



*Dal 1989 la Scuola di Shiatsu
che fa scuola in Europa*

• *Shiatsu: campi di applicazione*



Lo Shiatsu è un'affascinante pratica energetica a mediazione corporea, completa e ricca di sfaccettature, in grado di soddisfare le più diverse esigenze di un individuo. Dopo la rapida diffusione degli ultimi anni, oggi lo Shiatsu è presente negli ambiti più diversi.

Lo Shiatsu ha un effetto distensivo, tranquillizzante o rivitalizzante. Rilassa e stimola il potenziale auto-curativo della triade corpo, mente e spirito.

Il tocco Shiatsu agisce in profondità e permette di entrare in contatto con le proprie risorse interiori. Per giungere a questo obiettivo è necessario prendere coscienza di se stessi. Il dialogo

interiore, e quello con gli altri, risulterà facile solo a chi è in grado di sentire e percepire se stesso. Lo Shiatsu favorisce questo dialogo e permette il fluire del movimento della vita.

Praticare Shiatsu – e questo è un aspetto molto speciale di questa disciplina – distende, rafforza e dona equilibrio anche a chi lo pratica. Lo Shiatsu sostiene l'Operatore, favorendo una presa di contatto chiara, limpida e rivolta verso se stesso.

Lo Shiatsu si basa sul concetto della forza vitale che è insita in ogni essere vivente (in giapponese: Ki, in cinese: Qi) e circola nel corpo in specifici canali energetici, i meridiani. Il nostro equilibrio fisico, emozionale, mentale e spirituale è dunque

espressione della distribuzione del flusso di questa forza vitale. I concetti dello Yin e dello Yang, gli aspetti delle cinque fasi di trasformazione, nonché i percorsi e le funzioni dei meridiani sono i fondamenti di questa meravigliosa disciplina.

Lo Shiatsu implica l'osservazione, l'ascolto, le domande ed il contatto. Il tocco specifico dello Shiatsu sostiene l'energia vitale nel suo flusso. Questo tocco, che è il fondamento dello Shiatsu, è attento e profondamente aperto, è concreto e profondo, chiaro e ampio. Esso permette di entrare in contatto con l'individuo nella sua totalità: questo è il cardine, l'essenza ed il cuore dello Shiatsu.

• Perché una formazione con lo IES



L'Istituto Europeo di Shiatsu (IES) è stato fondato nel 1989. Dopo aver dato vita per sette anni a corsi di formazione nell'ambito dell'Istituto Ohashi, alcuni Insegnanti ed Organizzatori decisero di creare una Scuola Europea. Da allora lo IES è presente in 13 città dell'Austria, della Germania, dell'Italia e della Svizzera e propone un programma comune di formazione. Lo IES è stata dunque una delle prime scuole di Shiatsu ad affermarsi in Europa ed è oggi sinonimo sia di esperienza pluriennale e continuità, che di evoluzione ed aggiornamento. La formazione all'IES è riconosciuta dalle associazioni nazionali di Shiatsu. I criteri previsti dalle associazioni di categoria dei diversi Paesi differiscono tra di loro in quanto a contenuti e portata della formazione. I nostri istituti soddisfano tutti i criteri dei Paesi in cui si trovano.

Lo IES è stata una delle prime scuole di Shiatsu a diffondersi in Europa, ed ha svolto un ruolo pionieristico nello sviluppo di uno Shiatsu "europeo". Lo IES è una scuola internazionale che propone corsi di formazione professionale con programma didattico comune in Austria, Germania, Italia e Svizzera.

La formazione con lo IES è riconosciuta dalle rispettive Associazioni e Federazioni Nazionali di Shiatsu Professionale.

È possibile frequentare le singole tappe del percorso di formazione presso una qualunque sede dei nostri diversi Istituti, e non si ha nessun obbligo di procedere nel percorso formativo; chi intraprende il percorso didattico può stabilire autonomamente il ritmo della propria formazione ed il livello che desidera raggiungere.&nb

Grazie all'esperienza professionale dei nostri Insegnanti, alcuni dei quali praticano lo Shiatsu da trent'anni, siamo in grado di garantire una formazione di altissimo livello. Il fatto che il nostro staff sia composto da un così elevato numero di professionisti permette inoltre ai nostri allievi di avvicinarsi allo Shiatsu in tutta la sua varietà e ricchezza.

Lo IES propone un programma didattico a struttura modulare suddiviso per eventi, concentrando prevalentemente le lezioni in un numero variabile di week-end intensivi, per cui non è un problema assolvere alla formazione parallelamente alla propria attività lavorativa.

L'allievo può scegliere tra diverse opportunità di partecipare agli eventi del programma, per ognuno dei quali sono offerte diverse date.

• *La formazione*



La formazione è strutturata in modo chiaro, coinvolgente e diversificato ed alterna, a seconda dell'argomento trattato, teoria e pratica, lasciando tempo a sufficienza per sperimentazioni e pratiche personali. A prescindere dai temi specifici che riguardano lo Shiatsu, viene data particolare attenzione allo sviluppo e approfondimento della sensibilità individuale, della capacità di percezione energetica e di una interazione attenta e

rispettosa con i riceventi. Fasi di silenzio, di rilassamento e meditazione aiutano ad approfondire ed a integrare i concetti appresi. La formazione comprende Sette Livelli di studio da frequentare in almeno 3 anni (Livello 1-3: Il Sistema tradizionale dei Meridiani; Livello 4-5: Sistema dei Meridiani del Maestro Masunaga; Livello 6-7: Shiatsu nella prassi professionale), più un certo numero di Seminari che trattano le conoscen-

ze di base (Anatomia e Fisiologia occidentale, principi di Medicina Tradizionale Cinese o MTC) nonché esercitazioni teoriche e pratiche. A ciò si aggiungono tutorials (lezioni private) e Seminari Monografici. Durante il loro iter formativo è previsto che gli Allievi ricevano un certo numero di trattamenti da un Diplomato della scuola per sperimentare su di sé la qualità e profondità dello Shiatsu e come lo Shiatsu agisce.

- *Sistema tradizionale dei meridiani*
- *Shiatsu sui meridiani del Masunaga*



Livello 1

Studio e conoscenza dei 12 meridiani tradizionali, noti grazie all'uso che se ne fa nell'agopuntura, nel Tai Chi, nel Qi Gong e in discipline similari. Significati e funzioni dei meridiani, esercitazioni pratiche che permettono di sperimentare semplici tecniche di pressione con il palmo della mano per il trattamento di tutti i meridiani. Esercizi per affinare la percezione dell'energia vitale (Ki) in noi stessi e nei compagni di corso.

Questo Livello offre l'opportunità di avvicinarsi allo Shiatsu e di praticare un semplice trattamento in famiglia o tra amici.

Livello 2

I Meridiani vengono studiati in riferimento ai Cinque Elementi (o Fasi di Trasformazione), uno dei concetti centrali della Medicina Tradizionale Cinese (MTC). Si approfondiscono le tecniche del Livello 1, introducendo l'uso del pollice. Localizzazione di una serie di punti, i punti Yu o punti associati, che rivestono un ruolo importante anche nei trattamenti della MTC. Esercizi Makko-ho o esercizi di stiramento dei meridiani.

Livello 3

E' questo il Livello in cui si apprendono tecniche che prevedono l'uso degli avambracci, dei gomiti e delle ginocchia: tecniche specifiche e di grande efficacia, tese a minimizzare lo sforzo fisico; a ciò si aggiungono stiramenti, rotazioni e mobilizzazioni. Ai punti Yu del livello 2 si aggiungono i punti Bo, che sono un'allerta per situazioni acute in corso. A conclusione del Livello 3 gli allievi avranno appreso i principi di base e praticato un'ampia gamma di tecniche Shiatsu e saranno in grado di praticare una forma di Shiatsu semplice e concreta per familiari e/o amici.

Livello 4

Nel Quarto Livello si impara a conoscere il Sistema dei Meridiani del Maestro Shizuto Masunaga, il grande innovatore dello Shiatsu, fondatore di quello che viene spesso definito Zen Shiatsu. Il suo modello energetico dell'uomo ha aperto allo Shiatsu vie del tutto nuove, in una visione che ne recupera la dimensione spirituale. I suoi meridiani esprimono aspetti e funzioni vitali dell'uomo che si manifestano a tutti i livelli della sua vita. Il

loro percorso è presente sull'intero corpo ed è coerente con la loro funzione vitale. Argomenti centrali di questo interessantissimo corso sono: la Fuku Shin (valutazione energetica su Hara), la relazione Kyo Jitsu (distribuzione ed espressione dell'energia) ed il lavoro sui Meridiani.

Livello 5

Nel Quinto Livello si approfondiscono i concetti appresi nel Quarto Livello. Argomento importante del corso è l'approfondimento della conoscenza dei meridiani, sia nel loro percorso che nella loro manifestazione energetica, in relazione al Kyo/Jitsu. Tale concetto verrà approfondito, insieme ad altri aspetti teorici quali l'HaikoShin (valutazione energetica del dorso) e BoShin (valutazione energetica visiva). Verrà inoltre arricchito il bagaglio tecnico per trattare Meridiani di Masunaga nelle diverse posizioni. Obiettivo di questo corso è la capacità di eseguire un trattamento completo sulla base delle valutazioni energetiche eseguite.

• *Shiatsu professionale*



Livello 6

I livelli 6 e 7 costituiscono dal punto di vista dei contenuti una singola unità. Vengono trattati in dettaglio ed in seno a piccoli gruppi numerosi aspetti dello Shiatsu, tra cui l'appoggio rilassato, l'uso specifico di mano madre e mano figlia, la percezione energetica, l'integrazione di Kyo/Jitsu e delle funzioni nel trattamento. Gli allievi cominciano a scoprire e sperimentare il loro Shiatsu personale, i loro punti di forza e le loro qualità. In questo loro percorso vengono seguiti individualmente da due insegnanti Senior. Alla fine di questo Corso gli allievi sono in grado di struttura-



re un trattamento Shiatsu che tenga conto della situazione individuale del ricevente.

Livello 7

L'ultimo passo per diventare dei professionisti completi! In questo Livello vengono integrati gli insegnamenti appresi fino a questo momento: aspetti teorici e pratici, la capacità di percezione, nonché la competenza professionale. Essi vengono ora inquadrati nell'ambito di una prassi di tipo professionale. Gli argomenti su cui è centrato il Livello sono: percezione dell'espressione energetica della persona, percezione delle correlazioni tra



sintomi e situazioni personali, potenzialità e loro espressione energetica. Inoltre si approfondisce lo studio delle reazioni energetiche nel lavoro sui meridiani, dovute a variazioni tecniche quali il ritmo e alla stimolazione degli Tsubo. Inoltre verranno proposte nuove tecniche per entrare in sintonia con le funzioni dei meridiani ed i cambiamenti energetici. Una parte importante del Settimo Livello è rappresentata dalla discussione, in piccoli gruppi, delle Tesi che gli Allievi devono presentare prima dell'inizio del corso; la Tesi elaborata riguarda i trattamenti effettuati su uno stesso ricevente per un periodo di 6 mesi.

- *Altri elementi della formazione*
- *Diploma - Aggiornamento*



Elementi di Anatomia e Fisiologia occidentale

Dal punto di vista dei contenuti, questo corso è stato elaborato per rispondere in modo specifico alle necessità dell'Operatore Shiatsu. Parteciparvi è obbligatorio, a meno che l'allievo non sia già in possesso delle stesse conoscenze grazie ad altri percorsi formativi.

Elementi di Medicina Tradizionale Cinese (MTC)

La conoscenza di questi principi permette da un lato di migliorare la capacità di riconoscere la costituzione del cliente, dall'altro essa contribuisce ad approfondire la comprensione delle radici dello Shiatsu.

Esercitazioni teoriche e pratiche

Soltanto esercitandosi e praticando regolarmente questa disciplina sotto la guida di un Insegnante o di un Assistente in grado di proporre eventuali correzioni si potranno apprendere veramente le tecniche e praticarle in modo adeguato.

Tutorials

I tutorials sono incontri con un Insegnante a cui possono prendere parte uno o più allievi. Essi servono a stabilire se l'allievo è pronto per accedere al livello successivo.

Esperienze di Shiatsu

I trattamenti Shiatsu non sono solo piacevoli, distensivi e benefici, ma favoriscono anche lo sviluppo interiore ed una conoscenza approfondita dei processi energetici. Ricevere un numero prestabilito di trattamenti è parte integrante della formazione e gli allievi possono per questo rivolgersi ai nostri diplomati, di cui ogni Sede fornisce una lista. E' possibile ricevere trattamenti, e trarre quindi vantaggio da questa esperienza, fin dall'inizio della formazione.

Seminari monografici

I seminari monografici servono ad approfondire ed integrare i contenuti appresi nel corso dei diversi livelli.

Lavoro individuale autonomo

Durante la formazione gli allievi dovranno redigere e presentare agli Insegnanti descrizioni di singoli trattamenti e di casi trattati e dovranno inoltre documentare la loro pratica privata.

Diploma

Il Diploma dell'IES è la garanzia di una formazione altamente qualificata dal punto di vista delle competenze specifiche. Il Diploma IES gode di alta considerazione a livello internazionale.

Aggiornamento

"Solo l'eterna trasformazione crea stabilità"
Il Master Post-Diploma si rivolge a tutti coloro che praticano lo Shiatsu e desiderano aggiornare e migliorare le proprie competenze anche dopo il Diploma. Questi seminari sono aperti agli operatori provenienti da tutte le scuole di Shiatsu.



IES - Milano - Firenze

Patrizia Stefanini & Donato Mellone

MILANO: Via Aristotele 39, 20128 Milano
Tel. / Fax: ++39 02 2700 1500
scuola@shiatsu.milano.it

FIRENZE: Piazza Mascagni, 10 - 50127 Firenze
Tel. / Fax: ++39 055 9061653
scuola@shiatsu.firenze.it

www.shiatsu.mi.it

IES - Roma

Maurizio Conticelli

Viale Don Pasquino Borghi, 200 - I - 00144 Roma
Tel.: ++390 6 52 90 743 - Fax: ++390 6 52 90 743
www.shiatsu-ies.eu

IES - Torino

Enrica & Paola Giglio

Via Mantova 36 - 10153 Torino
Tel.: ++390 11 771 54 35, 340 2707 124
www.shiatsutorino.it

ESI - Austria

Roberto Preinreich

Margaretenstraße 32/6, 1040 Wien
Tel.: ++43 1 585 03 08 - Fax: ++43 1 585 03 08 10
www.shiatsu-institut.at

ESI - Berlin

Andrea Kleinau

UFFICIO: Paul-Oestreichstrasse 1, D-13086 Berlin
Tel.: ++49 30 96 06 54 82 - Fax: ++49 30 96 06 54 81
www.shiatsu.de/berlin

ESI - Heidelberg

Anna Christa & Bruno Endrich

Bergheimerstraße 147,
D-69115 Heidelberg, PF 25 11 28
Tel.: ++49 6221 18 40 65 - Fax: ++49 6221 16 40 76
www.shiatsu.de/heidelberg/

ESI - München

Klaus Metzner

Freyst. 4, Gartenhaus 80802 München
Tel.: ++49 89 34 86 73 - Fax: ++49 89 34 86 73
www.shiatsu.de/muenchen/

ESI - Münster

c/o Sobi, Brigitte Ladwig

Achtermannstraße 10-12, D-48143 Münster,
Tel.: ++49 251 43 765 - Fax: ++49 251 48 28 188
www.esi-muenster.de

ESI - Schweiz

Verein zur Förderung des Shiatsu, Basel

Dornacherstrasse 192, CH-4053 Basel
Tel.: ++41 61 301 80 73 - Fax: ++41 61 301 80 74
www.shiatsu-institut.ch

www.shiatsu-institut.eu



BERLINO - HEIDELBERG - MÜNCHEN - MÜNSTER - VIENNA - LINZ - BASILEA - BERNA - ZURIGO - ROMA - TORINO - MILANO - FIRENZE