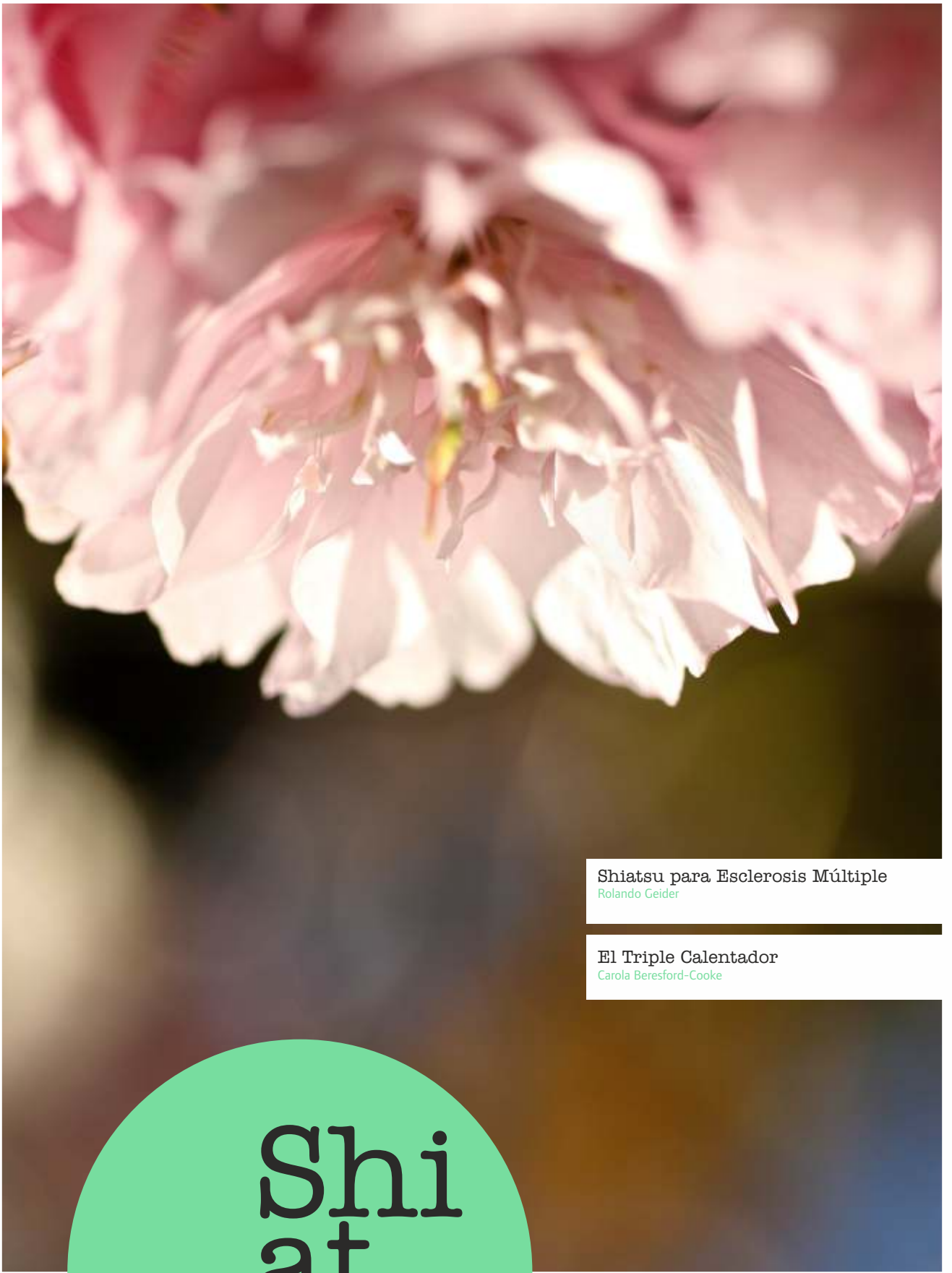


Shiatsu para Esclerosis Múltiple
Rolando Geider

El Triple Calentador
Carola Beresford-Cooke

Shiatsu

publicación

NUMERO 53
PRIMAVERA 2014
EJEMPLAR GRATUITO

Asociación de Profesionales
de Shiatsu en España

www.shiatsu-apse.org

contenido n53

02 Editorial

03 Shiatsu en casa
Shiatsu para Esclerosis Múltiple
Rolando Geider

06 Shiatsu fuera de casa
Buscando la Forma. Shiatsu y MTC
Peter den Dekker

11 Reflexiones
El Triple Calentador
Carola Beresford-Cooke

14 La experiencia del Shiatsu
El Di Di Li Bri
Elvira Namaste

16 Apse informa
Lista de deseos para la Junta

17 Bibliografía
Presentación del libro "Shiatsu Emocional"
Arturo Valenzuela

18 Convocatorias

20 Nuestras Escuelas

Shiatsu publicación

APSE no se responsabiliza de las opiniones vertidas por sus colaboradores, ni se identifica necesariamente con las mismas. Queda prohibida la reproducción total o parcial del contenido sin el consentimiento de APSE.

Con la Luna Nueva del pasado día 30 de enero se inició el nuevo año energético que está regido por el hexagrama llamado La Contemplación (o también la visión, la intuición): en el trigrama inferior o yin tres líneas rotas simbolizando la Tierra y en el superior o yang dos líneas superiores enteras con la más baja rota simbolizando así el trigrama Viento (ver I Ching número 20).

La energía de TIERRA es la del espíritu de las relaciones, mientras que el VIENTO es tanto la intensidad como la capacidad de reunir los recursos para encaminarse hacia los sueños y proyectos que habitan en nuestro corazón. Pero este paisaje de oportunidades debe ser impulsado en ti desde el propio intento adentrándote en aquello que no quieres ver, a lo que te resistes. Y precisamente eso a lo que te resistes es lo que viene a ayudarte. Viento es el arquetipo del chamán, del curandero que se sana a sí mismo, de la persona que aprende una nueva visión de sí mismo y de la vida… y de eso de trata en este nuevo tránsito anual, de sanar vínculos emocionales desde uno mismo, de comprender el sentido de los encuentros y de la afectividad.

La confluencia de la energía del Viento solar en la Tierra y en el mundo vegetal, despertará este 2014 la tendencia a desvelar conexiones internas hasta ahora no manifiestas y vínculos favorecedores para desarrollar la intuición, la inteligencia simbólica y la conciencia. La Tierra, orientación suroeste, y el Viento, sureste, acunan y protegen en medio al Fuego, al corazón, al amor, a lo afectivo desde la autenticidad.

Una magnífica oportunidad se ofrece este año a quienes cargan pesadas historias (hasta centenarias) que sólo podrán liberarse en silencio interior, sin pensamientos... Sanar a través de la intuición, deshacer enredos y fortalecer vínculos a través del silencio... es lo que parece que toca trabajarnos durante estos meses venideros.

Juan E. Gil
presidencia@shiatsu-apse.org
Presidente de APSE

Portada: **Maria Jesús Fuente Herrero** (mariaje@oddyty.e.telefonica.net)
Sonrie!

Esclerosis Múltiple[1]

Apuntes sacados de una secuencia y adaptados para tratar a personas con EM

La **ESCLEROSIS MÚLTIPLE** (EM) es una enfermedad del sistema nervioso central (SNC). Hay un material compuesto por proteínas y grasas llamado **"Mielina"**, que protege y envuelve las fibras nerviosas del SNC y facilita la conducción de los impulsos eléctricos entre las fibras nerviosas. En Wikipedia leemos: La **esclerosis múltiple** (EM) es una enfermedad consistente en la aparición de lesiones desmielinizantes, neurodegenerativas y crónicas del sistema nervioso central. Actualmente se desconocen las causas que la producen aunque se sabe a ciencia cierta que hay diversos mecanismos autoinmunes involucrados.

Así en la EM, la **mielina** se pierde en múltiples áreas, dejando, en ocasiones, cicatrices (esclerosis). Estas áreas lesionadas se conocen también con el nombre de "placas de desmielinización".

Los síntomas incluyen debilidad, hormigueo, poca coordinación, fatiga, problemas de equilibrio, alteraciones visuales, temblor, espasticidad o rigidez muscular, trastornos del habla , problemas intestinales o urinarios, andar inestable (ataxia), problemas de la función sexual, sensibilidad al calor, problemas de memoria a corto plazo y ocasionalmente problemas de juicio y razonamiento (problemas cognitivos). Hay que remarcar que la mayoría de las personas con EM no tienen todos estos síntomas.

Con el tratamiento energético, en un porcentaje muy alto, se obtienen mejorarías permanentes y duraderas, si bien siguen apareciendo brotes, pero que se pueden controlar con cierta facilidad.

Sin dudad, necesitamos un trabajo continuado y mantenido. En los momentos de crisis, a veces, hay que hacer 5ó 6 sesiones seguidas, fuera de la crisis, actuamos 1 vez a cada semana o cada 15 días. Y, por lo menos, se hace un seguimiento de tres años.

RESUMEN: **DU MAI: 20DM y 17DM; 4C, 10IG y 36E, 39VB y 60V.**

Canal de la Vejiga

A una distancia de distancia de 3"= 3cun = 3 pulgares o 4 dedos de la línea medio/columna vertebral colocamos las palmas de la mano: una se queda en la parte alta, la otra se aleja. Primero un lado luego el otro y después:

- **Subimos por la columna vertebral propiamente dicho pellizcando cada vértebra.**
- **Y en cuando llegamos a la cabeza: conectamos la coronilla con la parte superior del occipital.**

- **20DM y 17DM** son los resonadores claves
- **20DM Baihui,** 100 reuniones, es el punto Yang por excelencia y gobierna el cerebro.
- **17DM Naohu,** Puerta interior del cerebro, su nombre dice todo.

El trabajo sobre el psiquismo en la espalda es de suma importancia (2). Trabajemos desde arriba o desde un lado, depende de la comodidad que el terapeuta pueda encontrar. Incluimos aquí varias maneras de realizarlo. Lo más aconsejable es la aplicación de la **MOXA.**

(1) Respondiendo a una consulta externa.
(2) Véase comentarios en la introducción a las Enfermedades Autoinmunes.

Las dos lados a la vez, subir por la columna vertebral.

¡Así creamos la imagen del infinito! Y lo vamos a realizar tantas veces que bajamos y subimos por la espalda. Las primeras veces por la 2ª línea de la Vejiga, ya luego por su 1ª línea.

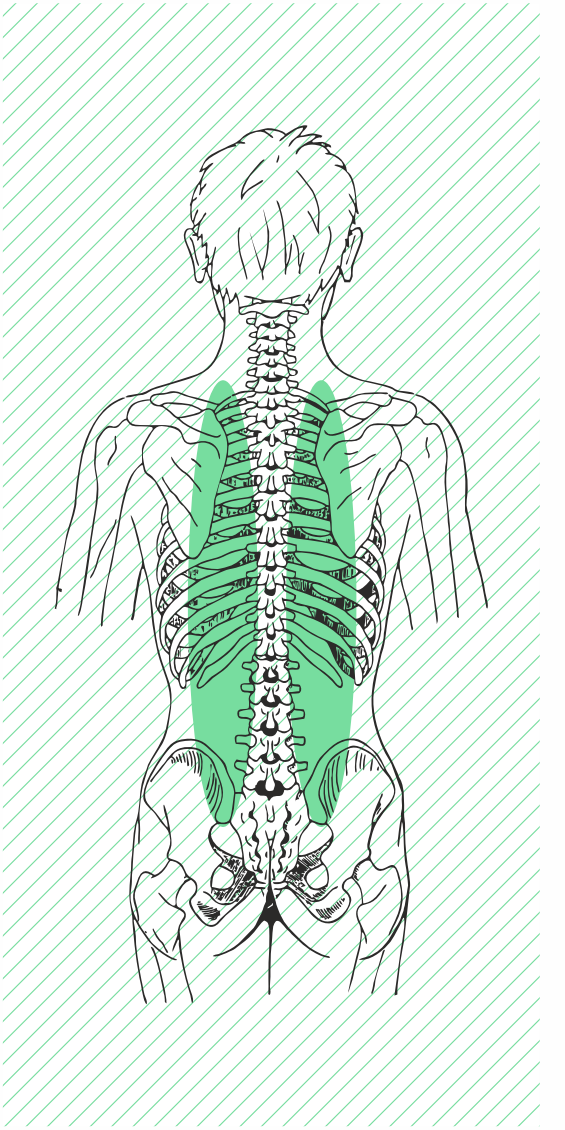
Así equilibramos el psiquismo, la mente y las funciones corporales, el cuerpo.

Recuerdo: En la 1ª línea de la Vejiga a 1,5" del Du Mai fomentamos TODAS las funciones del cuerpo; En la 2ª línea de la Vejiga a 3" del Du Mai fomentamos TODO el psiquismo de los órganos.

¡¡¡Los sentidos, sensaciones y sentimientos están estrechamente relacionados!!! Y tienen un efecto importante sobre el sistema neuronal, hormonal e inmune. ¡Y cómo no, muchísimas veces son directamente implicados en los dolores de espalda!

Técnica clave: SIEMPRE subimos el Du MAi arriba; siempre con suaves vibraciones y movimientos que estimulan el canal, la columna vertebral con tantos nervios, su líquido cefalorraquídeo y las células madres que se encuentran ahí dentro. Las manos van alterándose, una vez hay una quieta y la otra se aleja, y detecta las vibraciones, ondulaciones, conexiones entre las dos zonas; van y vienen, vibran en la misma dirección y en la contraria; hasta que lleguemos a conectar los dos resonadores **20DM y 17DM** en la cabeza una y otra vez. El "juego" (3) de los ciempiés estimula profundamente el sistema nervioso desde el sacro hasta la cabeza. Conectamos el sacro y el occipital y los resonadores.

Las mudras del Qigong también son ideales.

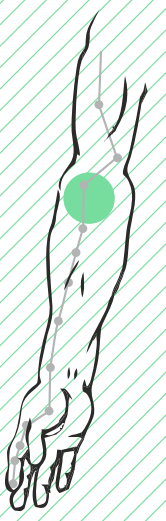


(3) Agradezco a Charo Hernández y Dirk Rainer de la Escuela TALAMO la enseñanza de esta técnica durante una asamblea/ taller de APSE; ¡desde entonces la utilizo siempre!

Vamos un momento a las piernas y trabajamos el canal de la VB; a unos 4 dedos por encima del tobillo externo hay un punto que es el punto Maestro de las medulas **39VB, Xuanchong, campana suspendida.** Tonificamos bien; y aplicamos sobre todo moxa hasta que esté bien caliente.

Seguimos en las piernas por el canal del Estomago y tratamos igualmente **36E Zusanli, la divina indiferencia terrestre** con masaje y moxa. Se encuentra a unos 4 dedos –otra vez 4 dedos- por debajo de la rotula en el borde de la tibia.

Su "pareja" está en los brazos y se llama: **Shousanli, divina indiferencia celeste, 10 Intestino Grueso**, a unos 3 dedos debajo del pliegue. Igual: masaje tonificante y moxa



Antebrazo a la planta del pie
Procuremos que el empeine este plenamente sujeto por nuestro muslo. La mano de soporte abraza firmemente el tobillo para tonificar los Canales de Vejiga y Riñón.

Recuerda: "Con el tiempo y una caña, hasta lo verde se cae". Con la práctica desarrollamos nosotros suficiente flexibilidad.

Pellizcamos alrededor del tobillo sobre todo por fuera y por dentro a la vez. 60V Kunlun.

"La serpiente enroscada se desliza alrededor de la columna". Volvemos a presionar alrededor del tobillo y los dedos pequeño, donde termina el canal.

Recuerda: La mano que forma el puño está muy relaja-

da. El empeine debe de estar completamente sujetado, o bien sobre nuestro muslo o bien en la mano o sobre un cojín. Y con un "barrido" del aura culminamos esta fase.

Repasamos: ¿Cómo nos hemos sentido al dar y al recibir? ¿Eran las presiones demasiado flojas o demasiado profundas? ¿Era el ritmo muy rápido o demasiado lento?

Frotamos con cierta sensibilidad y mucho cuidado el esternón donde coinciden los canales **Ren Mai, Triple Calentador y Maestro de Corazón**, con el pulgar o canto de la mano hasta que este bien caliente. Eso repercute en el psiquismo, calma, serena, tranquiliza o mueve de lo contrario sentimientos ocultos y a flor de piel. La mano abraza la muñeca por el canal del Corazón; por ejemplo **4C Lingdao. La ruta del espíritu.**

Rolando Geider
tesoreria@shiatsu-apse.org

Este artículo del shiatsusi, acupuntor y profesor de Qi Gong holandés Peter den Dekker fue publicado por el Journal of Shiatsu & Oriental Body Therapy en noviembre de 1996 y traducido al español por la Escuela Shiatsu y Movimiento de Barcelona. Agradecemos tanto a Bill Palmer-director del Journal- como a David Ventura –director de la Escuela Shiatsu y Movimiento- la autorización para la publicación del artículo. Es un texto que encontré por casualidad y que leí muy gratamente, dada la escasez de reflexiones sobre la así llamada "medicina tradicional china" en interrelación con el Shiatsu. En efecto, la gran mayoría de los practicantes de Shiatsu y de acupuntores, siguen pensando que la "medicina china" es algo que nos viene dado como un paquete que hay que aceptar y estudiar sin ningún otro esfuerzo de traducción y redefinición de un lenguaje que, a pesar de ser fascinante, resulta arcaico. Sin embargo, la medicina china –para mantenerse viva- pide constantemente una actualización al marco contemporáneo y a sus categorías, tanto teóricas como vivenciales. Un reto que sigue abierto.

Marina De Franceschi
marinadfm@gmail.com

Buscando la forma Sh

En las últimas décadas, la medicina china ha estado en un periodo de transición. La Acupuntura, el Shiatsu y la fitoterapia china se han introducido en occidente y han tenido que adaptarse a circunstancias culturales totalmente nuevas. Esto ha creado discusión y confusión tanto en el campo de la educación como de la práctica de la medicina china. El término "Medicina China" se refiere a su tierra de origen, pero en la práctica incluye países como Japón, Corea y Vietnam. En este contexto sería preferible nombrarla "Medicina Oriental", que incluye a una amplia variedad de estilos, ideas e interpretaciones. La medicina oriental se desarrolló empíricamente. Mientras la medicina occidental busca una comprensión objetiva y "verdadera" del funcionamiento del organismo y de sus patologías, la medicina oriental acepta multitud de descripciones a veces inconsistentes, porque está más interesada en qué hacer que en lo que está ocurriendo. La práctica ha sido siempre el elemento más importante y toda la teoría está subordinada a ella.

SHIZUTO MASUNAGA

Hace quince años empecé a estudiar el estilo de Shiatsu de Shizuto Masunaga que ilustraba este principio muy claramente. Absolutamente central en este estilo era el desarrollo de la sensibilidad a los desequilibrios en el sistema de meridianos. El enfoque era muy pragmático y de trabajo corporal, pero le faltaba una buena base teórica. En Japón esta falta de teoría estaba compensada por una práctica intensiva durante la formación y la relación directa y personal entre maestro y alumno. Esto permitía el desarrollo de la habilidad a través de la experiencia.

En occidente, nuestra formación incluía menos práctica y supervisión, lo que hacía más evidente la falta de un sistema teórico.

EL SHIATSU EN LA CULTURA OCCIDENTAL

El contexto social con el que empezamos a trabajar con Shiatsu era evidentemente incomparable con el japonés. Los clientes japoneses conocen el Shiatsu. Además los japoneses están acostumbrados a la comunicación no verbal y por lo tanto el proceso silencioso y simple de una sesión de Shiatsu sin explicaciones tiene un sabor familiar para ellos. El Shiatsu no era muy conocido en Holanda y tuvimos que presentar nuestro trabajo claramente y sin una base teóricamente clara. No fue fácil. ¿Cómo podía uno traducir observaciones a un diagnóstico útil y comprensible? ¿Y cuáles eran los potenciales y limitaciones del Shiatsu en la práctica clínica?

Cuestiones que son importantes en una relación terapéutica occidental, tales como la expresión de emociones o la interacción entre terapeuta y paciente, no se plantean en el Shiatsu japonés.

A pesar de eso el Shiatsu ganó popularidad rápidamente. El ser tocado con dos buenas manos y con una actitud honesta desde el corazón, siempre deja una profunda impresión.

Durante mucho tiempo hubo muy poca literatura sobre Shiatsu y sobre el contexto histórico de la medicina oriental. Creo que en su forma original era una disciplina coherente en la que los distintos conceptos teóricos y estrategias clínicas se aceptaban entre ellas. Por otro lado regularmente me encontré contradicciones de teoría y práctica. Por ejemplo, diagnósticos del pulso y meridianos o diagnósticos del Hara daban regularmente resultados inconsistentes. La literatura de aquella época no planteaba en absoluto estas cuestiones y muy poco se ha escrito desde entonces.

MTC, ¿ HEREDERO LEGÍTIMO?

Mi estudio de acupuntura y fitoterapia china tampoco respondió a estas cuestiones. Estudié diversos estilos incluido el sistema Worsley, la escuela francesa de acupuntura y el trabajo experimentado por doctores chinos y japoneses, pero me fue imposible descubrir una base consistente para todos estos enfoques.

La publicación de un libro en especial cambió la situación. De hecho para todos aquellos que estábamos relacionados con la práctica médica oriental en aquella época, "Medicina China, una Trama sin Tejedor" de Ted Kaptchuck fue una revelación. Kaptchuck nos mostró la impresionante claridad de lo que él llamaba Medicina Tradicional China o MTC . Muchas de las teorías de la medicina oriental que habían permanecido oscuras hasta entonces se aclararon de golpe. Presentó la MTC como el heredero legítimo de la tradición médica china

iatsu y Medicina Tradicional China

como su nombre indicaba. De pronto, todos los otros estilos que habíamos estudiado o practicado eran vistos como interpretaciones corruptas de la verdadera doctrina.

Muchas escuelas de Acupuntura y Shiatsu incluyeron la MTC en sus programas de formación. Algunas cambiaron totalmente a la MTC, otras la consideraron el eje de su currículum. La MTC era un sistema coherente que era fácil de enseñar y de estudiar. La Acupuntura, el Shiatsu y la fitoterapia podían seguir los mismos métodos dentro de la estructura de la MTC.

El aspecto central del diagnóstico era la identificación de los síndromes, los patrones de desequilibrio en los Órganos internos. Esto condujo automáticamente a una forma de trabajar y a combinaciones de puntos de acupuntura y recetas de fitoterapia. La teoría que habíamos estado buscando, parecía por fin disponible.

Sin embargo la percepción intuitiva del Qi, el desarrollo de la conciencia y sensibilidad con respecto al cuerpo, elementos esenciales hasta entonces dentro del Shiatsu, curiosamente parecían no formar parte de la MTC. Aparentemente en la MTC el acento estaba en la obtención del diagnóstico objetivo correcto y el tratamiento era algo separado del diagnóstico. Había un gran contraste con el Shiatsu de meridianos en que el contacto era a la vez tratamiento y diagnóstico. Trabajando con la MTC la práctica clínica se transformó en una cuestión intelectual más que una cuestión de intuición corporal.

SÍNDROMES

A mediados de los ochenta estuve muy comprometido con la enseñanza del Shiatsu. En el trabajo clínico intentaba aplicar el diagnóstico de la MTC a la práctica del Shiatsu. Era una tendencia habitual en muchas escuelas en aquella época. A pesar de que la educación y el trabajo clínico estaban mejor estructurados que en el pasado, los resultados no lo reflejaban. Era difícil sino imposible hacer un diagnóstico en el lenguaje de los síndromes de forma que se pudiera relacionar con el tratamiento de meridianos. Por ejemplo un diagnóstico "Bloqueo de Ki de Hígado" era fácil de hacer pero muy poco práctico para el Shiatsu. "Bloqueo de Ki de Hígado" incluía muchos síntomas distintos como tensión en la zona del pecho o garganta, problemas digestivos, dolores en la zona lumbar, dolores de cabeza, etc.. Traducido al sistema de meridianos esto quería decir que podíamos encontrar el desequilibrio en distintos meridianos y desde luego no solo en él del Hígado.

Sin embargo el síndrome ayudaba a ver la conexión que había entre todos estos distintos síntomas. Para la fitoterapia china era esencial encontrar la forma de diagnóstico que los abarcara a todos bajo una sola fórmula magistral. Empecé a comprender que un síndrome es algo así como una generalización de como un cuerpo-mente reacciona ante una situación dada. Además el síndrome no refleja una situación puntual sino más bien un estado orgánico profundo. La fitoterapia está enfocada al tratamiento de condiciones profundas de desequilibrio. En contraste tanto el Shiatsu como la Acupuntura están básicamente orientados hacia como cada individuo responde en el presente, y como se refleja ésto en los meridianos.

Parece que en la práctica del Shiatsu al intentar utilizar síndromes estamos intentando relacionar dos puntos de vista fundamentalmente dispares.

MEDICINA EXTERNA E INTERNA

En China hay una distinción clara entre medicina interna y externa . La Acupuntura y el Shiatsu son básicamente ejemplos de terapia externa. Ambas utilizan el sistema de meridianos en el exterior del cuerpo.

Los meridianos señalan como utilizamos nuestro cuerpo y reflejan sus hábitos. También expresan nuestra personalidad y muestran cómo vivimos las emociones. En este sentido los meridianos representan la anatomía viva; el espacio donde mente y cuerpo se interrelacionan . Estoy convencido que el diagnóstico por síndromes nunca ha sido una parte importante en las terapias de meridianos a lo largo de su historia. El tratamiento está determinado por el estado en el momento presente de los meridianos, aunque no se reflejen las condiciones más crónicas del organismo. Cuando los meridianos reflejan un estado más profundo, esto indica que es el momento en que las terapias externas pueden afectar directamente una condición interna. El diagnóstico por síndromes refleja un estado interno fijo.

Este tipo de diagnóstico estático es usual y necesario en disciplinas que tratan las condiciones más físicas o de larga duración como la medicina occidental o la fitoterapia China . La teoría de la MTC por lo tanto es básicamente relevante en medicina interna.

En cambio, el diagnóstico en Shiatsu y Acupuntura refleja como el cuerpo y la mente responden a estímulos y su habilidad para adaptarse a circunstancias cambiantes. No se plantea un diagnóstico estático. El contacto es al mismo tiempo reconocimiento, observación y tratamiento. Que este contacto se haga con manos, ojos o consciencia, no sólo producirá información objetiva sobre la persona que está siendo tratada, sino que este mismo contacto influenciará inmediatamente a la persona en cuestión y se establecerá una interacción dinámica entre practicante y paciente. La observación y el tratamiento están entrelazados al igual que la forma de acercamiento del practicante lo está con la respuesta del paciente. Este método vivo de diagnóstico tiene tanto que ver con la relación entre paciente y terapeuta como con la condición profunda del cliente. Bajo esta perspectiva determinar objetivos y utilizar síndromes y categorías no es necesariamente el factor más importante a tener en cuenta.

ESPACIO PARA LA EXPERIENCIA

Un diagnóstico que categoriza el estado de los pacientes refuerza la clásica relación doctor- paciente. Etiqueta la condición del paciente e implica la presencia de un especialista que trata a un paciente ignorante, independientemente del lenguaje oriental utilizado. En algunos casos en los que la decisión y rápidos resultados son deseables, tiene sentido dicha actitud. Sin embargo, creo que las terapias externas ofrecen una valiosa oportunidad debido a su habilidad para crear espacio para la experiencia, permiten al paciente tomar conciencia de la naturaleza y origen del desequilibrio. Este enfoque coloca en primer plano la conciencia del paciente y el conocimiento del terapeuta y sus técnicas en segundo plano.

En mi experiencia con Shiatsu, nunca ha sido realmente de ayuda el dar a alguien un diagnóstico de síndromes para llevarse a casa. Este tipo de diagnósticos a menudo esconde una inseguridad en llegar al corazón del problema y hablarlo en un lenguaje comprensible. Sin embargo muchos de nuestros pacientes piden de entrada un diagnóstico con etiqueta. Creo que es una cuestión de hábitos. A partir de nuestra experiencia con la medicina alopática, no estamos acostumbrados a tener un rol en el proceso curativo. Por otro lado nombrar nuestra dolencia es de alguna forma tranquilizador.

"Realmente hay algo en mí que no funciona".

MEDICINA CHINA MODERNA

Últimamente varios escritores han intentado situar la MTC y las terapias de meridianos en perspectiva. Mark Seem, un acupuntor y educador de Nueva York afirma en su libro "Acupunture Imaging" que el término Medicina Tradicional China es equívoco.

En los años '50 bajo régimen comunista se consiguió crear una nueva medicina uniforme. China estaba empobrecida por los años de guerra y quedaba muy poca infraestructura médica intacta para una población inmensa. Los nuevos líderes decidieron reanimar las ricas tradiciones médicas y utilizarlas de nuevo. Esta "Nueva Medicina" se convirtió en una mezcla de conocimiento occidental y oriental. El elemento oriental de esta mezcla se llamó "Medicina Tradicional China".

La estandarización hizo posible la formación de grandes grupos de personas con un mismo curriculum. Esto hizo que todos los estudiantes hablaran el mismo "lenguaje" y que por lo tanto el intercambio de ideas, la investigación y los progresos, fueran posibles. Sin embargo - como dice Mark Seem- el nombre MTC no es apropiado: "Primero oscurece el hecho de que nunca ha habido una medicina tradicional en China. Segundo, confunde a muchos estudiantes que piensan que esta moderna reformulación de la medicina China es "tradicional", cuando es en realidad un invento reciente. La MTC se formuló y enseñó solo a partir de los años '50 . Un nombre más apropiado por lo tanto sería "Medicina China Moderna".

EDUCACIÓN EN CHINA

Un colega chino, el doctor Jian Shen Heng, fue de los primeros estudiantes en la Academia de Medicina Tradicional China de Shangai. Nunca hasta entonces la medicina china se había enseñado en centros tan grandes. Los primeros profesores de esta academia eran médicos formados en las tradiciones familiares. Su estilo de trabajo era normalmente un secreto de familia celosamente guardado para garantizar la forma de ganarse la vida. El doctor Heng comentaba que estos profesores no eran en absoluto generosos a la hora de dar información. Fue sólo mucho más tarde durante las prácticas clínicas, que la información específica fue transmitida dentro de una relación más informal. Los estudiantes occidentales en China no tenían prácticamente acceso a este tipo de información personalizada. La imagen de la MTC ha sido pues embellecida por la literatura oficial.

Bob Flaws da otra visión de la MTC en su libro "Towards Completion". Describe cómo el sofisticado método de identificación de síndromes fue creado por eruditos seguidores de Confucio, quienes siempre habían sido una élite. Fue este pequeño grupo de practicantes quien escribió la mayoría de los libros clásicos de la Medicina China. Su forma de trabajo se basaba en la lógica y si bien la mayoría practicaban también la acupuntura, su preferencia y especialidad era la fitoterapia china. Dentro de la sociedad de la época eran los más respectados y fue su estilo estrictamente ordenado el que fue adoptado en la China comunista. A pesar de ser un sistema originalmente diseñado para la práctica de la fitoterapia china, la MTC estaba siendo aplicada a la Acupuntura e incluso a terapias manuales.

Durante dos visitas que hice a China, tuve la oportunidad de trabajar con maestros acupuntores. A pesar de proclamar todos ellos que eran practicantes de la MTC, no utilizaban los síndromes como parte de su trabajo, utilizando básicamente combinaciones empíricas de puntos.

El libro "The Essencials of Contemporary Chinese Acupuncturists, Clinical Experience"describe el trabajo de muchos de estos maestros y, a través de su increíblemente rica experiencia clínica, uno puede oír resonar los ecos de los viejos estilos familiares.

ESPIRITUALIDAD Y POLÍTICA

Los motivos políticos influenciaron la forma que tomó la MTC en China. A lo largo de su historia la tradición médica china se basó en la filosofía budista y taoísta. Estas fuentes no se consideraron "correctas" desde un punto de vista político y por lo tanto no fueron incluidas en la MTC. La teoría de Los Cinco Elementos no fue valorada en su justa medida pues estaba asociada a disciplinas como la astrología o el Feng Shui que eran consideradas supersticiones. Como resultado la espiritualidad que siempre había sido un elemento esencial en la tradición médica, fue eliminado de la MTC.

En cambio, en nuestra sociedad hay mucha gente buscando sentido a su vida, pero les falta la motivación para tomar responsabilidad de su propia salud. Antiguas formas de Acupuntura y Shiatsu en las que el trabajo físico y un profundo sentido espiritual van de la mano y donde el paciente ocupa un rol central, son apreciados por los movimientos alternativos en la sociedad occidental.

Estas formas, que insisten en el ejercicio físico, la meditación y el masaje como terapias, aparecieron por primera vez en el capítulo XII del "Huang Di Nei Jing Su Wen". Son las llamadas "quejas de la prosperidad" en las que el elemento Tierra predomina manifestando humedad y estancamiento. Se anima el paciente a ser activo de forma que ayude al estancamiento a moverse, en vez de estar pasivo en el tratamiento. Esto parece particularmente apropiado para nuestra sociedad actual.

CONTACTO DIRECTO

Todo aquel que practica regularmente Qi Gong o cualquier otra forma de arte marcial ha experimentado un enorme efecto en la salud mental y física al cabo de un tiempo. Sin embargo a pesar de esta evidencia, muy raramente se habla de diagnóstico en estas disciplinas y hay muy poca teoría aparte de los ejercicios prácticos. La regularidad en la práctica y la integración en la vida diaria son esenciales.

Esto se aplica ciertamente a la meditación. Recientes investigaciones han demostrado sin ninguna duda los efectos de la meditación, particularmente en situaciones de estrés emocional o físico. Si bien en toda arte marcial se necesita inicialmente un buen profesor, quien está en control de la situación es uno mismo, y desde luego no se ve como un paciente necesitado de diagnóstico alguno.

En muchos estilos clásicos de Acupuntura y Shiatsu se insiste en el mismo tipo de atención, dirección y calidad de contacto. En los tratados clásicos de Acupuntura se menciona a menudo la importancia de la mano izquierda. La mano derecha es la activa y se ocupa de la aguja y de la parte visible del tratamiento; la mano izquierda por el contrario hace contacto con la persona, busca, da soporte a la acción de la aguja y observa las reacciones. Su atención no está en la acción sino en el contacto y el soporte. Los antiguos estilos de acupuntura se basaban por lo tanto en el contacto y la sensibilidad de la mano izquierda.

Tenemos el mismo caso en el Shiatsu con la técnica de "las dos manos"; una mano es activa la otra da soporte a la acción y observa. La mano de soporte es un tipo de contacto más cercano del que es común hoy en día en la relación doctor -paciente. Debido a esto la atención en la práctica pasa de un planteamiento clínico y orientado hacia los resultados, a la creación de espacio para la experiencia.

¿CUANDO ES APROPIADA LA MTC?

¿Quiere decir esto que la MTC no es relevante en el Shiatsu de meridianos y la Acupuntura? Para contestar esta pregunta ante todo debemos mirar que es lo que el paciente presenta para ser tratado. Muchos autores y practicantes de medicina china señalan el hecho que solo una pequeña proporción de pacientes de Shiatsu y Acupuntura tienen problemas internos reales. La mayoría muestran desequilibrios básicamente en meridianos. Un malentendido frecuente entre acupuntores y practicantes de Shiatsu es intentar aplicar una etiqueta "interna" a cada síntoma. La mayoría de nuestros clientes no sufren problemas orgánicos. El hecho de que un meridiano esté en desequilibrio no implica automáticamente que la causa sea un desequilibrio orgánico. Mucho más frecuente es el caso en el que el sistema de meridianos muestra las actividades de la personalidad, la emoción y los hábitos. Si el bloqueo en los meridianos dura demasiado tiempo acabará afectando los órganos internos y en este momento los patrones funcionales se transformaran en desordenes estructurales. En estos casos es preferible hacer un diagnóstico interno y por lo tanto estar familiarizado con un sistema como la MTC.

El acupuntor japonés Shuno Denmei escribió en su excelente libro "Meridian Therapy" que "Yin tiende a debilitarse y Yang a generar exceso". En este contexto "Yin" se refiere a los órganos en general y especialmente a los Yin. Cuando habla de "Yang" se refiere al sistema de meridianos en general. Los órganos tienden a perder vitalidad independientemente de la constitución o del tipo de vida que se lleve. Los meridianos y la parte externa del cuerpo tienden a ganar rigidez y a perder flexibilidad . De ahí llegamos a la premisa de que en general el sistema de meridianos necesita ser liberado, sedado y las funciones orgánicas reforzadas o tonificadas. Creo que el Qi Gong refleja este principio. En los ejercicios y las posiciones la atención está en el Yin, el centro del cuerpo; el Yang, las extremidades y la médula espinal se liberan a través del movimiento.

"ENCARNACIÓN"

Los síndromes describen patologías y el estudio de la MTC es el estudio de la enfermedad. Sin embargo en el Shiatsu y el Qi Gong estamos explorando la vida. La fuerza de la MTC está en su capacidad de reconocer el posible desarrollo de una condición. Sin embargo el diagnóstico con síndromes es como una brújula; es fácil señalar la dirección, pero difícil decidir hasta qué punto se ha desarrollado la condición en dicha dirección. ¿Por qué deberíamos considerar los síndromes de la MTC exclusivamente como condiciones patológicas?

Desde mi experiencia práctica clínica, tiene más sentido ver los síndromes como tendencias habituales en la vida, personalidad y cuerpo de la persona; como una característica del individuo en su conjunto en un periodo específico de su vida, que muestra sus debilidades y sus fuerzas. Así podremos predecir cómo se pueden desarrollar los síntomas en épocas de estrés físico y emocional.

Esta visión de los síndromes puede ser útil en el desarrollo y toma de conciencia de los patrones del cliente y no ser simplemente una etiqueta indicativa de lo que no funciona en él.

Con esto en mente empecé a traducir los síndromes de la MTC, que eran para mí y desde luego para mis pacientes muy abstractos, en condiciones comprensibles en un lenguaje común. Otras personas han estado explorando este mismo problema de traducción.

Fue muy clarificador oír a Bill Palmer, un profesor inglés de Shiatsu, llamar al Hígado Yin " la más profunda plenitud ". Lo asociaba con la sangre que está guardada en las venas centrales cuando el sistema parasimpático está activo. Éste es el depósito de reservas que es fruto del trabajo cumplido y que es el soporte para actividades futuras. De esta forma el concepto de Hígado Yin está "encarnado" en el cuerpo y es comprensible en términos de psicología y estilo de vida. Por ejemplo, un estilo de vida que no permite periodos de reposo, plenitud y satisfacción, no tendrá descanso y habrá tendencia a patrones tipo "Exceso Yang Vacío", que se traducirá en exceso de esfuerzo y estrés, sin soporte.

Todas las otras condiciones chinas se pueden traducir de la misma forma. En la práctica, trabajamos básicamente con personas que sufren distintas formas de estrés crónico. En estos casos, solo un síndrome generalmente no describe el patrón de forma adecuada. No dejan de aparecer nuevos síndromes a medida que el proceso terapéutico se va desarrollando. Es entonces cuando es necesario reconocer las conexiones entre los síndromes y encontrar una estructura sencilla para las interacciones entre ellos.

VALOR Y CONFIANZA

Un ejemplo de este tipo de interacción en un grupo de síndromes, es ver al Riñón en relación con el ciclo Sheng de los Cinco Elementos. En el Nei Jing se considera al Riñón la raíz del Yin y Yang , la base de todas las otras funciones orgánicas. Esto implica que tanto el Riñón Yin como el Riñón Yang son esenciales para nuestra vida.

Entiendo al Riñón Yin como la confianza profunda en la existencia y al Riñón Yang como el valor de vivir y actuar. Confiar plenamente significa sentir que has llegado a casa y que no hace falta ir más lejos. Perder la confianza provoca agitación y ambición desmesurada. Esta "Deficiencia de Yin de Riñón" provoca a su vez "Deficiencia de Yin de Hígado" y "Calor en Hígado". Este vacío de Riñón Yin indica que la ambición y la voluntad no surgen de un sano impulso emprendedor, sino más bien del desasosiego interno y de la frustración. Debido a esta falta de reposo emocional pueden aparecer posteriormente "Deficiencia de Yin de Corazón" o"Fuego en Corazón".

En el diagrama clásico de los Cinco Elementos esta interconexión de síndromes queda reflejada en la parte izquierda del Ciclo Sheng; esta es la parte con soporte y nutrida por el Yin de Riñon. La parte derecha del ciclo está basada en el Riñón Yang, que es la raíz de Elemento Fuego y del valor de actuar. Si el coraje falla, la postura pierde gallardía, es menos erguida y la zona lumbar y el pecho se colapsan. Sin el soporte de un Yang de Riñón potente, es imposible descubrir o digerir el mundo que nos rodea: aparece la Deficiencia de Qi de Bazo.

Con este enfoque los síndromes están conectados con las leyes de los Cinco Elementos y la relación entre funciones internas y desequilibrios son más claras y simples. Muestra claramente como las funciones internas no se refieren solo a patologías sino también al desarrollo de la personalidad y de la imagen personal.

DESARROLLO DEL MOVIMIENTO

A lo largo de mi búsqueda de un nuevo vocabulario, mi comprensión del sistema de meridianos fue más real. Últimamente han habido varios autores y practicantes de Shiatsu y Acupuntura que han contribuido a la mejor comprensión del sistema de meridianos en la vida real. Bill Palmer relaciona los meridianos con nuestra infancia. En " The Development of Energy" escribe lo siguiente: "Podríamos decir que los meridianos son los senderos que utiliza la Mente para habitar el Cuerpo".

Una visión parecida es expresada por Mark Seem en "Acupunture Imaging": "Con el tiempo he llegado a concebir mi trabajo no como el tratamiento de dolencias y desequilibrios, sino más bien como un empuje que permita a mis clientes recobrar y recordar las funciones del cuerpo-mente con las que perdieron temporalmente contacto. Cuando hablo de "Acupuntura energética" me refiero a una práctica que intente, al trabajar una serie de puntos, hacerlos resonar con las sendas arcaicas del cuerpo-mente, permitiendo a la persona recordar los senderos energéticos que fueron olvidados".

Las contribuciones de Esteve Birch y Kiiko Matsumoto deben también señalarse aquí. La Acupuntura de Matsumoto no está influida por la MTC. Su visión del desarrollo de los meridianos y de la energía en el Hara son una bocanada de aire fresco. He de mencionar también a Stanley Keleman, pionero en la visión del funcionamiento de la energía humana desde un punto de vista psicológico. No tiene formación en Medicina China y es quizás por ello que sus ideas sobre la anatomía emocional son tan originales. En diversos libros muestra como las emociones y la personalidad dan forma al cuerpo. Sus representaciones de siluetas y formas emocionales demuestran una profunda comprensión del funcionamiento del ser humano.

Para terminar vuelvo al origen de este estudio, el trabajo de Masunaga. Su aportación pionera es única para los practicantes de Shiatsu. Es curioso que sólo después de mucha práctica, estudio y de dar mil vueltas , empiece a comprender plenamente su visión . Su trabajo comparte la visión de Mark Seem, Kiiko Matsumoto, Stanley Keleman y Bill Palmer.

No hay ningún diagnóstico escondido por descubrir. El diagnóstico es el ser humano que está frente a tí. Este enfoque implica una forma directa de trabajo en la que tratamiento y diagnóstico son de hecho lo mismo.

Peter de Dekker
Estudió Shiatsu Zen desde 1983. Fue profesor ocho años en "Iokai Academie" en Holanda. Estudió Acupuntura y Qi Gong en China . Actualmente es director de Institute Nei Guan, un centro de Shiatsu y Qi Gong .

Reflexiones sobre el Triple Calentador

El Triple Calentador es donde reside el misterioso Qi del espíritu viviente. La persona que acepta la vida como un regalo está entre el cielo y la tierra. Por lo tanto, también existe el principio de la vida y la existencia.

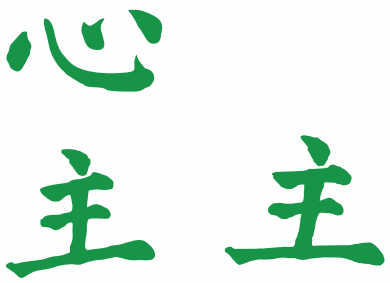
De Kaitai Hatsumou
("Aclaraciones Anatomicas")
por K. Mitsutane, 1813.

Esta es una de las muchas citas de los clásicos japoneses que se encuentran en la maravillosa "Hara Diagnosis: Reflections on the Sea" (Diagnóstico del Hara: Reflejos en el mar). El Triple Calentador es una función a la que los autores se refieren una y otra vez en su exploración de la rama de la ciencia en la que brilla la medicina tradicional de Asia Oriental- la ciencia del Qi / Ki. La ciencia del Ki examina cómo la forma (la materia, "cosa", el mundo de los fenómenos) viene a la existencia, la relación entre la forma y el Ki, cómo nacemos, vivimos y morimos - y por qué. Y todas estas funciones están relacionadas con el Triple Calentador.

Para seguir el hilo del tema tenemos que comenzar con el Corazón, continuar con el Protector del Corazón, antes de que podamos llegar al Triple Calentador y cómo nos ayuda a comprender nuestra humanidad.

Nuestra percepción occidental del corazón se canaliza principalmente a la esfera emocional. Las cualidades meditativas, de amplitud y reflexivas del Corazón tal como son entendidas en Oriente son menos comprensibles, pero podemos encontrar un terreno común en la metáfora de la luz. Soleado, refulgente, radiante, luminoso, todo son palabras que expresan la alegría interna del corazón y su apariencia exterior a través de imágenes de la luz, y si ampliamos este concepto tenemos palabras como brillante, iluminado y alumbrado. La naturaleza esencial del Corazón es la luz, el espacio, ser no sustancial (el ideograma de Corazón en chino es el único que no contiene el radical que significa " carne"). El Corazón, como el hogar del Shen, alberga nuestra propia chispa individual de la luz de la conciencia universal, el Shen Ming, el resplandor del espíritu.

Si nos fijamos ahora en el Protector del Corazón, vemos casi un duplicado del Corazón, en una forma más activa. El propio Corazón, una manifestación de "espacio" y "luz", reside dentro de nosotros, pero sin los atributos de "carne" no tiene el poder para actuar a través de nuestro cuerpo físico. El Protector del Corazón sí lo tiene: el ideograma para el Protector del Corazón, xin zhu, contiene los radicales de Corazón, xin, y otro radical, zhu, que significa " gobernador " o "señor" y está representado por un candelabro con vela que propaga la luz. Así que el Protector del Corazón actúa, gobierna, mediante la difusión de la luz del Shen través de nuestros cuerpos.



"ZHU" **"XIN ZHU"**

El Protector del Corazón tiene un vínculo con el cuerpo físico a través del bao, una palabra preciosa que significa "sobres íntimos" o "envolturas". El Pericardio en sí es una manifestación del bao, como la sedosa pero resistente funda membranosa que envuelve el Corazón. Protege, pero también debe tener la capacidad de difundir, distribuir, ya que el nombre del sistema del Protector del Corazón incorporado en los caracteres chinos nos dice que es el "Señor que propaga luz". El bao, los íntimos envoltorios gracias a los cuales el Corazón está protegido, son también el medio de enraizamiento y difusión de la luz del Shen en el cuerpo.

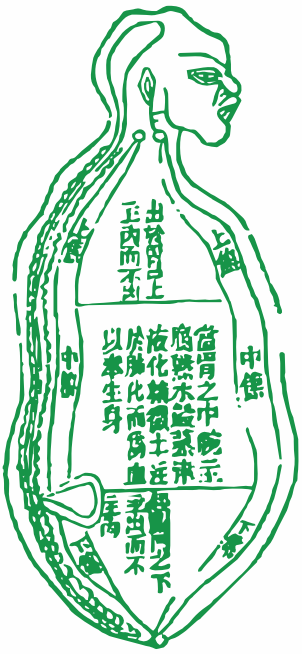
¿Cómo es que el Protector del Corazón puede difundir la luz del Shen que reside en el Corazón? ¿Cómo se manifiesta y gobierna la luz de nuestra conciencia en este cuerpo vivo, palpitante y sensible? ¿Cómo pueden los eventos en nuestro entorno cambiar nuestras percepciones? ¿Cómo puede un pensamiento o emoción alterar nuestra respiración, nuestras secreciones hormonales, nuestra tensión muscular y nuestra circulación? ¿Cuál es la profunda conexión entre nuestra conciencia y nuestro cuerpo?

La fisiología tradicional nos dice que esto ocurre a través de los reflejos en el sistema nervioso, pero se está haciendo cada vez más evidente en la fisiología moderna que el tejido conectivo que se extiende por todo el cuerpo juega un papel aún más fundamental e importante. Está demostrado que el tejido conectivo conduce señales eléctricas y magnéticas que se pueden transmitir entre cualquier parte del cuerpo a la velocidad de la luz. Y mientras esto sucede en el mundo de la ciencia, estudiosos de los clásicos chinos y japoneses están extrayendo referencias de los textos que demuestran que la Ciencia del Ki estaba allí antes que nosotros.

El Protector del Corazón y el Triple Calentador son las funciones con "un nombre, pero sin forma" ya que el tejido conectivo o fascia llega a todas las partes del cuerpo – envolviendo músculos, huesos, órganos y vasos sanguíneos, vinculándolos con láminas nacaradas de material semiconductor cristalino. La luz del Shen, mientras brilla en el denso material del cuerpo, necesita vías a lo largo de las cuales pueda viajar para llegar a todas partes, y la naturaleza de cristal líquido del tejido conectivo proporciona estas vías; la fascia profunda pertenece al Protector del Corazón, y la fascia más superficial se corresponde con el Triple Calentador. El tejido conectivo que se extiende por todo el cuerpo proporciona gran parte de la mecánica de la conexión y el intercambio de información entre nuestra conciencia y nuestro cuerpo - la " circulación del camino del Shen".

Es cierto que cuando equilibramos el Shen con la luz no abordamos el tema central de la pregunta "¿Qué es la conciencia?" Puede ser que nunca sepamos racionalmente la respuesta a esta pregunta. Sin embargo, la ciencia moderna ha establecido que el órgano del corazón es la fuente de un campo electro-magnético que penetra el cuerpo y se extiende a su alrededor. Hasta qué punto aún no ha sido medido, ya que no se han inventado instrumentos suficientemente sensibles. Y la luz es una radiación electromagnética. Por supuesto, esto no quiere abordar a nuestra propia experiencia de la luz, ni tampoco nuestra propia experiencia del Shen, pero lo cierto es que el tejido conectivo puede transmitir señales electromagnéticas a través del cuerpo – ¿Qué otras señales pueden quedar por descubrir?

Esta ilustración del Ling Shu muestra una vista interesante del Triple Calentador y la comprensión de su relación con el tejido conectivo.



LA CONEXIÓN CON TRIPLE CALENTADOR
la fascia superficial

Aquí vemos las divisiones entre Los Tres Espacios Quemadores representados esquemáticamente, como líneas rectas que describen las membranas abdominales, el diafragma y la musculatura horizontal de la garganta. Estas divisiones se entendían ya incluso en el nombramiento del Triple Calentador.

Una adición interesante es la inclusión de la fascia superficial, la capa de tejido conectivo que se extiende justo debajo de la piel, la "bolsa" que mantiene el interior de nosotros adentro y el exterior afuera.

"El Triple Calentador es una bolsa grande que apoya el organismo desde el exterior y que le mantiene en el interior" (Ting Chin 1736 comentario del Nan Jing).

Podemos estar familiarizados con el concepto de la piel como una "frontera" que nos separa del resto del universo, y saber que este es el dominio de la Fase del Metal. La conexión del Triple Calentador con la superficie de nuestro cuerpo a través de la fascia superficial es diferente. Transporta nuestra conciencia desde nuestro núcleo más profundo hasta la superficie para adaptar nuestra experiencia de nosotros mismos a nuestro entorno, tanto físicamente como al nivel de los sentimientos. La conciencia, el Shen, siempre participa cuando se trata de la Fase del Fuego, y mientras el Metal simplemente significa que hemos nacido como un individuo separado, el Triple Calentador implica una conciencia de esta separación y la posibilidad de llevar nuestra conciencia a nuestra superficie, a la interfaz entre el yo y el otro, el yo y el medio ambiente.

Otro elemento interesante en la ilustración es la conexión del Triple Calentador con el Ming Men al nivel de los Riñones. El Ming Men es la llama piloto de nuestro sistema, la puerta de entrada al Ki Original, al origen de toda nuestra energía Yang para la acción y la realización, y el Triple Calentador es tradicionalmente la avenida del Ki Original (el aspecto Yang de la Esencia), la entrega a todos los meridianos. El Triple Calentador incluso es identificado como el Ming Men por algunas autoridades. A veces Ming Men se traduce como La Puerta de la Vida, pero una traducción más completa es la Puerta del Destino. Nuestro destino está determinado en parte por cómo, dónde, a qué raza y de quién hemos nacido - y ésta es la conexión con nuestra Esencia. Nuestro destino depende también de nuestras propias acciones a lo largo de nuestras vidas, lo que hacemos con las circunstancias de nuestro nacimiento y linaje - y ésta es nuestra conexión con nuestra Ki Original, que se distribuye por el Triple Calentador, que también es el mensajero del Shen.

De esta manera el Triple Calentador conecta los Tres Tesoros, Shen, Ki y la Esencia. Estos tres tesoros son las tres Sustancias Vitales que tienen una existencia mayor que el individual - nuestros vehículos para conectar con el universo más amplio fuera de nuestra experiencia del cuerpo físico.

Hay muchas otras funciones del Triple Calentador, en un nivel más físico, más allá del alcance de este breve artículo para poder ser explicadas, pero todos implican necesariamente la conciencia. Esta es la fascinación del Triple Calentador, que en su estudio no podemos ignorar nuestra propia participación en nuestra propia salud y la de nuestro propio destino. Desde el Shen y la Esencia, el principal Yin y Yang a través de los cuales llegamos a ser, hasta el Ki que nos anima, el Triple Calentador está involucrado en el nivel más profundo con nuestra humanidad.

Carola Beresford-Cooke
Lleva desde 1978 estudiando, practicando y enseñando el Shiatsu. Es miembro fundador del Shiatsu College del Reino Unido y autora de Shiatsu Teoría y Práctica.

Traducido por Sharon Farley. Gracias a Ramón Ganuza por corregir el castellano de este artículo.

El Di Di Li Bri de la Flor Blanca y el Tong Ren en el Shi-Qi-Atsu

同人

Que mejor manera para empezar el día, en la ultima asamblea de la APSE, que con la magia ,la chispa, la especial energía que, nuestro querido maestro y compañero Rolando, nos intentó transmitir con este seminario y su poético nombre.

Empezamos poniéndonos de pie, para recibir este Di-vertido, Di-namico, Li-gero, Bri-llante Qi-Qong, eligiendo cada uno ser o Flor, o Tortuga o Pájaro.

La Flor de Loto – Nivel terrestre

La Flor de Loto, que representa el nivel terrestre, posee un movimiento sin desplazamiento, empieza creciendo desde abajo suave y lentamente, oscilando, va subiendo, se insinúa, ondula con el viento, se abre, se ofrece....

- Agachados y en postura de jinete nos levantamos despacio,
- Los antebrazos se tocan por el lado cubital,
- Las manos delante del corazón forman la flor en sentido de ofrenda universal, y
- Ya delante de la cara se gira y abre, tocando dedo por dedo
- Separando por encima de la cabeza y
- Abriendo los brazos en cruz, para luego
- Bajar e iniciar un nuevo movimiento.

Abrazar… lo que se encuentre a su alcance

La Tortuga devora el Sol- Nivel Humano. La tortuga, el nivel que nos representa al ser humano, se mueve lentamente, desplazándose un poco encorvada, engullendo el aire literal y metafóricamente, parece un poco glotona, todo lo quiere, esta ávida (de conocimiento quizá?) y me da la impresión que no se sacia y que esta un poco ensimismada en ella misma (o eso me pareció a mi, que volaba por allí)...

Ella sale del Rió Amarillo, el Huáng Hé 黄河, come melocotones de tres en tres, y a veces sacude la cabeza, avanza muy despacio,… para luego ir caminado directamente hacia la grulla y la flor y **Abrazar… y… abrazar, … lo que se encuentre en su camino.**

Nivel Celeste

Y por ultimo el pajarito, -el colibrí exactamente con el que yo me identifiqué- el nivel celeste, el mas móvil: disfrutando de su grácil movimiento, volando suavemente a poca altura , rodeando y posándose en las flores, ¿quizá intentando evitar a las tortugas? , aunque de repente: ZAS dejándose, gustosamente, abrazar por ellas. ABRAZO, unión, corazón con corazón, alegría, plenitud, vida...

Los pies se desplazan hacia la derecha e izquierda, formando entre talón y punta de pie un ángulo recto. Los brazos se extienden como las alas de las grullas, al dar un nuevo paso el tronco se encoge un poco y la "Boca de dragón" abraza el codo; toca el centro del pecho; canal del pulmón,…

Abrazar…lo que se encuentre en su camino

Y AHI, ahí estaba el quid de este Qi Qong, lo que Rolando tan sutilmente nos intentó transmitir a través de la acción, sin palabras, porque con ellas, a veces, nos liamos y bastante. El quid era ese, descubrir esa interacción con otras especies, era abrazarnos, nutrirnos de los otros niveles, compartir lo que somos, abrazar lo que nos completa y a quien completamos, ser uno y ser todos.

En fin un Qi Qong con el que tanto vibramos, nos abstraímos, o nos identificamos; disfrutando entre compañeros de este sencillo, quizá inconfesable placer mañanero ¿quien iba a imaginar este regalo? Ese precioso abrazo de un, hasta ese momento, desconocido corazón. A veces el cielo nos da, más de lo que esperamos.

Y ahora viene su aplicación a nuestro también, querido Shiatsu, a través del **Tong Ren** y sus tsubos o resonadores asociados y teniendo en cuenta el significado del hexagrama.

Las dos primeras líneas , siempre partiendo desde abajo, son necesarias para comprender el germen del cambio y marcan la cantidad relativa de yin o yang; en este caso la línea continua y encima la discontinua, representan el Koan del Otoño, es el Shaoyin, el Yin mínimo.

Estudiándolo en relación a sus dos trigramas, vemos que esta compuesto de la siguiente manera:

Arriba Qian Cielo; abajo Li Fuego; el Fuego, representa la inteligencia, es la luz que aleja las tinieblas, que quema lo viejo para dar paso a lo nuevo.

Y aparece la Comunidad TONG REN, la Comunidad llega hasta los campos: propicio. Será favorable cruzar el gran río, como será favorable mostrar la firmeza del noble; noble entendido como posición central y correcta rectitud, acción civilizadora, y por tener la capacidad de identificarse con los deseos de las gentes de todo el mundo.

Y después de esto ya solo nos queda ponernos manos a la obra, apliquemos todo al Shiatsu y hagámoslo , ¿ por que no? , extraordinario.

Distribuidos en grupos de tres, y mientras una persona se colocaba en posición boca abajo, posición terrestre, sus compañeros eligen los tsubos que mas le llamaban la atención o que mas les resonaban 8R-5MC ; 4B-40VB ; 5ID-36V; 21VB-15VB; 26VB.

Mencionar que los tres primeros, fueron los mas solicitados:

- **8R Jiao Xin Confianza mutua** calma el miedo la ansiedad.
- **5MC Jian Shi El intermediario; Intuición; Intención** (resonador Río-Metal).
- **4B Gong Sun Ofrenda Universal** (resonador de apertura del Chong Mai, resonador LUO).

¿Os habéis fijado que significan? ¿Existe o no la magia?

En el mismo grupo, cambia la persona receptora y ahora se coloca esta en posición lateral, que corresponde al nivel humano y sus compañeros aplicamos a la vez el Shiatsu con los resonadores que más sentimos que ahora le pueden ayudar mas. Y por fin en decúbito supino, me tumbo abierta al cielo ¿como va a ser menos? para recibir, en el nivel celeste, las cuatro manos de mis ya amigos, aplicando algo que va mas allá del Shiatsu, experiencia difícil de explicar donde las haya.

Porque ¿como se puede explicar en palabras algo como el sentimiento de paz ,de confort, de unión, de cariño, de protección, de calor, de confianza, de.... que sentimos al ser tocados con la intención de sanar?

¡GRACIAS Compañeras y compañeros! Gracias a Rolando Geider por su contribución con la descripción de la rutina.

Elvira
Eterna aprendiz y amante del Shiatsu
namaste.elvira@gmail.com

Lista de deseos para la Junta

Septiembre 2013

Durante la cena posterior a la elección de la nueva Junta Apse, entre risas y conversaciones , alguien tuvo la idea de escribir en una servilleta de papel , un deseo para la nueva Junta entrante. Y propuso esa misma persona que todas y todos los que estábamos alrededor de la mesa escribiéramos nuestro deseo para la Junta.

No es necesario decir de quién surgió la idea. El autor o autora ya lo sabe y no necesita que los demás lo sepan. Su Humildad le ha hecho inmune a este tipo de reconocimientos.

Con este número llega también la Primavera, momento de ,entre otras cosas, planificar y elaborar proyectos y llevar adelante nuestros sueños y deseos. La Junta de Apse se encarga de intentar llevar adelante los deseos profesionales de nuestro colectivo. Quizás, a través de esta lista, la Tierra de nuestr@s compañer@s en la Junta consiga nutrirse y alimente su ánimo para llevar a cabo su tarea.

- que " todos " tengan opción de hablar.
- que a los que hablen mucho les "recorten" la intervención.
- que participen lo que hablen, y los que estemos abajo les podamos ayudar y participemos en mejorarlo.
- Sinceridad y claridad.
- Formación de cooperativas
- Que tod@s se sientan apreciados y querid@s
- Que disfruten de lo que hacen y que lo hagan lo mejor que puedan.
- Que se quieran mucho.
- Pasarlo bien, con alegría y mucho amor
- Promover más Shiatsu, que es realmente bueno.
- Alegría y ánimo con sentido común.
- Buena energía y buena onda
- Mucho ánimo y sentido común. **Suerte!**

Compañeras y compañeros de la Junta, GRACIAS INFINITAS por dedicar parte de vuestro tiempo y vida a llevar adelante el proyecto común de las socias y socios de Apse.

Maite Piñol
maitepr47@gmail.com

No-regulación de Bruselas y salud publica

Notícia reciente

Enero 2014: La comisión europea da vía libre al fracking, al no exigir ninguna medida especifica para el uso de esta técnica (por ej. no será obligatorio un estudio sobre el impacto medio-ambiental para los pozos).

La fractura hidráulica es quizás el contacto con la tierra mas destructor |que nos han presentado desde las pruebas nucleares subterráneas.

Se revienta sistemáticamente el subsuelo a 3-5000 metros, inyecta enormes cantidades de agua con aditivos venenosas, el agua que sale (directamente o a lo largo del futuro) no tiene tratamiento y la atmósfera recibe mas del 3 % del metano que se produce.

Si el Shiatsu es el contacto con la tierra que somos, este tema resuena con nosotros directa y tristemente. En España actualmente nos han colado a lo quieto unos 100 permisos para pozos exploratorios.

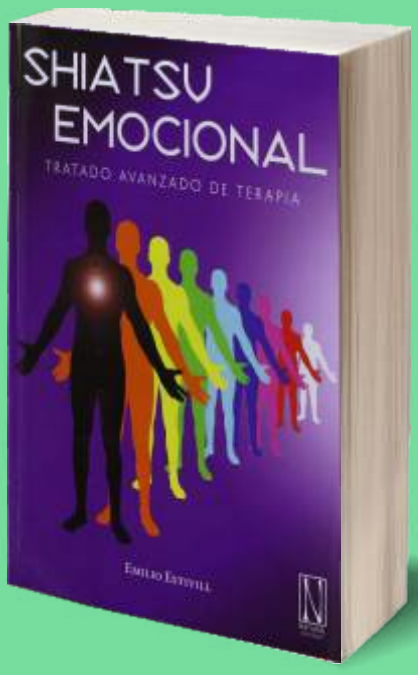
Más información: www.fracturahidraulicano.info

Dirk Reiner
Relaciones.externas@shiatsu-apse.org

Presentación del libro “Shiatsu emocional” de Emili Estivill

Shiatsu Emocional es un gran trabajo, escrito por mi buen amigo y uno de los mejores terapeutas con lo que contamos en España, Emilio Estivill, un terapeuta con más de 20 años de experiencia clínica y que conoce a fondo, el equilibrio psicofísico.

La lectura de Shiatsu Emocional te llevará a conocer una técnica avanzada de Shiatsu, que emplea la ayuda de la respiración consciente sobre los puntos dolorosos, generados por la somatización, para equilibrar el organismo y armonizar las emociones, a fni de conducir a la persona a un nivel emocional asumible.



En Shiatsu Emocional, Emilio nos aporta diversos esquemas y láminas (ilustrados y a color), para hacer que comprendamos mejor los diferentes estados emocionales de las personas, sepamos reconocerlos y ayudarle a llegar a aquel punto en su vida en que se produjo el bloqueo o la ruptura.

Nos habla de los órganos y su relación con la emociones, los sentimientos, y las pasiones, las cualidades de cada órgano y su influencia sobre el esquema general del ser humano y todo ello, entroncado con la representación de los 5 elementos, continuidad natural del yin y el yang.

En un tratado con 238 páginas, Emilio Estivill nos abre las puertas al conocimiento de la Medicina China Emocional, los diferentes tipos de Shiatsu según la visión del autor y la influencia del clima, la dieta , la herencia genética y la propia estructura de la persona en los bloqueo emocionales.

Cuenta con un apartado importante sobre los meridianos, cómo afectan y cómo se ven afectados por las emociones y enseguida nos introduce en lo puntos Ashi y las zonas reflejas de dolor. Más adelante nos explicara cómo trabajar con ellos en su capítulo Los Casos y Resultados Propios.

Emilio Estivill es un terapeuta de reconocido prestigio y ha empleado gran parte de su carrera profesional en la elaboración de este libro, todo especialista de Shiatsu que quiera conocer los secretos de las emociones y el Shiatsu debería tenerlo en su biblioteca.

Arturo Valenzuela Serrano
Director de Shiatsu Yasuragi

Convocatorias*

"Shiatsu - Energy Work&Body Work"

Comienzo Enero 2014
Ciclo Formativo en Módulos

Shiatsu Levante
C/Marinero Juan de Vizcaína, 3 bajo
30007 La Flota, Murcia - Tel. 606 547070
shiatsu.levante@gmail.com
www.shiatsu-levante.eu - www.terapeuticum.es

Postgrado en "Shiatsu Luminoso"

Comienzo 2014
con Rita Griesche

Shiatsu Levante
C/Marinero Juan de Vizcaína, 3 bajo
30007 La Flota, Murcia - Tel. 606 547070
shiatsu.levante@gmail.com
www.shiatsu-levante.eu - www.terapeuticum.es

Shiatsu para Bebés

Del 25 al 27 de abril 2014
con Karin Kalbantnerwernicke y Thomas Wernicke
Especialistas en el Shiatsu para bebés

Precio: 300,00 € y 250,00 € para socios APSE
Plazas limitadas
Opcional: 120,00 € para alojamiento y media pensión en habitaciones dobles compartidos en villas del Mosa Trayectum Resort, con piscina y jardín, con desayuno en casa y comidas mediodía en restaurante vegetariano en Murcia.
Para asegurarte una plaza necesitamos una reserva de 100 € en la cuenta de Sabadell 0081 1124 39 0006110622

Shiatsu Levante
C/Marinero Juan de Vizcaína, 3 bajo
30007 La Flota, Murcia - Tel. 606 547070
shiatsu.levante@gmail.com
www.shiatsu-levante.eu - www.terapeuticum.es

Curso Residencial en Ojen

Del 16 al 20 de abril 2014
Con Brian Carling

Una introducción muy práctica al Shiatsu para aquellos con experiencia previa del shiatsu es una oportunidad de mejorar y complementar su experiencia previa en un ambiente acogedor.

Lugar: Las clases tienen lugar en Ojen un típico pueblo blanco Andaluz en las montañas 8km detrás de Marbella en la Costa del Sol.

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

Curso Especial de verano en O Sel Ling

Del 25 al 29 de junio 2014
Brian Carling y Tim Mulvagh

Como cada año este curso esta abierto solo a gente con experiencia de Shiatsu. Es una oportunidad de mejorar tu conocimiento de Shiatsu y de la sabiduría oriental con unos profesores de gran experiencia.

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

Curso Posgrado de Shiatsu

10 y 11 de mayo de 2014
Con Rolando Geider

El DAO vital entre hombres y mujeres

Horario: Viernes a partir de las 21h llegadas
Sábado de 10 a 20h y domingo de 10 a 15h
Lugar: La casa de la colina-yang
Estación de Cártama, Málaga
Precio: 135,00 €

Es un Curso organizado con posibilidad de alojamiento. Traer saco de dormir, ropa cómoda y –como sugerencia- comida para compartir entre todos durante el Sábado.
Plazas limitadas preferentemente para terapeutas y alumnos que han acabado la formación. No obstante está abierto para personas con cierta experiencia en el "Arte de tocar con QI".

Rolando Geider
Tel. 954 829 286 / 637 000 914
colina-yang@geider.net

* podéis encontrar información más detallada en nuestra página web **www.shiatsu-apse.es**

Seiki y Shiatsu

29 y 30 de marzo 2014
con Paul Lundberg

Descubriendo una relación esencial al corazón de la tradición japonesa de la sanación, el camino personal y la liberación espiritual.

Exploraremos la resonancia y el movimiento espontáneo a través de prácticas sencillas que nos guían en el arte del tacto.

Escuela Shiatsu i Moviment
C. Balmes 292, bajos - 08006 Barcelona
Tel. 93 200 59 87 - www.shiatsu-movimiento.com

Taller de Kiyindo Shiatsu

3 y 4 de mayo 2014
con Pierre Clavreux

Después de años en Japón, Pierre Clavreux estudió las relaciones energéticas del cuerpo y definió su forma de trabajar, profunda, respetuosa y al mismo tiempo clara, concreta y sobre todo, eficiente.

Más info: www.kiyindo-shiatsu.com

Escuela Shiatsu i Moviment
C. Balmes 292, bajos - 08006 Barcelona
Tel. 93 200 59 87 - www.shiatsu-movimiento.com

Curso de Postgrado en Shiatsu Movimiento

Del 31 de enero al 2 de febrero de 2014
Del 20 al 22 de junio de 2014
Del 5 al 7 de diciembre de 2014
Con Bill Palmer, Teresa Hodland y David Ventura

El curso estará impartido por Bill Palmer, creador del Shiatsu Movimiento y Teresa Hodland, que enseña el curso de Postgrado en Reino Unido, y por David Ventura, fundador de la Escuela de Shiatsu i Moviment en Barcelona.

Escuela Shiatsu i Moviment
C. Balmes 292, bajos - 08006 Barcelona
Tel. 93 200 59 87 - www.shiatsu-movimiento.com

Seminario el cancer y el Shiatsu

Del 23 al 25 mayo del 2014
con Mercedes Nuñez

Como ayudar y apoyar a nuestros clientes durante la trayectoria de esta enfermedad.

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
amigodelshiatsu@gmail.com

Seminario de Shiatsu Energético y Geometría Sagrada

7 y 8 de junio de 2014
Con Imma Bonet y Akiva Boker

Con Imma Bonet aprenderemos como utilizar las formas de geometría sagrada mas afines al Shiatsu, poder aplicarlas independientemente del tipo de Shiatsu que practiques. Con Akiva Boker, especialista en numerología y Cabalista de California, conoceremosa como podemos aplicar los planetas y el valor energético de los números de una manera terapéutica.

Lugar: Escuela Zenit Shiatsu
Precio: 190,00 €
Precio alumnos: 100,00 €

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

Curso de Qigong para terapeutas de Shiatsu

5 y 6 de abril de 2014
con Imma Bonet y Vicente San Juan

Imma impartirá la primera parte del seminario (viernes 4 de Abril de 2014), que versará sobre Chakras.
Vicente impartirá el resto del seminario, con el Qigong de las manos para terapeutas.

Precio: 150,00 €

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

Escuelas de Shiatsu en España reconocidas por APSE

Escuela Amigos del Shiatsu
amigosdelshiatsu@gmail.com
www.shiatsuescuela.com

Escola de Shiatsu i Moviment
info@shiatsu-movimiento.com
www.shiatsu-movimiento.com

Escuela Europea de Shiatsu
shiatsu@terra.com
www.shiatsu.net

Escuela Internacional de Shiatsu
info@shiatsu-es.com
www.shiatsu-e.com

Escuela Shiatsu Levante
shiatsu.levante@gmail.com
www.shiatsu-levante.eu / www.terapeuticum.es

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

Escuela Vivencial de Shiatsu
escuela@shiatsuvivencial.com
www.shiatsuvivencial.com

Escuela de Shiatsu Zen de Asturias
tinopilatesaviles@gmail.com

Centros simpatizantes

Centro de Shiatsu Xin Bao
shiatsuxinbao@yaoo.es
www.shiatsuxinbao.com

Asociación Navarra de Shiatsu
shiatsunavarra@gmail.com

*Datos actualizados a octubre de 2010

nuestras escue-las

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

Asociación Navarra de Shiatsu

Tel. 948 300 703
shiatsunavarra@gmail.com

XIN BAO centro de shiatsu

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

TALAMO

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

Escuela Clínica
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 | amigosdelshiatsu@gmail.com

ZENIT SHIATSU

Tu Escuela de Shiatsu Zen en Barcelona
Centro de Formación y Terapias
reconocido por APSE y FES

- Formación de Shiatsu Zen en ciclos, I y II
- Primer Grado de Post Graduado de Shiatsu Energético con la colaboración del Shiatsu College UK
- Seminarios y Formación continuada: Profesores invitados nacionales e interncionales. PNL, Autoconocimiento, Alimentación energética, Técnicas de MTC.
- **NOVEDAD: PREPARACIÓN AL PARTO**

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

腹道 HARA DO ESCUELA DE SHIATSU

ESCUELA DE SHIATSU HARA DO

Valencia - Denia

Formación de profesionales de shiatsu

Cursos de postgrado para terapeutas.

C. La Palma, 5 Entresuelo | 46003 Valencia
Tel. 619 91 47 68 | shiatsu@escuelaharado.com
www.escuelaharado.com

Escuela Europea de Shiatsu

Administración en España

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

SHIATSU LEVANTE

Escuela de Shiatsu de Murcia

TERAPEUTICUM
THERAPY CENTER

Centro de Formación para el Bienestar de la Familia

"Shiatsu - Energy Work&Body Work"
Ciclo Formativo en Módulos

NUEVO! Postgrado en "Shiatsu Luminoso"
con Rita Griesche

C/Marinero Juan de Vizcaína, 3 | 30007 La Flota, Murcia
Tel. 606 547070 | shiatsu.levante@gmail.com
www.terapeuticum.es

nuestras escue-las

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)

指圧

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

Escola de Shiatsu Zen de Asturias

Formación de profesionales de Shiatsu

C. La Cámara 51, 1ºD | Avilés, Asturias
Tel. 662 07 33 53
tinopilatesaviles@gmail.com

Dhimahi
Escola de Shiatsu de Girona

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

Escola de Shiatsu i Moviment

Escola de Shiatsu y Moviment

C. Balmes, 292 bajos | 08006 Barcelona
Tel. 93 200 59 87 | info@shiatsu-movimiento.com
www.shiatsu-movimiento.com

Escuela Vivencial de Shiatsu

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**

publicidad

あ Futon Dream

Futones de Shiatsu recomendados por APSE

Futon de Shiatsu

Futon recomendado para uso profesional:
Futon Clásico: 7 cm de algodon
Futon de Latex: algodon 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: Algodon 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

apse

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 POSTAL .....POBLACIÓN ..... 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 automátizado a los únicos fines de ofrecerle 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 secretaria.apse@shiatsu-apse.org. Número de inscripción en el registro general de protección de datos 2092650398

FIRMA

FOTOGRAFÍA

Shiatsu

No pido estar libre del temor,
sino tener el valor de enfrentarlo.
No pido el fin de mi sufrimiento,
sino corazón suficiente para
dominarlo.

Que mis ojos no busquen aliados
en el campo de batalla de la vida,
sino que pueda yo buscar mis
propias fuerzas.

Que no tenga que implorar,
temblando, mi redención, sino que
pueda, con paciencia, conseguir
mi libertad.

Bendición para todos.
Nada se pierde tan a menudo
Como la oportunidad diaria.

Marie von Ebner-Eschenbach

Shiatsu

publicación

Shiatsu Mazagine Trimestral
Depósito Legal: SE-3.320-2000

Edita
Asociación de Profesionales de Shiatsu en España

Dirección
Junta Directiva

Número 53
Primavera 2014

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

Junta Directiva
Apartado de correos 7173
28012 Madrid

Secretaría Técnica
676 77 46 48
secretaria.tecnica@shiatsu-apse.org