

Boletín Trimestral
de la Asociación de Profesionales
de Shiatsu de España

SHIATSU

P U B L I C A C I Ó N

Taller: Shiatsu & Meta Habilidades

Física Emocional
Jose Antonio Espeso

Shiatsu: Un mensaje muy especial para perros
Concepción García y Botey



NUMERO 67
INVIERNO 2018

ÍNDICE

INVIERNO 2018

SHIATSU MAGAZINE TRIMESTRAL
Depósito Legal: SE-3.320-2000

NÚMERO 67
INVIERNO 2018

EDICIÓN
 Asociación de Profesionales
de Shiatsu en España

DIRECCIÓN
Junta Directiva APSE

DISEÑO Y MAQUETACIÓN
ivandelafuente.com

Envío de información y colaboraciones:
publicacion.apse@gmail.com

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
620136427
secretaria.apse@shiatsu-apse.org

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.

Editorial
Carmen Porras

4

Taller: Shiatsu & Meta Habilidades

5

Física Emocional
Jose Antonio Espeso

10

APSE Informa

12

Shiatsu: Un Mensaje Muy Especial Para Perros
Concepción García y Botey

14

Actividades
Participa y fórmate

23

Nuestras escuelas
Formación de profesionales del Shiatsu

24

EDITORIAL

Esta Asociación, nuestra A.P.S.E., nos hace unir fuerzas en la misma dirección: una formación de calidad, reconocimiento de nuestra profesión, divulgación y reflexión sobre el lugar del Shiatsu en la sociedad. Queremos que cada vez más gente disfrute de sus beneficios con buenos profesionales.

Paralelamente a estos objetivos o abrazándolos, hay algo que se palpa en cada encuentro y que desde la última Asamblea ha cogido más fuerza: formar parte de un gremio, compartir una visión, intercambiar y contrastar entre profesionales, estudiar casos, todo esto impulsa y enriquece nuestro trabajo, invita a seguir investigando y a crecer en la profesión. Juntos, también evaluamos el valor que tiene nuestro trabajo y evidenciamos que es una palabra que tiene que sonar más: SHIATSU. Porque todos necesitamos ponernos en contacto con la vida.

Shiatsu es contacto y os invito a estarlo con los profesionales de vuestro entorno.

A través de la vocalía de Relaciones Externas podréis localizar al grupo más cercano de vuestra ciudad o ser anfitrión/a de un encuentro.

relaciones.externas@shiatsu-apse.org

Carmen Porras
Presidenta de APSE

TALLER: SHIATSU & META HABILIDADES



Con motivo de la celebración del próximo taller de Shiatsu & Meta-Habilidades, que impartirá GILL HALL, directora de la Escuela de Shiatsu AMEBA, en Sevilla, vamos a realizar una entrevista con el fin de que nos amplíe un poco más los detalles del mismo.

¿QUÉ SON LAS META-HABILIDADES ?

GILL HALL: El significado literal sería algo como “más allá que la habilidad”. Es un concepto que conozco por el trabajo de procesos, que es un trabajo de psicología, liderado por Arnold Mindell y su pareja Amy Mindell. Las metahabilidades es más bien un trabajo de Amy. El concepto en el contexto de Trabajo de Procesos es de aumentar la consciencia de las habilidades que pueden ser muy importantes en facilitar a un grupo, y cuando tengas más consciencia de ellas, cuándo y cómo usarlas para mayor beneficio de todas. Sería la misma filosofía en el contexto del Shiatsu. Pongo un ejemplo muy obvio. Todas las personas que hacen Shiatsu tienen desarrollada la empatía. En la formación básica profundizamos en el significado de la empatía, tenemos normalmente experiencias nuevas con relación a los límites que experimentamos entre nosotras y las demás personas. Y si ponemos atención y consciencia en nuestra habilidad personal de la empatía salimos de un espacio de realidad consensuado (tratándose más de los hechos, por ejemplo, yo, como shiatsushi, te escucho, te veo, reconozco tus experiencias como

algo muy personal, te respeto y te quiero apoyar en tu búsqueda personal), y pasamos a un espacio de una realidad que entiende más allá de los hechos y nos permite ver el lenguaje corporal en contraste al lenguaje verbal y así percibir dobles señales; tener claro los roles cambiantes que ocupamos nosotras y nuestros clientes en el transcurso de la relación terapéutica que vayamos desarrollando. Por lo tanto aumenta la calidad del tratamiento a largo plazo. Es más difícil quedarse en la zona de confort de la cliente y a su vez, con la habilidad de la empatía aumentada, aportamos una seguridad en el apoyo a la cliente para que tome pasos fuera de esta zona de confort y descubra cada vez más su potencial.

La empatía es un ejemplo. Hay muchas más habilidades que resaltamos en el Shiatsu y preguntando a un grupo de profesionales de Shiatsu seguro que descubriríamos más de lo que nos hubiera imaginado. Ejemplos como la escucha e incluso la percepción a través de todos los sentidos, la conexión con la sabiduría del campo, la consciencia de las demás inteligencias (más allá de la racional) y la guía raspan la superficie de habilidades útiles en el Shiatsu.

¿POR QUÉ ES TAN INTERESANTE INCORPORAR DICHAS META-HABILIDADES A NUESTRAS SESIONES DE SHIATSU O DE OTRAS TERAPIA ?

GILL HALL: No propongo incorporar metahabilidades. Creo que queda más claro en mi respuesta a la primera

pregunta. Tenemos ya las habilidades. Cuando refiero a metahabilidades es desarrollar dichas habilidades en el contexto terapéutico. Así que refraseando tu pregunta a ¿por qué ir más allá en el desarrollo de las habilidades en el Shiatsu? Y respondería así.

Desarrollar metahabilidades es algo que ocurre con cierta naturalidad en nuestra práctica. Mi propuesta es acelerar este proceso, ponerle más consciencia a ello y creo que lo más importante, tener más claridad en conceptos abstractos como las habilidades que ya he mencionado, tipo “escucha”, “empatía”, o “comunicación” y que salga la teoría más desde dentro, o por lo menos, en una relación de compañero/as de co-aprendizaje, que de los libros, internet o de los maestros. Llevo 15 años en la formación de Shiatsu y 30 como formadora en más contextos, y me frustra ver a las personas desempoderadas en su búsqueda de hacer lo correcto, o lo que se debe, en su aprendizaje de una profesión nueva. Y creo que un factor de este desempoderamiento, muchas veces, es no darse cuenta de lo que ya lleva adquirido cada una de nosotras en su trayectoria vital hasta el momento. Además, creo que en el Shiatsu seguimos dando mucha importancia a la inteligencia racional y el conocimiento teórico, cuando para mí el Shiatsu es mucho más holístico, en todos los sentidos.

¿ Y QUÉ BENEFICIOS TIENE SOBRE NOSOTROS, COMO TERAPEUTAS ?

GILL HALL: Antes he hablado de la seguridad y de la claridad. Son aspectos tan importantes en Shiatsu.

No tenemos más que nuestras manos y nuestras percepciones. Cuanta más claridad adquirimos en este contexto más seguridad ganamos. Podría ofrecer algunos ejemplos de mi propia experiencia.

Soy buena comunicadora, creo. Tengo estudios universitarios en lingüística y en idiomas. Conozco bien las teorías sobre lo hablado y lo recibido (entendido) desde bien joven. Sin embargo, empecé a aprender a escuchar exactamente hace 10 años. Comencé a estudiar trabajo de procesos, comunicación no violenta y lenguaje limpio entre otras cosas, y aplicar estas técnicas en mi consulta y en mis clases. Gracias a ellos, tenía enseguida más diálogo con mis clientes y las personas que asistían a mis clases. Vi empoderarse muchísimo a estas personas. Vi evolución muy clara en los tratamientos y en el progreso de estas personas, estudiantes de Shiatsu. Para mí significaba menos responsabilidad sobre resultados, poder reducir el ego y soltar el constructo de mi yo, comprender más las causas de las distorsiones que tenemos los seres, sentirme más segura y expandirme más, entrar en contacto con la metahabilidad de la Empatía (mejores relaciones terapéuticas con las personas). Y tener los límites más claros. La metahabilidad de la Sabiduría te puede permitir realmente ver las personas como únicas. La metahabilidad de Fluir ofrece flexibilidad dentro de la estructura.

*EN ALGUNA OCASIÓN,
HABLAS DE CO-APRENDIZAJE.
¿ A QUÉ TE REFIERES
CUÁNDO UTILIZAS DICHO
TÉRMINO ?*

GILL HALL: Co-aprendizaje, estudiar por pares, comunidad de aprendizaje, son términos que entienden la autonomía del estudiante o de la estudiante. Soy Escocesa, y teníamos un sistema de estudio, incluso en el colegio de pequeña, que no daba protagonismo al profesorado. Esto me marcó mucho. Como comentaba antes, llevo toda mi vida profesional dando clase. Mi formación fue en educación participativa, que entiende de la sabiduría grupal. Para resumir muchísimo y sin ganas de simplificar, cuando un grupo de personas estudian un tema no todas están motivadas por lo mismo. En un grupo de iniciación al Shiatsu, habrá alguien que mire videos en youtube, otra leerá el libro de Paul Lundberg, otra el de Chris Jarmey y siempre hay alguien que empiece por el libro de Carola Beresford-Cooke. Hay alguien que hará algún monográfico de Tantra mientras que haya profesores de Tai Chi o personas que han practicado Judo de pequeñas. En mi grupo, yo era la persona que llevaba años metida en cosas de energías, y a la vez, empecé a escribir Haikus con 17 años. Todo esto es conocimiento que, tal vez, no es del todo pertinente al Shiatsu; sin embargo, puede influir sobre como entiendes incluso la primera clase. Y tu enfoque en lo que estás aprendiendo, puede ser mucho más asequible a una compañera,

que el enfoque de la profesora. Tiene que ver también con la resonancia.

Se puede crear comunidades de aprendizaje, o simplemente tener compañeros o compañeras de referencia, en el momento de querer explorar alguna técnica o mejorar algún aspecto de nuestra práctica. Y ahora con los medios tecnológicos que tenemos es aún más fácil buscar apoyo en los estudios en la red del gremio. Voy a hablar de nuevo de empoderamiento con el riesgo de sonar repetitiva, pero creo que una de las cosas más maravillosas que hace el Shiatsu es empoderar a la persona, hacerle más responsable de su propia armonía y por lo tanto su salud. Y sin embargo damos mucha importancia al maestro o a la maestra como dicta la cultura japonesa. Tuve la suerte de seguir de cerca a mi sensei japonés. Opino que se interpreta de manera equivocada el concepto de maestro. Lo que me hizo resonar tanto con Kishi Sensei, fue la libertad que ofreció. El enseñó el camino que le llevo a él a su increíble dominio de la técnica de Shiatsu, y nos acompañaba a nosotros a reconocer cuál es nuestro camino propio. Y a base de grupos de práctica, quedadas y encuentros, compartires y celebración de nuestra práctica, pudimos profundizar más, y en su ausencia, seguimos aprendiendo sobre lo que iniciamos con él.

Es un tema sobre el que podría escribir largo y tendido, pero para ser breve lo único que añadiría es la importancia de saber dar un buen feedback. Quiero decir que cuando quieres aprender con un compañero

o con una compañera, es importante la igualdad, la falta de prejuicios tanto de la que proporciona o recibe el feedback, y la buena comunicación. Decir simplemente que cuando alguien te pida tu opinión sobre tu Shiatsu, decir "bien" es una aprobación, y por lo tanto un juicio tanto como decir "mal". La creatividad y el análisis son claves en el feedback. En mis talleres, si vemos que existe interés en el coaprendizaje, tanto durante cómo después del mismo, suelo dedicar un tiempo de asesoramiento sobre el feedback.

*SIEMPRE NOS HAN DEFINIDO
AL SHIATSU COMO "PRESIÓN
CON LOS PULGARES". ¿ CREES
QUE ESA DEFINICIÓN HA
QUEDADO ARCAICA, Y QUE EL
SHIATSU HA EVOLUCIONADO
Y SIGUE EVOLUCIONANDO
?¿CÓMO CREES QUE SEGUIRÁ
EVOLUCIONANDO ?*

GILL HALL: Nunca he entendido el Shiatsu cómo presión del pulgar. He recibido Shiatsu siempre durante mis estudios básicos y sigo recibiendo. También tenía nociones sobre la expresión, tanto escrita como hablada, de los idiomas orientales. Por mi interés en lo oriental, sea cine o poesía. Entonces sabía desde siempre que lo escrito puede tener varias interpretaciones, y lo hablado, según el fonema, cambia fácilmente de matiz. Cuando conocí a Paul, me explicó que Shiatsu era originalmente Shiatsu Ryo Ho, (técnica de sanación por Shiatsu), y cuando quitas el sufijo se queda más

libre el concepto de Shiatsu. Luego Kishi me explicó que Shiatsu podría significar "transmisión entre almas a través del contacto". Me cuadraba más. Y hablando con él unos años después de acompañarle en la comisión económica japonesa en sus viajes como el Shiatsu Shi oficial, me explicó el rango de importancia que tenía el Shiatsu en la cultura más tradicional de la elite japonesa. Creo que el concepto no evoluciona. Creo que nuestra capacidad de comprenderlo evoluciona aunque haya mucha resistencia. Y creo que en algunos estilos involuciona. Pues como la ameba, su forma no tiene límite, pero su esencia es sencilla y pura.

Veo que lo que hacemos con la técnica Shiatsu Ryo Ho, evoluciona a la vez que la consciencia humana evoluciona. Aprendemos técnicas de Mindfulness, comunicación y marketing para llegar a las personas con más facilidad y de manera más limpia. Y exploramos cada vez más la expansión energética en nuestra técnica, quizá porque no nacimos en el Japón del siglo XIX.

Tengo opiniones diversas de cómo seguirá evolucionando; algunas tienen que ver con lo económico, otras con la resiliencia, otras con la política, y sin embargo, creo que la evolución más importante y más fuerte que hará es la conexión con la energía femenina. La conexión con la fuerza que hay en la vulnerabilidad.

Gracias Gill por toda la información aportada, y esperamos a la realización de tu próximo taller para vivenciar y desarrollar dichas metahabilidades en nuestra prácticaterapéutica, contribuyendo así, a esa nueva evolución de nosotros mismos y del Shiatsu Ryo Ho.

FÍSICA EMOCIONAL

Por José Antonio Espeso

CONCEPTOS DE FÍSICA EMOCIONAL

Los chinos y los sufíes dicen poéticamente que el hombre es un canal entre el cielo y la tierra. Bajo este prisma es mi intención analizar los elementos físicos que habría detrás de este concepto encontrando el paralelismo que hay entre el cuerpo humano y las líneas de transmisión de datos que usamos para comunicarnos con los demás.

ELEMENTOS DE UNA LÍNEA DE TRANSMISIÓN

Hay 3 elementos: la resistiva, la capacitiva y la inductiva. La combinación en serie y en paralelo de todas ellas dan una resultante que se llama impedancia. Dicha impedancia atenúa las señales, adelanta o retrasa la fase de la corriente eléctrica respecto al voltaje, o la del campo magnético respecto al eléctrico en las ondas de radio.

Esto provoca que determinadas frecuencias de señal que las atraviesan se atenúen o distorsionen, además se les suma el ruido ambiente. Por eso se usan amplificadores y filtros para recomponer la señal y extraer el mensaje.

EL CUERPO HUMANO

En una célula humana también habría estos componentes. Las paredes celulares actúan de condensador donde se almacenan cargas eléctricas o iones de cualquier tipo (capacitiva). Las moléculas de ADN tienen una forma de espiral o bobina (componente inductiva). El resto de elementos de la célula tiene componentes resistivos.

De manera análoga, a como se hace con las líneas de transmisión, se pueden agregar todos estos elementos junto con los líquidos extracelulares y escalar a nivel de tejidos o de todo el cuerpo. Dependiendo donde tomes la medida entre la entrada y la salida del cuerpo, ésta

tendrá una impedancia determinada.

El cómo es la estructura de la impedancia en cada parte del cuerpo determina cómo filtramos el espectro energético y en consecuencia si detectamos o no la información que hay flotando alrededor nuestro. La forma y amplitud de las señales influyen en que se produzca o no movimiento interno, que no las detectemos o que nos dañen.

INFLUENCIAS ELECTROMAGNÉTICAS EN EL CUERPO

Las leyes de Maxwell nos dicen que el campo eléctrico en la superficie de un metal es cero por definición, si colocas una aguja metálica de acupuntura en su trayecto creas una anomalía, como cuando pones una piedra en mitad de un río, el flujo energético se desvía.

Otra forma de influir en la distribución de cargas o campos eléctricos es aplicando presión en un tejido (piezoelectricidad).

La química es una forma de electricidad molecular, inundando de alguna sustancia que pase de uno a otro lado de las paredes celulares modifica la impedancia.

La presencia de corrientes eléctricas puede influir en las reacciones químicas como ocurre en la electrólisis.

Las corrientes eléctricas generadas a través de nuestros nervios producen campos electromagnéticos alrededor de ellos.

La componente inductiva permite que se acople un campo magnético como sucede en un transformador o un motor eléctrico.

EL ACOPLAMIENTO CUERPO-ENERGÍAS

Todas estas influencias pueden permitir que haya un acoplamiento entre la energía y nuestra fisiología, con un efecto bidireccional, del exterior hacia el interior y viceversa.

Las posibles fuentes de energía exteriores serían nuestra alma, las personas que nos rodean y el resto de elementos de la naturaleza. Todas estas influencias se suman simultáneamente y puede provocar que sea difícil discriminar el mensaje o influencia de cada elemento.

En medicina china la influencia de la naturaleza (las estaciones, la hora del día, el clima, los alimentos, etc.) se contempla en el modelo de los 5 reinos mutantes (que cambian) y su reflejo en el cuerpo humano, sus órganos y el flujo de ki (energía) en sus meridianos asociados.

A través del estado del tono muscular superficial podemos ver indirectamente como fluye el ki. Dicho flujo depende de cómo sea la impedancia de la zona que atraviesa, y así llegará más o menos atenuada a determinadas zonas del cuerpo, si esta señal es muy débil, y no supera cierto umbral, nuestro sistema nervioso no lo detectará, pero nuestras células sí puede que lo hagan. Por ejemplo, cuando estamos sometidos a una sobreexposición de rayos UVA, éstas lo detectan e intentan protegerse inflamándose, generando un movimiento interno. Cuando hay demasiada inflamación el sistema nervioso se hace sensible de que nos estamos quemando y empieza una segunda etapa de reacción.

La inflamación celular sería la fase inicial de la gestación de una emoción.

EMOCIONES

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso o recuerdo importante. Alteran la atención. Fisiológicamente, las emociones organizan rápidamente las respuestas de distintos sistemas biológicos, incluidas las expresiones faciales, los

músculos, la voz, la actividad del SNA y la del sistema endocrino, pudiendo tener como fin el establecer un medio interno óptimo para el comportamiento más efectivo.

La componente muscular (corporal y vocal) interfiere en el flujo energético a través del mecanismo de la piezoelectricidad, modificando dinámicamente la componente capacitiva liberando total o parcialmente dicha carga, o posponiendo indefinidamente la resolución de dicho ciclo emocional que se manifiesta con una tensión permanente (contractura) que si dura mucho en el tiempo nos desvitaliza y que se puede transformar en todo lo opuesto (vacío o falta de tono).

¿QUÉ HACER?

Una de las formas de actuación sería seleccionar actividades que tengan un número de variables reducido, empezando por desconectar a voluntad parte de nuestro sistema nervioso y relajarlo.

El masaje shiatsu (presión con el dedo) y determinadas meditaciones activas nos ayudarán a escenificar diferentes aspectos y así crear las condiciones adecuadas para respetar los ritmos fisiológicos, mentales y emocionales. De esta manera sentiremos de manera más clara lo que nos guía por dentro y lo que nos influye externamente, y sabremos actuar de la manera más coherente.

Aparece una nueva forma de inteligencia basada en ser más completo en vez de especializarte en el uso de una fuente de información, uniendo la mente y el corazón y desarrollando nuestra conciencia.

En esta labor de selección y discriminación te puedo orientar.

José Antonio Espeso

Ingeniero de telecomunicación

Director de la escuela de shiatsu "Masunaga"

INFORMA APSE

ENCUENTROS REGIONALES DE DIÁLOGO E INTERCAMBIO:

Ya han tenido lugar tres encuentros: en zona norte Shiatsuzaleen Eskola-Escuela Amigos del Shiatsu y Escuela Europea de Shiatsu Donosti, en la zona centro en la Escuela Amigos del Shiatsu de Madrid y en la zona sur en La Casa del Buzo en Algodonales, Cádiz. En abril tendrá lugar uno en Granada

“Siempre somos estudiantes de shiatsu, y en estos encuentros, todos aprendemos de todos, con mucha ilusión y creatividad, cooperando, dialogando y practicando el buen arte del contacto”. Antonio, si te interesa formar parte de estos encuentros ponte en contacto con Pedro Fernández, Relaciones Externas: relaciones.externas@shiatsu-apse.org. Más información [1].

También puedes estar en contacto con otros profesionales a través del GRUPO DE WSP SENTIRVIVIRSHIATSU [2].

REUNIÓN FEDERACIÓN EUROPEA DE SHIATSU(FES) EN MÁLAGA:

Del 23-25 febrero 2018 representantes de los nueve países

Europeos, miembros de la FES, se han dado cita en Málaga, por medio de la coordinación de nuestra representante, Simone Struck, para dialogar y mejorar los intereses de todos practicantes de Shiatsu, a nivel europeo. estuvieron presentes también Marian Ortega (tesorera de APSE) y Brain Carling director de la Escuela Europea de Shiatsu.

El grupo político de APSE estuvo presente a la reunión de la FES, en la que se trató el trabajo político que se está realizando desde la federación para proteger a los profesionales del shiatsu y su derecho a trabajar.

Se presentó el último informe realizado por la FES con una revisión de la situación en Europa, destacando los movimientos en los parlamentos de Irlanda, Grecia, Eslovenia, España y Bélgica, países en los que ya están en marcha iniciativas parlamentarias o de otro tipo, para limitar la práctica de terapias como el Shiatsu a profesionales sanitarios (médicos, enfermeras o fisioterapeutas).

Queda muchísimo trabajo por delante pero todos estuvieron de acuerdo en la necesidad de consolidar nuestra profesión

mediante una formación mínima que garantice la profesionalidad de los terapeutas y la realización de un trabajo coordinado a nivel político europeo y nacional, para que se dote a la profesión de un marco legal estable que garantice nuestro derecho a trabajar.

¿Algún voluntari@, para unirse a este grupo político, que surgió de la última asamblea de APSE?. Luchando por nuestros derechos.

FORMACIÓN:

El taller que organizamos cada año está completo. Podéis hacer propuestas para el taller del año que viene. “Seguir el Ki” : Shiatsu sin Meridianos con Wilfried Rappenecker [3].

En este enlace estarás al corriente de otros eventos y formaciones [4].

ASAMBLEA 2018:

Es aún pronto para ya tenemos la fecha para que podáis agendarla y reservar el fin de semana del 7,8 y 9 de septiembre. Nosotros ya estamos preparando nuestras propuestas para poder profundizar en la misión y la visión de nuestra Asociación.

¿Quieres participar en la organización de la asamblea ¿Quieres aportar propuestas? Ponte en contacto con nosotros.

NUESTROS ESTATUTOS:

El Registro del Ministerio de Trabajo nos comunica que, dada la legislación

actual, ya no pertenecemos a dicho registro. Debemos trasladarnos al Registro Nacional de Asociaciones del Ministerio del Interior. Para ello hemos de hacer algunos cambios en nuestros Estatutos como por ejemplo aprobar en Asamblea nuestro deseo de estar bajo la Ley 1/2002 de Asociaciones. Actualmente no lo estamos ya que nos constituimos hace 20 años bajo la Ley 19/1997 sobre regulación de asociación sindical.

La Junta Directiva quiere aprovechar la oportunidad de esta modificación para adaptar nuestros estatutos a las circunstancias actuales de la asociación y dotarnos así de un marco de funcionamiento que nos haga más ágiles y útiles a nuestros socios.

Os animamos a participar en la redacción de un borrador para ser presentado en la próxima Asamblea. Los que deseen colaborar por favor, ponednos en contacto con nosotros a través del correo: tesoreriaapse@gmail.com

Links:

[1]. <http://www.shiatsu-apse.es/wp-content/uploads/DIALOGOS-INTERCAMBIOS.pdf>

[2]. <https://chat.whatsapp.com/JV3k9PzRw4E17W6EVOdYEk>

[3]. <http://www.shiatsu-apse.es/?lsvrent=seguir-el-ki-shiatsu-sin-meridianos-con-wilfried-rappenecker>

[4]. http://www.shiatsu-apse.es/?post_type=lsvrent

Esperamos que sigas participando

¡Encuentra un profesional!
Cerca de ti..

Pincha aquí

¡Hazte socio de APSE!
Y disfruta de todas las ventajas..

Pincha aquí

SHIATSU: UN MASAJE MUY ESPECIAL PARA PERROS

Por Concepción García y Botey



Entre dueños y perros se establecen lazos de cariño propios de una familia. Los tratamos como miembros de la familia; no son humanos, pero tampoco son tan <<animales>> como el resto.

El psiquiatra Aaron Katcher comparó muy acertadamente a los perros con Peter Pan: "Atrapados para siempre entre la naturaleza y la civilización.

Eternamente niños, inocentes, cándidos y, sobre todo, sin miedo a demostrar lo que sienten"

Las mascotas se estresan y mucho. Al vivir en la ciudad, tienen que vivir en apartamentos o casas con balcones muy pequeños y estar sometidos a ruidos, música fuerte, petardos y cohetes. Cambiamos sus costumbres y metabolismo naturales.

La vida agitada, les afecta de tal modo, que se están incrementando, los niveles de osteoartritis, problemas de comportamiento (ansiedad, tristeza, miedo), alergias, patologías inmunomediadas, obesidad, sordera y alteraciones oculares

A pesar de esto y como contrapartida sus expectativas de vida han aumentado considerablemente, si bien, los problemas musculares y el deterioro cognitivo propio de la edad geriátrica están también presentes.

A los perros, siempre les ha agradado que los acaricien, pero mejor aún si las caricias se transforman en masajes.

Dar masajes al perro de forma habitual, es muy interesante para prevenir muchos problemas de salud, la energía sutil positiva del masajista se va a fundir con la energía sutil alterada del perro con problemas de salud o de comportamiento

Según la Clasificación del Centro Nacional de Medicina Complementaria y Alternativa (NCCAM) de los EEUU, las terapias basadas en la energía se dividen en dos categorías básicas: Biocampo y Bioelectromagnetismo

De acuerdo con esto, las modalidades terapéuticas basadas en las técnicas del biocampo o en el movimiento de la energía, se definen como terapias encaminadas a mover los campos energéticos que rodean y penetran en el cuerpo humano y animal.

Dentro de estas terapias se encuentran Qigong, Reiki y terapias de toque por el Tacto (Masoterapia): Tacto curativo (TC), tacto terapéutico (TT) y Shiatsu.

Las terapias de toque se denominan así, porque el profesional contacta con el campo de energía del paciente, logrando un efecto que, restaura, activa y equilibra las alteraciones tanto de la energía sutil, como de la energía Qi que circula por los Meridianos principales y vasos maravillosos.

En la Medicina China se afirma que cuando Sangre, Qi y Agua fluyen correctamente hay salud. Por esto, Shiatsu al estimular mediante masaje algunos puntos de acupuntura, Puntos Dorados o vitales, realiza profilaxis y terapia, al estimular y reequilibrar el organismo.

Shiatsu, Es una terapia de masaje que aplica la presión de los dedos para equilibrar la energía del organismo y fomentar la capacidad de auto-curación.

Se utiliza el pulgar, índice, corazón y palmas de las manos durante 10 a 30 segundos. Repetidas cinco veces por lo menos sobre cada punto.

El objetivo del tratamiento es estimular el funcionamiento y vitalidad de las células y activar las vías neuronales del cerebro que no se utilizan normalmente.

Se puede aplicar según técnicas de presión suave (acariciamiento), masaje lento y circular o fricción profunda para estimular el punto.

Los movimientos circulares activan simultáneamente en el perro 4 tipos de ondas cerebrales y además liberan hormonas que reducen los niveles de estrés:

- *Para aliviar el dolor o calmar el sistema nervioso se aplica la presión entre 30 segundos y un minuto.*
- *Para un efecto sedante, se aplican despacio movimientos suaves y circulares,*
- *Para un efecto estimulante aplicar movimientos rápidos y enérgicos con técnicas de percusión con la yema del dedo (especialmente para trabajar puntos que se encuentran sobre músculos) los dedos o con los puños o el canto de la mano*
- *Para calentar una región anatómica hacer técnicas de Fricción.*



El shiatsu tiene muchas aplicaciones y pocas contraindicaciones, puesto que se trata de una terapia respetuosa con el organismo y holística, que ayuda a restablecer la salud, a canalizar la energía y a fomentar la capacidad de auto-curación del Shiatsu es, una combinación de las prácticas orientales milenarias con el conocimiento moderno de la anatomía humana/animal.

Su origen se remonta a las disciplinas orientales aplicadas hace más de cinco mil años, que buscaban influir sobre la energía Qi (china), Ki (Japón) o Prana (India).

Estas disciplinas observan la salud desde un punto de vista holístico o global, en el que la armonización de la energía vital es un punto de partida clave para mantener la salud.

Durante muchos siglos han estado relegadas al olvido, hasta que a principios del XIX, un monje japonés llamado Tokujiro Namikoshi recopiló alguna de las prácticas orientales de manipulación (masaje, estiramientos, digitopuntura) y, aplicándolos directamente sobre determinados puntos del cuerpo



(acupuntos) de la persona vestida, creó lo que hoy conocemos como shiatsu. Fundando en 1940 en Japón, la Universidad de Shiatsu.

Trasladar esta terapia a los perros es posible y eficaz, porque ellos tampoco se despojan de sus "trajes" - (pelo corto, largo, duro).

Mediante el shiatsu se logra que el perro alcance una excelente relajación muscular, calmando su ansiedad.

Beneficios del Shiatsu

- *Produce relajación.*
- *Estimula la circulación circulatoria y linfática.*
- *Equilibra el sistema nervioso, respiratorio y digestivo.*
- *Estimula el sistema inmunológico.*
- *Efecto depurativo profundo del organismo.*
- *Libera el estrés, la ansiedad, etc.*
- *Mejora el rendimiento físico*

¿Cómo hacer una sesión?

Para obtener una buena disposición por parte del perro, es muy recomendable tumbarlo sobre una mesa o camilla de baja altura; o bien en un sofá o en el suelo sobre una colchoneta, para que se sienta más cómodo y seguro.

Durante la sesión, repetir el nombre del perro de forma baja y suave varias veces, acompañando esas palabras con gestos de cariño.

Comenzar la sesión con técnicas de relajación, luego aplicar los puntos shiatsu y para terminar volver a técnicas de relajación.

1º Deslizamientos sobre el pelo de la cabeza, permiten establecer la conexión con el perro, ya que es relajante para ambos, se inmoviliza la cabeza poniendo una mano bajo la mandíbula y haciendo deslizamientos sobre el punto VG20:



2º Colocar la palma de la mano previamente calentada por fricción, sobre los hombros (coincidiendo con el Chakra especial de los

cánidos) y mover la piel con movimientos circulares, con toda la mano haciendo suficiente presión. Es excelente para calmar a los perros nerviosos y aliviar la tensión y el dolor muscular en los hombros.

3º Aplicar la estimulación manual sobre los puntos dorados, implicados en la patología a tratar:



4º Fusión de meridianos (VG y V): Estos Meridianos contactan en su recorrido a lo largo del dorso en numerosos puntos. El Meridiano de la vejiga es uno de los más psíquicos. Coger

un pliegue profundo que reúna las fascias superficiales de ambos lados del raquis desde el nacimiento de la cola hasta el cuello realizando alzamiento y torsión suave, movimiento similar al que se hace para escurrir prendas de ropa lavadas manualmente (Picking Up + Twist)). Relaja el dorso y la musculatura raquídea:



5 º Con la palma de la mano relajada realizar caricias largas muy despacio a favor del pelo, por todo el cuerpo, mientras los dedos se mantienen relajados.

Trabajar cada cm del cuerpo, cola y patas conectando todas las áreas sobre las que se ha trabajado:



Al perro, se le han identificado más de 160 acupuntos entre los que destacamos los "10 puntos dorados" que son los que utilizamos en una sesión de shiatzu ya que son los más importantes para prevenir y tratar ciertas patologías. Durante la sesión se utilizan además, puntos de relajación que coinciden con Chakras y Flores de loto (chakras menores) y masajes sobre bellos, orejas, extremidades anteriores y posteriores.

Localización de algunos puntos dorados:

- **VG 20**, Punto vital de la cabeza, (Bai Hui humano), coincide con el 7º Chakra o corona:

En la línea media dorsal de la cabeza, en el cruce al trazar una línea imaginaria entre la base de implantación de las orejas, justo por detrás de la confluencia de las líneas temporales. Punto maestro de todas las energías psíquicas y punto de emergencia.

Recibe la energía de todos los vasos secundarios procedentes de los meridianos de las patas anteriores y de las patas posteriores. Es uno de los mejores puntos para sedar y tranquilizar. Punto de emergencia y primeros auxilios, shocks anafiláctico, epilepsia, pérdida de olfato, trastornos puerperales. Coger un pliegue de la piel de la cabeza aproximadamente coincidiendo con la base de implantación de las orejas, de forma que el punto quede centrado, levantarlo suavemente y luego soltarlo despacio. Si se localiza exactamente el punto, presionarlo suavemente.

- **Bai Hui** animal, no se ha identificado en el hombre (Punto vital del tercio posterior, Hyakue) Coincide con el 2º Chakra, (Chakra del sacro).

Se localiza en el espacio lumbosacro. Incrementa el flujo del Qi en toda el área de la cadera, ideal en problemas de displasia canina y osteoartritis coxofemoral, alteraciones del raquis, cojeras, parálisis tercio posterior, Infertilidad, distocia, retención de placenta, prolapso de útero y recto Hacer masajes por presión y fricción con movimientos circulares.

- **E 36 (Zusanli)** Primer Punto Dorado.

Pertenece a las llamadas 12 estrellas celestes. En el perro se localiza lateral a la cresta tibial anterior, por debajo de la rótula, en el músculo tibial anterior. Tonifica el Qi en general. Estimula a todos los músculos del cuerpo en mayor o menor grado y tiene un efecto normalizador y calmante del dolor a través de la liberación de endorfinas. Refuerza el sistema inmunológico. Puede prevenir el envejecimiento y la debilidad.

Indicado en alteraciones rotulianas, de la cadera y del hombro, debilidad y parálisis de tercio posterior. No utilizar en perras gestantes. Hacer masajes con los dedos: índice, medio y anular durante tres minutos, dos veces al día en las dos patas.

- **IG 11 (Quchi):** Segundo Punto Dorado,

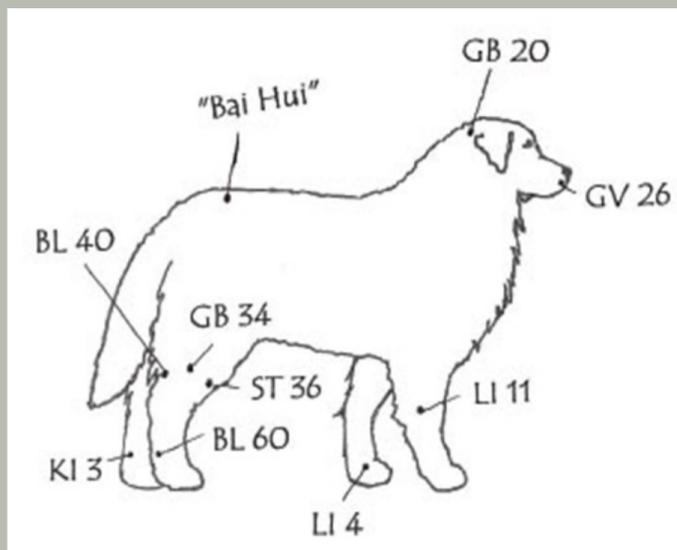
Sobre el codo en posición antero externa. Se encuentra con la pata flexionada a la mitad del epicóndilo lateral del húmero. Es un punto inmuoestimulante que estimula toda la musculatura del hombro, Se utiliza en casos de síndrome de garra, neuralgias del brazo. Contrarresta calcificaciones en la articulación del codo y eficaz en urgencias cerebrales y meníngeas, epilepsia, nerviosismo, así como en las funciones derivadas de estos órganos e infecciones crónicas. Anestro persistente, alteraciones dérmicas (eczema, neurodermatitis, prurito).

- **IG 4 (Hegu):** Tercer punto dorado.

Por debajo de la articulación carpo metacarpiana en el borde inferior de la unión diafisio-diafisaria de los metacarpianos I y II, sobre la vena dorsal metacarpiana, aproximadamente en el centro del 2º hueso del metacarpo por el lado del radio. Punto liberador de endorfinas con acción analgésica sobre las regiones de la cabeza y la cara, incluidos dolores dentales y articulación temporomaxilar. Incrementa el rendimiento físico, tiene efectos variados sobre meninges, cerebro, convulsiones, epilepsia, ansiedad, miedo, despigmentación del hocico, lupus, enfermedades inmunomediadas de la piel, problemas motores en las extremidades anteriores y posteriores, parálisis del radial, cólicos, trastornos digestivos, prohibido en el primer tercio de la gestación. Es un punto estabilizador para la salud en general y la inmunidad.

- **V 40 (Weizhong)** Cuarto Punto Dorado.

En el centro de la fosa poplítea entre los m. bíceps femoral y semitendinoso. En todos los estados degenerativos del área genital y aparato urinario. Alteraciones musculares del dorso en su recorrido, cervical, dorsal, lumbar y sacro, dolor de pelvis, cadera y extremidades posteriores (ciática, displasia de cadera, articulación rotuliana, parálisis tercio posterior).



- **H 3 (Taichong)** Quinto Punto Dorado

Es uno de los principales puntos del Meridiano del Hígado. Está en una fosa detrás del 1º - 2º metatarsianos en posición antero medial. En el centro del hueso del 2º metatarsiano, inervado por n. perineal profundo. Es el punto de contacto con el Elemento Tierra, por lo que se relaciona con el Meridiano del Estómago y con el Meridiano del Bazo/Páncreas. Se utiliza para controlar procesos alérgicos, artralgias, detoxicación hepática, analgésico en dolores errantes, lesiones del dorso, sacrodorsales, displasia de cadera,

tratamientos rehabilitadores, atrofia muscular, dolor y flacidez de las extremidades posteriores, convulsiones, epilepsia, enfermedades oculares (Punto distal para alteraciones oculares), hipertensión, alteraciones genitales de la perra (mastitis, metrorragia, anestro).

Debido a los aspectos psicológicos del Meridiano del Hígado da buenos resultados en cuadros de ansiedad, miedo, agresividad.

El masaje sobre este punto debe ser lento y la presión justa (sin sobrepasar el punto de dolor). Se trabaja bilateralmente, masajeando primero una pata durante unos tres minutos y luego la otra.

- **VB 34 (Yanglingquan)** Sexto Punto Dorado.

En la depresión antero-inferior de la cabeza del peroné. Efectos analgésicos generales, mejora músculos, tejidos blandos, tendones, huesos y articulaciones. Aumenta la circulación sanguínea en caso de isquemia en las patas, normaliza los valores sanguíneos y puede ser usado para estimular a perros letárgicos. Es un punto muy bueno para aliviar el dolor y la rigidez en la cadera, las patas y las rodillas. Actúa como un gran relajante muscular. Ayuda a regularizar la función de la Vesícula Biliar, descongiona el Hígado y sirve en especial para relajar los tendones, calmar dolores musculares y trastornos motores como parálisis, hemiplejia etc. Es uno de los puntos más importantes de la acupuntura.

Masajear con el dedo pulgar durante dos minutos, en las dos patas, dos veces por día.

- **P 7 (Lieque)** Séptimo Punto Dorado.

En la cara medial del antebrazo proximal a la apófisis estiloides del radio, proximal a la articulación carpo radial

Punto indicado para tratar patologías causados por agentes patógenos externos: tos, congestión nasal, dolor de garganta, disnea.. Disuelve la flema y tonifica los pulmones. Muy eficaz para tratar el asma.

Se utiliza también para calmar los dolores dentales y parálisis facial. Disminuye la fiebre, reduce la sensación de ardor y picor en la piel (cara plantar de las extremidades anteriores y posteriores muy calientes). Ayuda a calmar los dolores de codo y antebrazo, falta de fuerza y dolor en el raquis, ptosis labial, epilepsia, lupus

- **C7 (Shenmen)** Octavo punto dorado.

Está en el pliegue transversal del metacarpo, al lado radial del hueso pisiforme sobre la línea articular radio carpiana. Armoniza las emociones del corazón, tonifica la sangre, libera la fuerza espiritual y calma la depresión. Tiene un efecto sedante intenso y duradero, mejora la circulación. Controla estados inflamatorios de los ligamentos suspensores y tendones flexores. Contrarresta el dolor del tercio anterior a través de la vía endorfinica. Se utiliza como medida de primeros auxilios, en caso de pérdida del conocimiento

Es uno de los mejores puntos en la MTC para el tratamiento de trastornos mentales (psíquicos y psicosomáticos), estados de ansiedad. Epilepsia, metrorragia, dermatitis, anemia

- **SP 6 (Yinlingquan)** Noveno punto dorado.

Está en la cara interna de la pata posterior, separado del borde posterior de la tibia por el m. flexor medial de los dedos a nivel de la inserción de la porción muscular y tendinosa. Punto importante en las disfunciones reproductivas del macho y la hembra, así como en problemas del parto, Interviene en el control de alteraciones genitales, desordenes de la gestación, y en el parto así como en casos de

alteraciones glucémicas alteraciones urinarias, insuficiencias hormonales, problemas de lactación. Disfunciones del movimiento de las extremidades, parálisis de las patas posteriores. Punto inmuoestimulante muy eficaz, para combatir situaciones estresantes y evitar reacciones vacunales.

Masajear las 2 patas a la vez.

- **K 1 (Yongquan)**. decimo punto dorado.

En la cara plantar de las extremidades posteriores debajo de la almohadilla plantar entren los tendones flexores de las falanges de los metatarsianos 2 y 3 proximal a la articulación metatarsofalangiana.

Punto importante para reanimar y calmar, indicado en el desarrollo óseo del perro en crecimiento y con marcada acción sobre las articulaciones. Muy eficaz en caso de calcificaciones en cualquier parte del cuerpo. También es útil en alergias, tendinopatias, convulsiones, crisis agudas de epilepsia. Muy eficaz para el perro geriátrico.

OTRAS ZONAS A MANIPULAR

- Estiramiento y flexión de patas posteriores
- Estiramiento y flexión de los dedos de extremidades posteriores
- Deslizamientos por extremidades anteriores
- Masaje en el cuello
- Masaje en los belfos
- Masajes circulares en las orejas

Dra. Concepción García y Botey PhD. DVM

*Dptº. Medicina y Cirugía Animal.
Facultad Veterinaria UCM*

Jefe de los Servicios de:

Reproducción Animal y Rehabilitación Animal HCVC

Directora de Títulos propios UCM:

Experto en Bases de la Fisioterapia y Rehabilitación animal

Experto en Fisioterapia y Rehabilitación de pequeños animales

cgarciab@ucm.es

CURSOS DE 2018

QUIGONG PARA SHIATSUSHIS

10 de Marzo - 10h a 20h y
11 de Marzo - 10h a 14h

En la casa de la "COLINA-YANG" Málaga

Precio: 100.-€
Alojamiento: En la casa, hasta llenar aforo.
Máximo 12 personas.

SEGUIR EL KI - SHIATSU SIN MERIDIANOS

4 de Mayo - 10h a 14h y 16h a 20h
5 de Mayo - 10h a 14h y 16h a 20h
6 de Mayo - 10h a 14h

Impartido por **W.Rappenecker**.

El trabajo con los meridianos representa una manera técnica grandiosa de practicar el shiatsu, pero no representa el corazón del shiatsu.

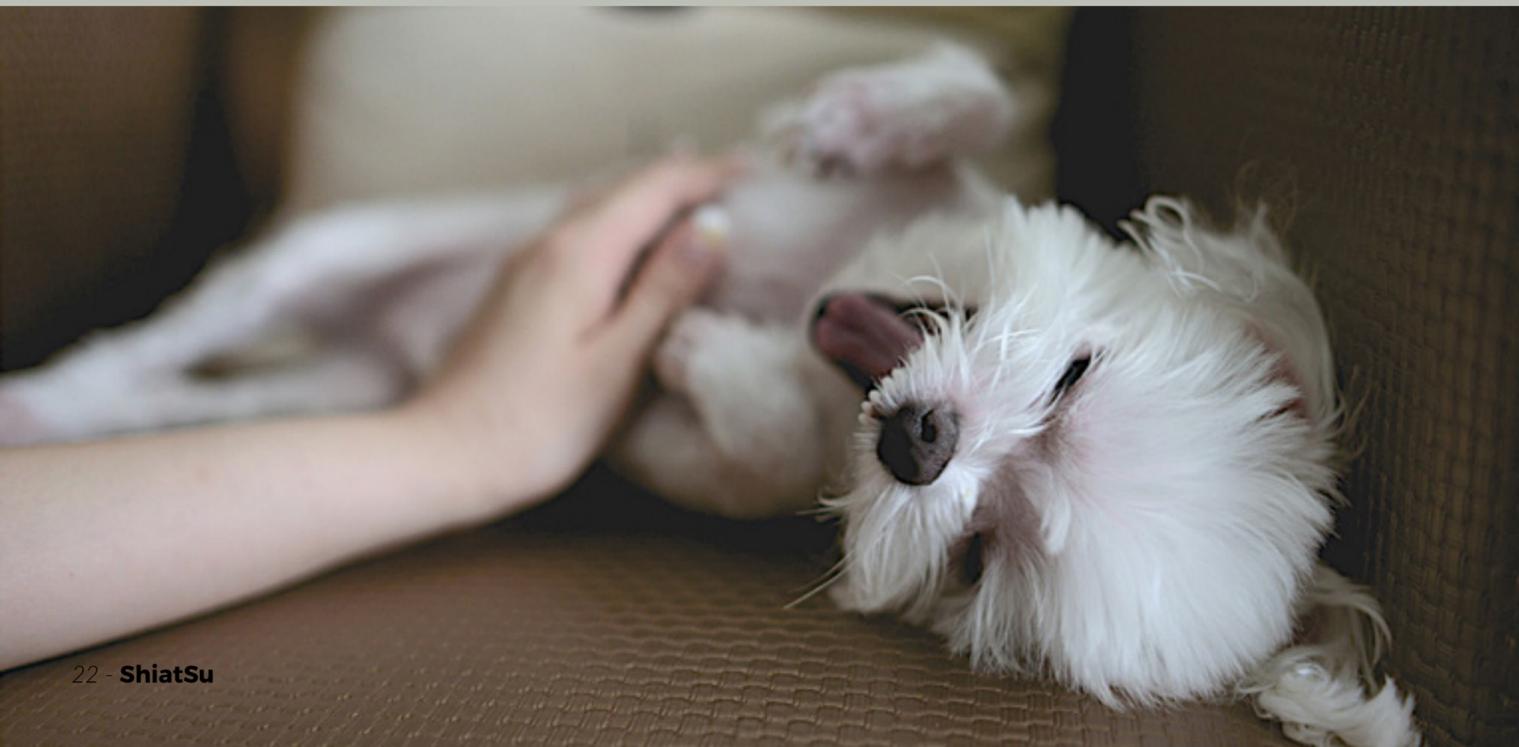
Precio: Socios APSE 120.-€
No socios 220.-€
Los precios incluyen taller y alojamiento.
Inscripciones hasta 31 de marzo de 2018

El sistema de los meridianos le suele dar seguridad y orientación al practicante, en especial al principiante.

En este taller enfocamos el shiatsu fuera de este sistema y lo sustituimos por una atención plena a las estructuras energéticas del cuerpo (por ejemplo en caso de dolores corporales de toda índole), por teoría aplicada, una diagnosis clara y aprendemos a detectar los efectos de las técnicas aplicadas.

Pondremos mayor enfoque en la diagnosis energético a través de los cinco elementos, y aprenderemos leer la cantidad de pistas que nos da el cuerpo para encontrar las energías de los órganos y de los elementos, pero trabajaremos las zonas claves sin meridianos proyectando "Ki". Prestamos atención al concepto de Kyo/Jitsu en todo el cuerpo e investigaremos sobre el fenómeno de la resonancia.

Gran parte del taller consiste en practicar y en técnicas de tratamiento. Lo aprendido en este taller ampliará nuestras capacidades en el shiatsu en cuanto a libertad y creatividad en la práctica.



**Seguir el Ki
Shiatsu sin meridianos**

con **Wilfried Rappenecker**
**4,5 y 6
de mayo 2018**

Asociación de Profesionales de Shiatsu
secretaria.apse@shiatsu-apse.org +34620136427 www.shiatsu-apse.es



Asociación Navarra de Shiatsu
shiatsunavarra@gmail.com
shiatsunavarra.blogspot.com



25 AÑOS FORMANDO PROFESIONALES
 Cursos con Suzanne Yates 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



Formación combinada de Shiatsu y Qigong.
 Formación en inteligencia Emocional y Pensamiento creativo.
 Formación en Tantra y gestión de las relaciones.
 C. Sol y Luna, 12 | 18007 Granada
 Tel. 620 851 597
www.solyluna.es | miguel@solyluna.es

Escuela de Shiatsu Gestáltico

 Formación de profesionales de Shiatsu
 C. La Cámara 51, 1ºD | Avilés, Asturias
 Tel. 662 07 33 53
www.shiatsudeverdad.es | tinogarciastudios@gmail.com



CAMINO DE RONDA Nº 155
 BAJO 3 C.P.
 18003 GRANADA
 TELF. 958805525 / 607492042
shiatsuxinbao@yahoo.es
www.shiatsuxinbao.com



ESCUELA DE SHIATSU HARA DO
 Valencia - Denia
Formación de profesionales de shiatsu
Cursos de postgrado para terapeutas.
 C. Historiador Diago, 18 bajos | 46007 Valencia
 Tel. 619 91 47 68 | shiatsu@escuelaharado.com
www.escuelaharado.com



Dhimahi
 Escola de Shiatsu
 Formación de terapeutas de Shiatsu
 Curso básico de Qi-Gong en tres niveles
 Curso de técnico en Shiatsu
 Estilo de shiatsu basado en el Shiatsu en Movimiento
 Avd. Joan Carles I, 116 2º 3ª | 17300 Blanes
 Tel. 972 354 655 | 659 636 828
info@dhimahi.es | www.dhimahi.es

Escola de Shiatsu i Moviment

www.facebook.com/EscolaDeShiatsuiMoviment
www.twitter.com/EShi_Mo
 C. Balmes, 292 bajos | 08006 Barcelona
 Tel. 932 005 987 | info@shiatsu-movimiento.com
www.shiatsu-movimiento.com



Administración en España
 Cursos en Andalucía, Bilbao y Canarias
 Formación completa en Shiatsu con un equilibrio entre técnicas prácticas y teoría de medicina oriental y occidental.
 Cursos Residenciales
 Paseo del Nacimiento 30 | Ojén | 29610 Málaga
 Tel. 952 88 13 74 | shiatsu@terra.com
www.espanol.shiatsu.net



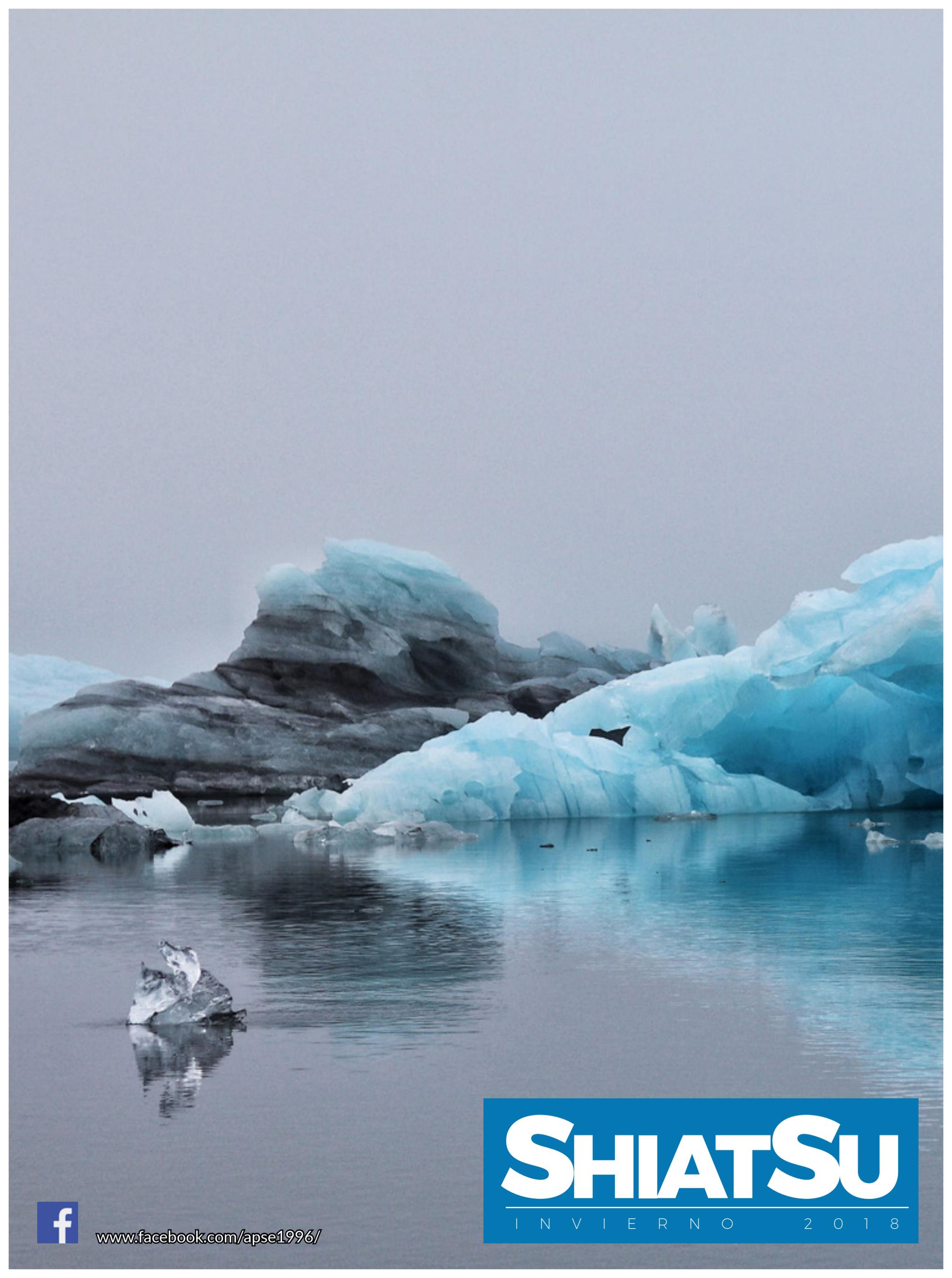
ESCUELA Y ALOJAMIENTO RURAL
 Ecología Interior-Exterior
 Taller encuentro mensual
 Cursos Regulares
 Retiros
 Estancias para tratamientos
 09142 Cortiguera, Burgos | Tel. 608 624 926
www.talamo.es



Trabajamos con Shiatsu, Medicina Tradicional China, trabajo en la Naturaleza y relación de ayuda en grupo con enfoque gestáltico.
 C/Juan de Mariana 44 - Sevilla | 639 893 808
 La Casa del Búho - Algodonales(Cádiz)
shiatsunervion@yahoo.es | www.shiatsuvivencial.com

Escuela de Shiatsu Ameba

 Tel. 669 647 846 | amebashatsu@gmail.com



SHIATSU

I N V I E R N O 2 0 1 8



www.facebook.com/apse1996/