielo
y del cielo tierra preciosa.

Inscripción en la "Puerta Mágica", siglo XVII,
Roma, plaza Vittorio Emanuele.

Imagina un círculo, trázalo dentro de tu interior. Ayúdate con los puntos cardinales: Este, Sur, Oeste, Norte. Imagínalo como el tiempo que vives durante un día entero: desde el amanecer del Sol desde el Este, hasta el mediodía en el Sur, siguiendo con el ocaso en el Oeste, que lleva hacia la noche y el Norte, para empezar de nuevo con el Este.

Ahora, imagínalo durante el año: haz un viaje en el tiempo, en el tiempo de tu año, en las vivencias del paso de las estaciones: desde el solsticio de verano hasta el solsticio de invierno, pasando por los dos equinoccios. Imagina la primavera como el transitar del Sol que está gestando su máxima potencialidad, que tendrá lugar en el solsticio de verano, junto a la fiesta de San Juan el bautista, como apogeo de la Luz. Continúa ahora este tránsito hacia el otoño, cuando otro equinoccio te acompañará hacia la noche de la ausencia de la luz, el Invierno. Desde esa noche, el solsticio de diciembre, junto a la fiesta de San Juan evangelista, surgirá el nacimiento de la Luz, esa chispa que surge en el fondo de la negrura de la noche. Allí, en la cueva oscura del nacimiento, siempre es posible encontrar una luz. Esa luz te permite abrirte a la primavera, al equinoccio del Este, al progresivo ascenso de la luz y del día que te ha conducido hasta aquí.

En nuestra tradición occidental, que tanto debe a la civilización greco-romana, el cristianismo hizo una relectura del ciclo anual y de sus etapas colocando las principales fiestas en los puntos estratégicos del antiguo calendario romano. En la civilización romana, en efecto, aparece Jano como dios que preside el año (de aquí Januarius, "enero" en latín). Jano era un dios bifronte, andrógino, que derivó en los personajes Juan y Juana (o Diano-Diana/Jano-Jana) que tanto se celebran en el solsticio de verano. El hecho de que Jano

presida el año entero quiere decir que preside el ciclo anual y sus cuatro puertas: los dos solsticios y los dos equinoccios. Este Señor del Tiempo, y señor de la iniciación y de los misterios (1), estaba representado de perfil con sus dos caras, que aludían una al pasado y otra al futuro, estando oculto el tiempo presente (la cara invisible) (2).

La imagen del siglo XV muestra la asimilación de Jano andrógino con Cristo, señor del Tiempo que rige las dos llaves, la masculina del poder temporal y la femenina del poder espiritual. (fig. 1)



(fig.1)

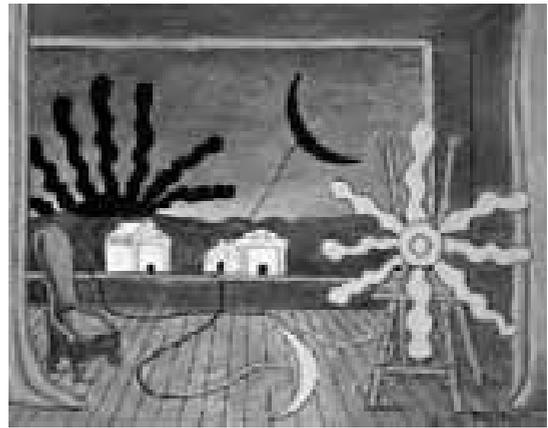
Es perfectamente normal que una religión dominante haga suya la constelación simbólica de la civilización anterior, y así ocurrió cuando el imperio romano entró en una extrema decadencia y el cristianismo se impuso como proyecto triunfador de Salvación. De todo ese proceso somos hijos, y de todas las complejas asociaciones mitológicas y simbólicas que forman su tejido de valores, significados y creencias desde el comienzo del cristianismo hasta ahora.

Todas las civilizaciones y religiones han vivido las etapas del ciclo anual como momentos especiales, alrededor de los cuales se han cristalizado rituales, fiestas, celebraciones... Si pensamos en nuestro ciclo anual tal como Occidente lo elaboró, debemos remontarnos a los Pitagóricos (Pitágoras vivió aproximadamente entre el 582-507 a.c.). Fue el gran filósofo que habló de las "Puertas Solsticiales"; llamó al solsticio de Verano "Puerta de los Hombres" y al Solsticio de Invierno "Puerta de los Dioses". Son los dos momentos del año que más carga simbólica tienen, desde tiempos lejanos y en muchísimos cultos, tanto en Oriente como en Occidente. (3) En

efecto, en el hinduismo también se habla de “Puerta” (yana); aquí, el solsticio de verano es llamado Pitriyana, o Puerta de los Antepasados, mientras que la puerta opuesta del ciclo anual es llamada Deva-yana, o Puerta de los Dioses, igual que en Occidente.



También la cosmología china se ha ocupado del ciclo anual; sabemos que tanto en China como en todo el lejano Oriente se desarrollaron múltiples rituales alrededor de las puertas anuales. En el modelo clásico de los Cinco Movimientos, que anteriormente era un modelo cuaternario como en Occidente, el Fuego está asociado con el Verano y el Agua con el Invierno; por tanto, el modelo occidental de los solsticios como Puerta del Fuego y Puerta del Agua parece tener un paralelo exacto en China. El solsticio de verano corresponde al trígama li, fuego, sol, cabeza. Y el solsticio de invierno al trígama k'an, agua, abismo, pies. (fig.2 y 3) Es sobre todo el solsticio de invierno que se celebra en China: se celebra el nacimiento de la semilla del yang dentro de la noche del yin. En el apogeo de la Luz, en el solsticio de verano, el elemento que se hace presente en los cultos y rituales de toda Europa -desde Inglaterra hasta Rusia, desde España e Italia hasta el Báltico, pasando por Alemania-(4) hasta llegar al día de hoy, conservando toda su fuerza, es el Fuego(5). En la noche de San Juan, llamada de las brujas y de akelarre, los rituales quieren expresar la frontera entre lo conocido y lo desconocido. Hacer fuegos, saltarlos, saltarlos en pareja, bailar alrededor, hacer procesiones con antorchas, hacer rodar ruedas de madera con fuego, quemar ropa vieja, quemar muñecos -¡como la quema del Juan y de la Juana en la península ibérica!, quemar “lo viejo”...todo esto manifiesta la intensidad y la exuberancia del apogeo del Sol; y, al mismo tiempo, retomando el lenguaje analógico chino, el ascender máximo del Yang que genera el comienzo de su menguar. El juego entre Yang y Yin, luz y oscuridad se hace evidente en el día. Este juego de alternancia dinámica se refleja también en los mismos rituales del Fuego: a menudo el Agua está presente: bañarse en el mar y saltar el fuego, por ejemplo. No olvidemos que el solsticio de verano inaugura el comienzo del signo zodiacal Cáncer, signo del Agua embrional. La presencia latente del Agua está en su contrario y viceversa. Esta compenetración viene explicada a través de la poderosa imagen del comburere aqua et lavare igne de la tradición alquímica occidental, que expresa excelentemente algo que el Tao Tê Ching intenta transmitir desde la primera página. La fuerza, la verdad y la inaccesibilidad de la paradoja dominan todos los textos antiguos, hasta el siglo XVIII.(6)



Y ahora volvamos a las dos Puertas para recapitular. La Puerta de los Hombres o Puerta Terrestre representa la Puerta de lo Humano; por esta puerta todos entramos: aquí nacemos, aquí sufrimos, por aquí nos movemos y desde aquí nos marchamos. Es curioso el acierto del cristianismo en situar en las proximidades del solsticio de verano la celebración de la fiesta de San Juan el Bautista, llamado tradicionalmente “el Juan que llora” o el “Juan de la misericordia”: maneras diferentes de indicar lo humano, sus procesos de evolución, involución, estancamiento y transformación. Este mismo san Juan tiende la mano hacia el otro, en el otro lado del ciclo anual, su espejo y su compañero (una reinterpretación del simbolismo de Jano): es san Juan evangelista, llamado también “el Juan que ríe”, o el “Juan que alaba”. Su fiesta se encuentra en las proximidades de la Puerta del Invierno o Puerta Celeste, la Puerta de los Dioses. El cristianismo colocó el nacimiento de Jesús de Nazareth justo allí: en la cueva negra de la oscuridad. Un recurso metafórico que utilizó también el hinduismo, que consideraba esta puerta como la entrada de los Dioses en el mundo (la entrada de los Avatara). En muchas tradiciones espirituales, se consideraba que por esa Puerta entran y salen los seres iluminados que han aportado sabiduría a la humanidad a lo largo de toda la historia, como si desde la noche de los tiempos surgiera una luz. Es la puerta del nacimiento a una dimensión diferente, tal vez la puerta de la muerte y de la transformación, la disolución de todo lo individual. Tal vez podamos salir por allí habiendo recorrido enteramente nuestro ciclo humano de finitud; un recorrido que nos llevaría desde el “Sol del Mediodía” hacia el “Sol de Media-noche” o “Sol Negro”.

Marina De Franceschi

marinadfm@gmail.com

Licenciada en Filosofía, especializada en mitología, simbolismo y ciencias religiosas.

Terapeuta y profesora de Shiatsu.

(1) Correspondería, a grandes rasgos, a la figura de Ganesha en el hinduismo.
 (2) Podría explicarse como la cara invisible del ojo frontal, el presente atemporal de un tercer ojo (ejemplo, el ojo de Shiva) que reduce el tiempo en cenizas. Una imagen fuerte que muestra la eterna y problemática aspiración de los seres humano a la transformación, superación o aniquilación del tiempo, sobre todo en las religiones.
 (3) Para seguir con nuestras referencias culturales, véase en la *Odisea* la famosa gruta de Ítaca, o antro de las ninfas, que tiene dos puertas, una al norte y una al sur; se afirmaba que una era la “entrada de los dioses”.
 (4) Para los que quieran saber más sobre estos rituales, consultar un clásico de la antropología: James Frazer, *La rama dorada*, 2 voll, en el cap. *Las fiestas del fuego en Europa*.

(5) La rueda es un antiquísimo símbolo solar.

(6) En cuanto al calendario chino tradicional, debemos añadir que se basa tanto sobre el ciclo yang solar como sobre el yin lunar. El primero fija los solsticios y equinoccios y divide el año en 24 periodos llamados “nudos del ciclo energético”, relacionados con los climas. El segundo divide el año en 12 lunaciones, empezando siempre por la Luna nueva. No vamos más allá, ya que la composición del calendario es extremadamente compleja. La mayoría de las fiestas se colocan en el calendario lunar, justo lo contrario que en occidente. El calendario tradicional fue abolido por el Gobierno chino en 1912, año en que se impuso el gregoriano. Sin embargo, sigue estando vigente, sobre todo en el ámbito rural.

En la Casa de Los Castaños, Cercedilla, Madrid el fin de semana del 3, 4 y 5 de febrero 2012, se celebró el Taller de Apse "Embarazo, fertilidad y Vasos Maravillosos" de Suzanne Yates.

Los 22 participantes llegaron a Cercedilla desde varios puntos extremos de España (Andalucía, Cataluña, Navarra, El País Vasco), para juntarnos con Suzanne de Inglaterra. Personas, cuyos orígenes son de varios países de Europa, unidas por el lenguaje silencioso del Shiatsu en este taller. El alojamiento en la Casa de Los Castaños en Cercedilla fue ideal, muy acogedor y calentito en una ubicación muy pintoresca en la Sierra de Nevacerrada de Madrid, hecha más bonita aun con el entorno de nieve afuera.

El taller empezó a las 19.30 del viernes con la bienvenida y las presentaciones de todos los participantes del curso. Seguía con la realización de una gran gama de ejercicios con respiración apropiada y estiramientos útiles para las embarazadas: sentado, cuatro patas, en cuclillas y de pie. Estos ejercicios por supuesto sirviendo igual de bien a las (y los) no embarazadas como a una embarazada en el segundo trimestre de embarazo. El sábado repetimos, reforzando dentro de nosotros, los mismos ejercicios mientras Suzanne nos explicaba cuales ejercicios eran buenos para cada trimestre y cuales se deberían eliminar según el trimestre con el mensaje claro de que la mujer no debe empezar nuevos ejercicios en el primer trimestre ya que hay muchos cambios, pero que descubre para ella misma lo que es bueno o malo para ella en cada ejercicio.

El enfoque y trabajo principal de este taller fue una introducción a los vasos maravillosos: El Vaso Penetrante (Chong Mai) y el Vaso Cinturón (Dai Mai) y su función e importancia para la fertilidad, la concepción, durante el embarazo, en el parto y durante el periodo postnatal con la lactancia, tanto para la madre como para el bebe. Además nos hablaba de la importancia de trabajar antes con ambos el padre y la madre para optimizar y sostener la calidad de Jing de ambos, con respecto a la fertilidad y la concepción y para asegurar la calidad de los primeros ciclos de vida de un bebe.

Suzanne mostró su riqueza de recursos técnicos y conocimientos profundos de su gran experiencia de 30 años en el Shiatsu y especializada en su campo específico de la mujer. Nos iba explicando la teoría, entrelazando con pequeñas sesiones de prácticas de técnicas o ejercicios útiles y relevantes para la teoría y dos secuencias practicas más largas, trabajando con el Chong Mai y el Dai Mai y sus conexiones respectivas con el cerebro. Hablaba la mayor parte del tiempo en castellano con su mezcla de palabras en italiano, pero todos la entendemos y la ayudamos de vez en cuando con palabras y expresiones.

Durante las secuencias prácticas Sharon actuaba de intérprete para que Suzanne pudiera concentrar más detalladamente en sus demostraciones y explicaciones. Guiado por Suzanne seguimos con una secuencia desde arriba hacia abajo, empezando un viaje muy lento y relajado a través del sentir.... para descubrir la energía del Vaso Penetrante fluir dentro de nosotros.

Curso de embarazo, fertilidad y vasos maravillosos de Suzanne Yates



Un viaje del invierno a la primavera, de la hibernación al despertar...desde antes de la fertilidad y la concepción a través del embarazo y el parto a una nueva creación, una nueva vida...

Chong Mai regula todo siendo la base de los 12 meridianos ya que existía antes de los 12 meridianos.

Esta energía no es tan fácil acceder pero sentimos como pudimos ver la relación directa entre el Chong Mai y los meridianos de Estómago y Bazo. Trabajamos con algunos puntos de apertura y luego más bien con conexiones entre zonas expansivas, como cerebro-corazón, cerebro-sacro, corazón-útero. El útero forma parte del circuito de los vasos maravillosos ya que el útero está conectado con la energía de la tierra y la tierra está conectada con Chong Mai.

Nos hablaba de los puntos prohibidos y posiciones no recomendadas, sobre todo en el primer trimestre, pero también consejos de puntos y zonas y ejercicios a trabajar en preparación para el parto y posparto. Los ejercicios sobre una gran pelota son de gran beneficio para las embarazadas y a falta de pelotas los hicimos con nuestros compañeros, alternando entre ser terapeuta y la embarazada recibiendo el tratamiento.

El Vaso del Cinturón está conectado con el sacro y se conecta con la energía de agua y de madera. Hizo mucho hincapié en trabajar con el Vaso del Cinturón para regular la energía y la estructura en esta zona. El Dai Mai es también muy importante para la fertilidad de los dos padres.

Este taller, a pesar de estar enfocado a la mujer embarazada, además presenta los vasos maravillosos como una herramienta muy profunda e imprescindible que puede ser utilizada para una amplia gama de patologías en la consulta del Shiatsu. Nos hizo entrar en un mundo de Shiatsu que muchos no conocíamos antes, de una manera relajante, y progresiva. Gracias a la claridad y sencillez de Suzanne nos presentó un temario ya de por sí complejo y lo convirtió en algo más tangible y comprensivo y además fomentó ganas de profundizar los conocimientos adquiridos cada vez más... por lo menos es la idea que se captó de la audiencia de taller.

Nuestros agradecimientos a Suzanne por su magnífico trabajo y dedicación en su difusión de cursos para la educación de la mujer y terapeutas de Shiatsu, a través de Europa. Agradecimientos también a Sharon Farley, que actualmente ostenta el cargo de representante de la Fes en la Junta de Apse, por su gran habilidad y esfuerzos en organizar este taller y su traducción durante el curso. También a Begoña Barrera, secretaria técnica de Apse, por su colaboración en la logística y transporte de futones a Cercedilla.

Stephanie Timms

all4stef40@hotmail.com

Terapeuta de Shiatsu Zen. Escuela Europea de Shiatsu

Un pequeño estudio sobre el Dragón



Este año 2012 es el año de Dragón en el calendario chino. "Sí, este año es el año del dragón, ajá!" dirá usted, aunque, seguramente, su imagen del mismo no tendrá mucha relación con mi propia visión del tema. A continuación, un breve estudio sobre el Dragón en Japón.

Hoy en día el calendario de los 12 animales es bastante conocido en el mundo occidental. No solo en China; también se difunde en otros países de Asia: Corea, Japón, Taiwan, Tibet, Mongolia, Vietnam, Tailandia, y Rusia. Estos países recibieron influencia de China cultural y espiritualmente. Según el país cambiaría los animales que conforman el calendario, pero el Dragón aparece en todos. ¿porqué el Dragón, un ser mitológico aparece en él? ¿acaso el Dragón tiene relación con nosotros en el mundo mental y espiritual?

El ideograma 龍 (Ryu-u en japonés) aparece en muchos nombres de carácter geográfico: en nombres de ríos, montañas, lagos, pantanos, pueblos...etc Por ejemplo, una montaña se llama 龍王山 (Ryu-u Ou San) que significa "la montaña del Rey del Dragón". También aparece en algunos apellidos y nombres japoneses, como en templos budistas y sintoístas. El Dragón con su letra 龍 (Ryu-u) da nombre a un tipo de té chino, Ulong (烏龍 =el cuervo y Dragón) y en el mundo gastronómico. También aparece en el mundo del Qi-kung y Taichi, nombrando alguno de sus movimientos. "El caballito del mar" en la lengua japonesa se llama "Tatsu no otoshigo" que significa "el dragoncito/ el hijo del dragón".

Por supuesto 龍 (Ryu-u), el Dragón es un animal mitológico. Tiene cuernos de ciervo, cabeza de camello, ojos son de demonio, orejas de buey, nuca de serpiente, HARA (barriga) de ciempiés, uñas de águila, palmas de las manos de tigre, y su cuerpo está enteramente cubierto de escamas. (aparece en el siglo 2, en la dinastía Han). El Dragón puede transitar todo el espacio aéreo, terrestre y submarino. No hay ningún otro ser vivo que esté en estos tres espacios. En China se cree que el antepasado de los chinos nació del Dragón. El Dragón es un símbolo de Emperador, desde ahí se puede vincular la conexión con "Fuerza, Poder y Riqueza", con la que tienen una relación muy estrecha. En la mitología china el Emperador Huang (黃 = amarillo) era un Dragón. (no sé si el mismo Huang-Di de medicina china...) También pongo un ejemplo interesante; el nombre chino del actor Jacky Chang es 成龍 (成 =hacerse / 龍 =dragón) ¡Qué nombre tan llamativo!

A parte, Japón tiene su propia historia. 龍 (Ryu-u= Dragón) está considerado como un Dios/ Espíritu del agua. Antiguamente, se considera que la naturaleza y los fenómenos, las rocas, bosques, montañas, árboles, fuentes, cascadas, ríos, mares, tormentas, vientos, animales...etc. contenían su propio espíritu. Antes de que llegara el concepto chino del Dragón existía ya devoción hacia las Serpientes. Las serpientes manejan la lluvia, son símbolos de fertilidad puesto que nutre a la Tierra. Con la aparición del Dragón se cree que este se identifica con la serpiente, se piensa que ellos pertenecen a una misma especie y evidentemente el papel de la serpiente pasó al Dragón. Desde entonces el Dragón de Japón gobierna el agua. Tiene el poder de hacer llover cuando hay sequía, protege los pantanos, lagos, cascadas, ríos y a los seres vivos que habitan al lado del agua.

Así que 龍神 (Ryu-u jin= Dios de Dragón) nos beneficia. Sin embargo también es el que nos llama la atención y en ciertos casos nos castiga cuando el hombre invade la armonía de la naturaleza, puesto que creemos que está presente aún cuando no somos capaces de verle.

Finalizaré aquí deseando que este año sea muy feliz para nosotros los humanos y el Dragón y que no despertemos la ira del mismo. **Gracias por sus ayudas para escribir en español a Bricia y Carmen**

Riko Katsube,
boletín.web@shiatsu-apse.org
Terapeuta de Shiatsu.

Convocatorias

Curso de Iniciación al Shiatsu

22 de abril de 2012

22 de octubre de 2012

12 de mayo de 2012

5 y 26 de noviembre de 2012

2 y 16 junio de 2012

Con Marina De Franceschi

Más que un simple masaje, el SHIATSU aúna la capacidad terapéutica de la medicina china con la calidez y conexión del tacto. Induce una relajación profunda, y equilibra la energía vital.

Diploma y posibilidad de acceder a la Formación Profesional

Curso de 36 horas programado en 4 sábados.

Traer ropa cómoda tipo chándal, preferiblemente de algodón.

Horario: de 10:00 de la mañana a 20:30 de la tarde (9 horas lectivas).

Inscripción y matrícula de 45 € a ingresar en la cuenta de la Escuela Europea de Shiatsu (BBVA 0182 4135 45 0200049057 Concepto: "Bilbao")

Precio del curso: 350 € (incluidos material y diploma)

Modalidades de pago (excluida la matrícula): Un solo pago el primer día de clase con un descuento del 10%: 315 €. Pago en dos plazos de 175 € cada uno a realizar: el 22 de abril y el 12 de mayo.

información e inscripciones:

Tel. 655 405 174 y 943 247 626
www.shiatsueuskadi.com
marina@shiatsueuskadi.com
plazas limitadas

Escuela Europea de Shiatsu
Paseo del Nacimiento 30
29610 Ojén, Málaga
Tel. 952 88 13 74 - 665 47 71 00
www.shiatsu.net
shiatsu@terra.es

Curso con Suzanne Yate Del 5 y 7 de octubre de 2012

Escuela Amigos del Shiatsu
C/ Martín de Vargas, 5 - Esc. C - 1º
28005 Madrid
Tel. 91 429 49 89
Fax 91 429 97 14
www.shiatsuescuela.com
amgshiat@teleline.es

Curso de Paul Lundberg

Del 8 al 10 de junio de 2012

A la espera de ser confirmado

Escuela Amigos del Shiatsu
C/ Martín de Vargas, 5 - Esc. C - 1º
28005 Madrid
Tel. 91 429 49 89
Fax 91 429 97 14
www.shiatsuescuela.com
amgshiat@teleline.es

Trabajando los cuerpos de luz

2 y 3 de junio de 2012

Seminario con Nicola Pooley

El cuerpo de luz esta centrado en la columna vertebral y en los Chakras, envuelve y contiene el cuerpo físico y los meridianos, y los otros cuerpos sutiles del cuerpo.

Lugar: Zenit Shiatsu

Precio: 180€ para socios de Apse y 190€ para no socios

Escuela Zenit Shiatsu
Ronda Universitat 31, 3º, 4º | 08007 Barcelona
www.zenitshiatsu.com
info@zenitshiatsu.com
Tel. 933 011 976

Convocatorias

Taller vivencial Interactuando con el entorno

Del 8 al 10 de junio del 2012

Con Clara Gómez, Marga Pinedo y Pepa Costa

Lugar: Casa Espiritual Las Salesianas del Sagrado Corazón. San Lorenzo de El Escorial. Madrid

Precio: Taller, alojamiento y comidas: 200€

Estaremos también en Showme Japón los días 22, 23 y 24 de marzo en la calle Serrano, 12 de Madrid (entrada gratuita). Nos encantará veros por allí.

Pepa Costa Soler
Tel. 606147879
entreharas@gmail.com

Taller con Bill Palmer

22, 23 y 24 de junio de 2012

Taller abierto a toda persona interesada en el cuerpo y el movimiento.

Escuela Shiatsu i Moviment
Travessera de Gràcia 66, 3º, 1º
08006 Barcelona
Tel. 93 200 47 76
info@shiatsu-movimiento.com
www.shiatsu-movimiento.com

Taller de intimidad, sensualidad y sexualidad

28 y 29 de abril de 2012

Proponen Cristina Hernandez y Jaume Gomez

Escuela Shiatsu i Moviment
Travessera de Gràcia 66, 3º, 1º
08006 Barcelona
Tel. 93 200 47 76
info@shiatsu-movimiento.com
www.shiatsu-movimiento.com

La Sombra Encarnada (le bouffon)

24 y 25 de Marzo de 2012

Grupo dirigido por Emili Pulido

Horario:(sábado 16h a 20h y domingo de 10h a 18h.

Escuela Shiatsu i Moviment
Travessera de Gràcia 66, 3º, 1º
08006 Barcelona
Tel. 93 200 47 76
info@shiatsu-movimiento.com
www.shiatsu-movimiento.com

Escuchando mi Cuerpo de Mujer

Un encuentro mensual que empieza el 19 de marzo

Escuela Shiatsu i Moviment
Travessera de Gràcia 66, 3º, 1º
08006 Barcelona
Tel. 93 200 47 76
info@shiatsu-movimiento.com
www.shiatsu-movimiento.com

Shiatsu en Fuego

25 y 26 de Mayo de 2012

Juan Gil y Susi Muñoz

El poder personal de la transformación. Estudiaremos en profundidad 9 puntos del canal de Corazón y 3 del Intestino Delgado para calmar o nutrir el Fuego.

Lugar: Escuela Vivencial de Shiatsu, en la Casa del Búho. Algodonales.

Telefonos de contacto: 606316875

Precio: 100€ socios Apse, con alojamiento y 120€ no socios Apse, con alojamiento.

Escuela Vivencial de Shiatsu
C. C. Santa Eufemia
Pasaje Almoneda. Local 30
41940 Tomares, Sevilla
Tel. 639 89 38 08
escuela@shiatsuvivencial.com
www.shiatsuvivencial.com

Shiatsu Tántrico y diálogo con la sexualidad

Del 5 al 8 de abril de 2012

Juan Gil y Susi Muñoz

La búsqueda del sentimiento de fusión a través del Shiatsu y el contacto con la propia sensualidad, y la parte dionisiaca de la existencia manifestada en el cuerpo, los sentidos y la percepción.

Lugar: Shiatsu + Gestalt. Escuela Vivencial de Shiatsu, en la Casa del Búho. Algodonales.

Telefonos de contacto: 606316875

Precio: 250€ socios Apse (con alojamiento y comida) y 290€ no socios Apse (con alojamiento y comida)

Escuela Vivencial de Shiatsu

C. C. Santa Eufemia

Pasaje Almoneda. Local 30

41940 Tomares, Sevilla

Tel. 639 89 38 08

escuela@shiatsuvivencial.com

www.shiatsuvivencial.com

Shiatsu en Viento II

20 y 21 de abril de 2012

Juan Gil y Susi Muñoz

Trabajos en la Naturaleza practicando Chikung y Shiatsu

Lugar: Escuela Vivencial de Shiatsu, en la Casa del Búho. Algodonales.

Telefonos de contacto: 606316875

Precio: 100€ socios Apse, con alojamiento y 120€ no socios Apse, con alojamiento.

Escuela Vivencial de Shiatsu

C. C. Santa Eufemia

Pasaje Almoneda. Local 30

41940 Tomares, Sevilla

Tel. 639 89 38 08

escuela@shiatsuvivencial.com

www.shiatsuvivencial.com

Curso de Ampuku y tratamientos externos

31 de Marzo y 1 de Abril 2012

con Sergio Cárdenas

Horario: Día 31, de 9 a 14 y de 16 a 18 horas. Día 1, de 9 a 14 horas.

Precio socios: 150 euros (no incluye alojamiento y comida)

Precio no socios: 160 euros.

Escuela de Shiatsu Hara Do

Calle Maestro Clavé 3,2º-3ª

46001 Valencia

Tel. 963 524 675 / 615 538 748

www.escuelaharado.com

shiatsu@escuelaharado.com

Curso de Shiatsu con los pies descalzos

7 y 8 de Julio de 2012

con Virginia Harper (alumna directa de Shizuto Yamamoto)

Horario: Día 7, de 10 a 14 y de 16 a 19 horas. Horario del día 8 a determinar

Precio socios: 150 euros (no incluye alojamiento y comida)

Precio no socios: 160 euros.

El seminario se hará en el campo, con posibilidad de pernoctar en el centro

Escuela de Shiatsu Hara Do

Calle Maestro Clavé 3,2º-3ª

46001 Valencia

Tel. 963 524 675 / 615 538 748

www.escuelaharado.com

shiatsu@escuelaharado.com

Curso internacional de shiatsu

Del 3 al 6 de mayo de 2012

con OHASHI

Programa del curso

3 de Mayo. Shiatsu con pañuelo.

4 de Mayo. Shiatsu y problemas emocionales.

4, 5, 6 de Mayo CURSO DE DIAGNÓSTICO ORIENTAL.

Descuento para socios de APSE.

Escuela de Shiatsu Hara Do

Calle Maestro Clavé 3,2º-3ª

46001 Valencia

Tel. 963 524 675 / 615 538 748

www.escuelaharado.com

shiatsu@escuelaharado.com

Congreso Internacional de Shiatsu

Con la Participación de los Célebres Maestros Japoneses Matsuko Namikoshi y Takashi Namikoshi

Tres días de talleres prácticos, demostraciones y conferencias de shiatsu, sotai, diagnóstico oriental, tratamientos emocionales y técnicas afines como el taller de shodo (caligrafía japonesa).

Con la participación de ponentes provenientes de diversos países del mundo: Japón, Reino Unido, Italia, Portugal, Francia, España etc.

Fechas: 15, 16 y 17 de junio

Lugar: Hotel Tryp Centro Norte-Madrid (El hotel Tryp Centro Norte queda en la zona residencial de Plaza de Castilla, a escasos metros de la Estación de Chamartín).

Precios hasta 10 de Abril

Socios Apse: 140€

No socios: 170€

Precios del 11 de abril al 10 de mayo

Socios Apse: 165€

No socios: 195€

Precios desde el 11 de Mayo

Socios Apse: 225€

No socios: 225€

Más info: Tel. 91 570 58 50

www.shiatsu-apse.org

www.shiatsucongreso.com

yasuragi@rdifusion.es



Escuelas de Shiatsu en España reconocidas por APSE

Escuela Amigos del Shiatsu

amgshiat@teleline.es

www.shiatsuescuela.com

Escola de Shiatsu i Moviment

info@shiatsu-movimiento.com

www.shiatsu-movimiento.com

Escuela Europea de Shiatsu

shiatsu@terra.es

www.shiatsu.net

Escuela Internacional de Shiatsu

info@shiatsu-es.com

www.shiatsu-e.com

Escuela Shiatsu Levante

shiatsu@shiatsu-levante.eu

www.shiatsu-levante.eu

Escuela Zenit Shiatsu

info@zenitshiatsu.com

www.zenitshiatsu.com

Escuela de Shiatsu Zen Habalkagual

crecenlospinos@yahoo.es

www.shiatsuzen.es

Escuela Hara Do Shiatsu

escuelaharado@gmail.com

www.escuelaharado.com

Escuela Sol y Luna

información@solyluna.es

www.solyluna.es

Escuela Rural de Shiatsu Tálamo

talamo3@hotmail.es

www.talamo.es

Escuela Meridiana

contact@creasalud.net

www.creasalud.net

Escuela Dhimahi

info@dhimahi.es

www.dhimahi.es

Escuela Reflejos en el Mar

reflejosenelmar.shiatsu@yahoo.es

www.shiatsuvivencial.com

Escuela Vivencial de Shiatsu

escuela@shiatsuvivencial.com

www.shiatsuvivencial.com

Centros simpatizantes

Centro de Shiatsu Xin Bao

shiatsuxinbao@yaoo.es

www.shiatsuxinbao.com

Asociación Navarra de Shiatsu

shiatsunavarra@yahoo.es

*Datos actualizados a octubre de 2010

nuestras escue- las



ESCUELA Y ALOJAMIENTO RURAL

Ecología Interior-Exterior
Taller encuentro mensual
Cursos Regulares
Retiros
Estancias para tratamientos

09142 Cortiguera, Burgos | Tel. 608 624 926
www.talamo.es



Amigos del Shiatsu

20 AÑOS DE EXPERIENCIA EN LA
FORMACIÓN DE PROFESIONALES

Cursos con Suzanne Yates,
Paul Lundberg y David Ventura

C/ Martín de Vargas, 5 - Esc. C - 1º | 28005 Madrid
Tel. 91 429 49 89 | Fax 91 429 97 14
www.shiatsuescuela.com | amgshiat@teleline.es

Centro de Formación y Terapias
homologado por APSE y FES

ZENIT SHIATSU



- Formación de Shiatsu en ciclos, uno, dos y especial.
- Primer Grado de Post Graduado de Shiatsu Energético con la colaboración del Shiatsu College UK
- Formación de las 5 artes taoístas (2 años)
- MTC, Qi-Gong, Feng Shui, I-Ching y Fisionomía 1 fin de semana al mes de (octubre a junio)

Ronda Universitat 31, 3º, 4ª | 08007 Barcelona
Tel. 93 301 19 76 | info@zenitshiatsu.com
www.zenitshiatsu.com



ESCUELA DE SHIATSU HARA DO

Valencia - Denia

Formación de profesionales
de shiatsu

Cursos de postgrado
para terapeutas.

Tel. 963 524 675 | 615 538 748
www.escuelaharado.com
shiatsu@escuelaharado.com

Escuela Europea de Shiatsu



Administración en España

Paseo del Nacimiento 30 | Ojén | 29610 Málaga
Tel. 952 88 13 74 | shiatsu@terra.es
www.shiatsu.net



Escuela Vivencial de SHIATSU

C. C. Santa Eufemia | Pasaje Almoneda. Local 30
41940 Tomares, Sevilla | Tel. 639 89 38 08
escuela@shiatsuvivencial.com | www.shiatsuvivencial.com

nuestras escue- las

Asociación
Navarra de Shiatsu

Tel. 948 36 37 21
shiatsunavarra@yahoo.es



Camino de Ronda 155, bajo 3 | 18003 Granada
Tel. 958 805 525 / 607 492 042
www.shiatsuxinbao.com | shiatsuxinbao@yahoo.es

Escola de Shiatsu i Moviment



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

Sol y Luna

Curso Profesional de Zen Shiatsu Do
Curso Profesional de Ayurveda (1 año)
Curso de Maestría en Reiki (3 años)
Curso de monitor de Qigong (2 años)
Flores de Bach (2 niveles)



C. Sol y Luna, 12 | 18007 Granada
Tel. 958 812 400
www.solyluna.es

Shiatsu Levante

Escuela de Shiatsu de la APSE y FES



Pedro García Villalba 42,3º A | La Alberca, 30150 Murcia
Tel. 968 840 193 - 606 547 070 | shiatsu.levante@gmail.com
www.shiatsu-levante.eu



**Cursos de formación de
terapeutas de Shiatsu**

**Postgrados en las
6 formas de contacto**

**Curso "Los cinco
elementos para todos"**

La experiencia de 12 años
dedicados a la enseñanza del
Shiatsu en Movimiento

Avda. Juan Carlos I, 116, 2º 3º | 17300 Blanes GIRONA
Tel. 972 354 655 - 659 636 828 | info@dhimahi.es
www.escoladeshiatsudegirona.com

ESCUELA DE SHIATSU ZEN HABALKAGUAL

- Cursos regulares de formación de terapeutas de Shiatsu.
- Formación de profesores.
- Profundización en Shiatsu Zen (Ken Shu Jo - Master), impartidos por el Maestro Tetsugen S.
- Tratamientos de Shiatsu.

Alhaurín de la Torre, MÁLAGA
Tel. 952 412 987 - 610 980 016
www.shiatsuzen.es | crecenlospinos@yahoo.es

あ Futon Dream

Futones de Shiatsu recomendados por APSE



Futon de Shiatsu

Futon recomendado para uso profesional:
Futon Clásico: 7 cm de algodón
Futon de Latex: algodón 4 cm + latex 3 cm
Fabricación artesanal y a medida

www.futondream.com

En nuestra web encontrarás todos los complementos para la sala de masaje: Rodillos, cojines, almohadas, biombos, mesitas, lámparas, tatamis, etc.



Futon Roll/Futon Portátil

Futones ligeros de llevar y fácil de guardar.
Para prácticas y shiatsu a domicilio.
Grosor: Algodón 4 cm y latex 3 cm
Bolsa impermeable para guardar y transportar

Futon Dream | C. Estrella, 7 | 08630 Abrera, Barcelona | Tel. 937 738 404 | raimon@futondream.com
www.futondream.com



Solicitud de inscripción



Enviar a APSE, apartado de correos 7173 · 28012 Madrid
(Adjuntar dos fotos carnet) Cuota anual **estudiante 40€**
Cuota anual **Profesionales y socios simpatizantes: 85€**

APELLIDOS Y NOMBRE

DOMICILIO

CÓDIGO POSTALPOBLACIÓN PROVINCIA

DNI TELÉFONO MÓVIL

MAIL

ESCUELA O CENTRO DE ESTUDIOS

SOCIO O SIMPATIZANTE, PROFESIONAL (Aportar copia de titulación o titulaciones) O ESTUDIANTE (nivel)

.....

.....

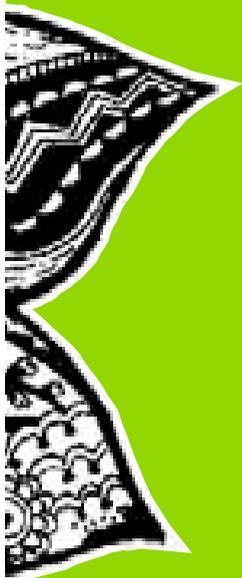
.....

Nº CUENTA BANCARIA

APSE informa de que los datos que nos facilitas, serán incorporados a un fichero automatizado a los únicos fines de ofrecerte los servicios de esta Asociación. Tienes la posibilidad de ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición sobre tus datos personales amparándote en lo que establece la Ley orgánica 15/1999 de la forma prevista en el RD 1720/2007 de 21 de diciembre, para lo cual puedes dirigirte por escrito al Apartado de correos 7173, 28012 Madrid o mediante correo electrónico a secretapse@yahoo.es. Número de inscripción en el registro general de protección de datos 2092650398

FIRMA

FOTOGRAFÍA



Cuando los hombres se dirigen al espacio celestial invocando a un poder que se supone reside allí, lo que en realidad invocan son sus propias fuerzas internas que, al proyectarse al exterior, se visualizan o se sienten como el cielo o el espacio cósmico.

Cuando nos dirigimos hacia la misteriosa profundidad del firmamento azul, lo que realmente contemplamos es la profundidad de nuestro ser interno, la misteriosa y omniabarcadora conciencia en su inmaculada pureza primordial, una pureza que no se ve mancillada por los pensamientos(...) ni dividida por las discriminaciones, los deseos y las aversiones.

Lama Govinda

(Extracto del libro "Psicología del despertar" de John Welwood)

Shi at su

publicación

Shiatsu Magazine Trimestral
Depósito Legal: SE-3.320-2000

Edita



Asociación de Profesionales
de Shiatsu en España

Dirección

Junta Directiva

Número 45

Primavera 2012

Dirección de arte

Miquel Gleyal
miquel@mgcomunicacio.com

Maquetación e impresión

MgComunicación
www.mgcomunicacio.com

**Envío de información
y colaboraciones**

boletin.web@shiatsu-apse.org

presidencia@shiatsu-apse.org
vicepresidencia@shiatsu-apse.org
tesoreria@shiatsu-apse.org
relaciones.externas@shiatsu-apse.org
secretaria.apse@shiatsu-apse.org
representante.fes@shiatsu-apse.org
secretapse@yahoo.es

Junta Directiva

*Apartado de correos 7173
28012 Madrid*

Secretaría Técnica

676 77 46 48