



“INCONTRAMOCI 2008”, NOTTURNA DI SHIATSU

“Incontriamoci 2008” ... alla NOTTURNA DI SHIATSU la notte del 13 settembre, in tutta Italia, incontriamo per conoscerci, comunicare e soprattutto scambiarci trattamenti shiatsu sino all'alba!! Abbiamo mille motivi per donare shiatsu al mondo, però stanotte pensiamo a noi! Vi aspettiamo tutti...

Nella serata del 13 settembre p.v., coordinato dai Responsabili Regionali F.I.S., verrà organizzata in sedi diverse in Italia, un incontro articolato in differenti momenti, che toccheremo temi quali: Informazione sulle attività Regionali, introduzione del Commercialista regionale di riferimento, per poi concludere con una “Notturna di Shiatsu”.

Questo tipo di iniziativa vede il suo debutto nel 2002 dalla Regione Veneto e subito è evidente nei partecipanti la sensazione di un diverso aspetto dello shiatsu, una nuova, sconosciuta, apprezzata armonia, che affiora nella calma della notte e nell'acutizzarsi dei sensi che essa porta con sé. Sembra di entrare nella dimensione del non-essere, si lascia volentieri spazio al silenzio ed ai contorni sfumati. La pratica, lo shiatsu praticato in questo contesto “particolare”, si svincola dai canonici comportamenti e situazioni operative diurne, si libera dall'effetto diurno del sole che, con il suo yang, muove energie decise e mirate al risultato. La notte e lo yin predispone al “ricevere per ricevere”, poco importa il risultato.

Insieme cercheremo di andare al di là della tecnica, lasciando spazio ad un'espressione più libera e creativa, dimostrando ancora una volta quanto ciò che conosciamo e praticiamo può assumere infiniti risvolti.

Vi aspettiamo numerosi, per saperne di più non esitate a contattare il tuo rappresentante Regionale.

PER INFORMAZIONI CONTATTA IL TUO RESPONSABILE REGIONALE

ACQUA, TERRA, FUOCO, ARIA.

impressioni dell'esperienza vissuta ai seminari tenutosi al Monastero Sanbo-ji

di Elisa Dossi



All'arrivo al monastero di Sanbo-ji, nei pressi di Berceto, sull'Appennino tosco-emiliano, tutto si fa più silenzioso. Ai compagni di viaggio e di seminario si dice l'essenziale. Non significa che si sia seri: persone posate e dai modi molto garbati svelano invece proprio qui un'indole insospettabilmente scherzosa. Si tratta piuttosto di riscoprire una dimensione non artefatta, semplice, autentica. Di essere come si è. Di starsene anche in compagnia senza dire nulla - e d'altra parte perché farlo, se non è necessario? Chi ha detto che alle volte non ci sia da ascoltare proprio un bel silenzio? - Di essere scomposti, di giocare, di lasciarsi anche andare a risate sguaiate in mezzo a un prato. Tutto è concesso, ovviamente nel rispetto degli altri e delle regole del monastero. Con i propri rituali: meditazione mattutina, richiami dei monaci alla mensa, ringraziamenti prima di ogni pasto.

I quattro seminari sugli elementi acqua, terra, fuoco, aria sono un percorso alla ricerca di sé stessi, oltre che lo studio di un katà. Chi pratica shiatsu sa bene quanto sia importante prendersi cura del proprio io. L'itinerario sugli elementi condotto da Valter Yugen Umelesi e Luca D'Amico porta a scoprire e approfondire degli aspetti di sé non conosciuti, non sufficientemente valorizzati, o magari già in parte noti. Anche Socrate, facendo proprio il motto dell'oracolo di Delfi, andava dicendo: “*Conosci te stesso*”. Proprio lui, uno dei fondatori della filosofia e del sapere occidentale, sottolineava come l'itinerario verso la consapevolezza comprenda un necessario cammino di studio e osservazione tutt'altro che superfluo e scontato.

Convinta del fatto che scrivendone appositamente razionalizzerei troppo quel che di questo percorso mi è rimasto in cuore, lascio in questa pagina alcune “impressioni a caldo” dei seminari a cui ho preso parte. Manca l'acqua, l'origine di ogni cosa, l'indistinto in cui e da cui tutto prende forma: non sono ancora riuscita a partecipare a quel fine settimana a Sanbo-ji, ma prima o poi ci andrò... magari con qualcuno che ora sta leggendo e che, incuriosito/a, vi si recherà.

TERRA

Pulsa la pelle del tamburo, freme sotto le mani che la percuotono, l'abbracciano, l'accolgono, indirizzandola al suono. È il ritmo della Terra, il Due, la separazione. La distanza, nel suo farsi di-stanza e divenire presente. È un lavoro sulle finestre del cielo, l'apertura delle porte della Terra, un massaggio attento ai canali di stomaco e milza.

È al principio madre che abbraccia forte, con calore. È abbraccio che col tempo si fa soffocante, opprimente, fino a rendere necessario un distacco.

È calore, cura del figlio, accettazione del suo non essere sempre corrispondente alle nostre attese.

Terra, radicamento. Saper distinguere, discernere, scegliere. Prender forma propria per agire sul mondo che ci attornia.

Da sempre, in fondo, siamo iscritti in un ritmo duale, in quanto esseri viventi: è la separazione dalla madre ed il legame che tuttavia ci tiene uniti a lei, perché suoi figli. È il ritmo della nostra identità e di ogni nostra differenza, ciò per cui anche ci distinguiamo dagli altri. A quel ritmo le percussioni ci hanno cullati nel nostro oscillare sulla soglia della comprensione del profondo di noi.

Soglia che ha richiesto e che richiede ogni volta, per essere varcata, un gran coraggio: "ohi kongo denu kissi garà kongolà..." - entrerà nella foresta soltanto chi osa...-

**FUOCO**

"Vi chiedo ancora una volta di fare un piccolo sforzo e di credere a quello che vi dico...di essere una fiammella, la piccola fiamma di una candela. Non la candela, la fiamma. Visualizzatela al centro del vostro petto: mentre arde e brucia...osservatela ora espandersi, perdere origine ed identità, sentitela crescere per effetto del vento ed ampliarsi ovunque attecchisca il fuoco...prestate attenzione al suo lento spegnersi, diventate carbone assieme a lei: dapprima ardente, poi sempre più incenerito, finché anche la più piccola scintilla in esso presente si smorza".

Lo stesso fuoco andava invocato a sera: una freccia appoggiata al petto, a rappresentare un ostacolo da vincere per conseguire un obiettivo. I compagni attorno cantavano e battevano le mani per ricordare al nostro cuore che in quel momento di timore non era il solo, a pulsare. Vedevamo l'obiettivo, sentivamo la freccia in petto, nel mezzo, tra noi e il nostro scopo: la freccia scoglio, l'impedimento, aveva un nome. Dovevamo farci forza e, nell'istante di massima tensione, il nome della freccia chiaro alla nostra mente, andare contro la punta con tutto il fuoco che ardeva in noi, cogliere l'occasione per raggiungere l'obiettivo.

Ho visto fiamme negli occhi di chi avevo attorno. Ho visto la forza del desiderio, della passione che muove l'essere umano e che più o meno consapevolmente sta alla base di ogni nostro fare -anche quel fare che è fare il sapere-. Ho visto l'entusiasmo di un abbraccio di gioia, dopo momenti di ansia e timore. Ho sentito in me il fuoco che non devo mai dimenticare di accendere, nei piccoli e grandi intoppi della quotidianità.

Il giorno seguente il maestro era accanto a noi, a mostrarci con pazienza come aiutare gli altri a sentir vivo il proprio fuoco, attraverso il katà. A ricordarci che lo shiat-su non consiste soltanto nell'attivare dei canali; a indicarci l'importanza dell'ascolto e del contatto sincero con il ricevente. A insegnarci come nel petto di ogni persona che incontriamo stia il bocciolo di un

fiore che attende soltanto che da fuori gli sia detto "è primavera" per mostrare i propri splendidi petali.

ARIA

Scivolano le mani sulla forma e la figura della persona che sto trattando. Le seguo, le accompagno, le inseguo. Il mio corpo fa propria la danza di quelle mani, la danza che le mie mani ripetono e improvvisano. Un trattamento dinamico, un continuo movimento: lascio che a guidarmi sia Yansa, la dea del vento. Madre del caos e dei cambiamento, lei non sopporta la stasi: si muove di una danza spiraliforme, osservabile nei mulinelli d'aria, nei piccoli vortici che sollevano e portano con sé foglie, pagliuzze, ramoscelli, polvere. Improvvisa, imprevedibile, Yansa non si lascia catturare né fermare: è una presenza impalpabile, va dove vuole e torna quando vuole. Maga disobbediente e capace di scatenare tempeste, conosce nel profondo i segreti di ciascuno. Aria, Vento, Yansa è anche respiro, soffio vitale: fa strada al primo e all'ultimo fiato, portando in cielo lo spirito degli uomini alla morte. Con i compagni di seminario danziamo la sua danza, un volo di uccelli nell'aria. A ogni passo, a ogni respiro, a ogni battito d'ali, Yansa la maga ci fa dono delle sue armi: una spada e un ventaglio piumato. Armi che consentono di discernere e analizzare le cose, di fermare e abbandonare alcuni aspetti di ogni esperienza, di ragionare dando le corrette dimensioni agli eventi e di dar forma al nostro agire in maniera misurata. *Lascia arrivare le cose senza impedirle e lasciale andare senza trattenerle*, dice Yansa...

Un grazie di cuore va a tutti coloro che hanno reso possibile quest'esperienza: al monaco Tetsugen, al maestro Valter Yugen Umelesi, al direttore dell'Accademia dello Spettacolo Luca D'Amico, al fotografo ufficiale Fabrizio Diem, agli organizzatori Fis del Trentino, ai collaboratori del monastero e a tutti i compagni che hanno preso parte a quest'avventura.

Secondo incontro sulle
Medicine non convenzionali
e le discipline bionaturali,
organizzato dal:

Soroptimist di Lamezia
Terme e la Fis Calabria

di Valentina Isabella

“Questo secondo incontro del Progetto Benessere, incentrato sulle discipline bionaturali, ci porta oggi ad un approfondimento della medicina non convenzionale” - ha dichiarato la presidente del Soroptimist Club di Lamezia, Titty Giglio” introducendo il convegno dal titolo ‘Le medicine convenzionali, non convenzionali e discipline bionaturali’. L’obiettivo del dibattito - ha proseguito - è quello di far conoscere e mettere in evidenza le caratteristiche delle discipline relative alla medicina non convenzionale che consiste in un insieme di tecniche terapeutiche, non ancora sufficientemente conosciute, molto diverse e fra loro eterogenee che spaziano dall’etnomedicina come lo sciamanismo o la medicina tradizionale cinese, a tecniche che risalgono a non più di 30 anni, come la laserterapia”.

Anche il Parlamento Europeo comincia ad interessarsi di queste discipline “affinché gli Stati membri - ha affermato Renato Zaffina, operatore Shiatsu responsabile regionale della Federazione Italiana Shiatsu - regolamentino il settore delle arti per la salute e uniformino le diverse normative in materia. Queste discipline puntano l’attenzione soprattutto sulla possibilità di preservare un buon equilibrio nel rapporto tra la mente e il corpo e la buona congruenza tra l’individuo e il suo habitat”. Inoltre ha sottolineato la necessità che gli operatori, nel suo caso dello shiatsu, siano professionisti che si aggiornano continuamente, dopo aver seguito dei corsi triennali, in modo da essere in grado di dare risposte ai pazienti che spesso sono disorientati e non sanno a chi rivolgersi. Il responsabile Fis ha poi puntato l’attenzione sull’identità profes-

sionale nelle discipline bionaturali e in particolare nello shiatsu, sottolineando come è indispensabile che ci sia una regolamentazione nel settore delle arti della salute, al fine di tutelare non solo gli operatori ma anche i “riceventi” che usufruiscono dei benefici di questa disciplina. “Una regolamentazione - ha detto Renato Zaffina - può permettere a migliaia di operatori shiatsu che hanno frequentato un corso triennale di formazione professionale, di poter lavorare in forma moderna e sicura, con aggiornamenti che la Fis già richiede ai suoi iscritti.”

“L’attività dello Shiatsu - continua Zaffina - ha la caratteristica di operare nell’ambito della cura, della prevenzione e del mantenimento dello stato di benessere delle persone e dell’incremento della loro vitalità, senza prevedere per l’esercizio di tale professione la necessità di aver conseguito una laurea in medicina o titolo paramedico già riconosciuto come fisioterapista o massofisioterapista, dalle quali professioni lo Shiatsu è autonomo e distinto, in quanto prevede quadri di riferimento teorici e, soprattutto, di pratica manuale, distanti e non assimilabili dall’una all’altra formazione.”

Grande è l’importanza che le terapie alternative assumono ai tempi di oggi, per l’odontoiatra e naturopata Ennio Calabria, secondo il quale “esse non si possono ignorare e devono essere sinergiche con la medicina allopatica per cui è necessaria la collaborazione tra medici ed operatori, cosa che oggi manca o è modesta”.

Per raggiungere il benessere psicofisico, mente e corpo devono armonizzarsi, “devono dialogare continuamente - ha sostenuto la psicologa Sabrina Curcio - in modo che l’individuo acquisti la consapevolezza delle proprie emozioni senza contrastare le prestazioni corporee e sia in grado di ascoltare gli altri e conoscerne le emozioni”.

Le nuove discipline si diramano in campi più vasti tanto che riescono a curare anche i disturbi dell’età evolutiva. “Io - ha dichiarato Gabriella De Capitani - mi occupo principalmente dei disturbi dei bambini, dei disturbi dell’apprendimento e dei disturbi psicomotori attraverso una disciplina che si chiama audio-psicofonologia che rientra nelle discipline naturali in quanto non utilizza la farmacologia ma semplicemente la musica, i suoni e la voce materna. È una tecnica nata in Francia che permette di affinare la nostra capacità di ascolto dal quale dipende la nostra capacità di relazione, comunicazione, linguaggio, quindi trova un’applicazione in vari campi. Diciamo che ognuno di noi, che ha una competenza di base, una professione, la introduce nell’ambito del proprio campo di applicazione come supporto fondamentale per aprire i canali comunicativi e relazionali”.

Presente all’incontro la pastpresidente del Soroptimist International d’Italia, Teresa Gualtieri, che è intervenuta arricchendo di nuovi contenuti la tematica proposta e si è detta soddisfatta di questa collaborazione fra la sua associazione e la Fis Calabria..



HIGAN 2008

Anche quest'anno c'eravamo...

Nella luminosa zona dedicata allo shiatsu, nell'interno del funzionale teatro Pietro D'Abano in Abano Terme, siamo stati ospiti e protagonisti della presentazione delle arti d'origine giapponese.

Il tema del week-end è stato "Corpo e mente tra Oriente ed Occidente, la respirazione".

Quale occasione migliore, per far provare ai visitatori il piacere di sentirsi "espirare" le tensioni e pensieri fuori dal corpo!

Così, con la preziosa collaborazione d'insegnanti, assistenti ed allievi di shiatsu della provincia di Padova, abbiamo dato il via alla nostra attività con brevi trattamenti sui futon e sedia professionale.

Abbiamo avuto il piacere di trattare circa cento persone, anche la richiesta di informazioni è stata buona, in un contesto di tranquillità e rispettoso silenzio per tutti, tale che, era proprio dura lasciare i futon per tornare a camminare.....ah il piacere di essere accolti da un operatore shiatsu è sempre grande!

Così com'è sempre grande la serenità fra di noi, nel ritrovarsi a condividere le esperienze con il pubblico.

Grazie a tutti quelli che anche quest'anno sono stati con noi.

Michele Uliana

L'organizzazione Higan anche per il 2008 ha riconfermato la convezione per i soci FIS che desiderano richiedere al Card Associativa e Higan e poter così usufruire di sconti e opportunità, al prezzo speciale di € 35 anziché € 50.

Milano
22 novembre
2008

VIAGGIO AL CENTRO DELLA TECNICA

Una giornata di pratica shiatsu alla ricerca e allo sviluppo degli elementi fondamentali della tecnica.

Come migliorare o variare le tecniche che già conoscete.

Nuove tecniche e manovre tratte dal Gengo Shiatsu.

Io porterò con me un po' di musica e la mia passione per lo shiatsu.

Voi portate un po' di magliette di ricambio perché ci sarà da sudare (poche parole e tantissima pratica).

*Un abbraccio perpendicolare,
Daniele Giorcelli*

Per iscrizioni e informazioni:

Barbara Allegranza 039 2848533
338 4030662 mail: lombardia@regionifis.it

Luogo:

via Pacini, 46 - Milano
(presso Centro del Benessere)

Orario:

dalle 10,00 alle 13,00
dalle 14,00 alle 18,00

Costo: 45 euro

Partecipanti: tutti i soci FIS in regola

Responsabili regionali

Piemonte: Igor Pocaterra
piemonte@regionifis.it
tel. 011.6066671 - 340.4021526

Lombardia: Barbara Allegranza
lombardia@regionifis.it
tel. 338.4030662

Trentino Alto Adige: Elena Faes
trentinoaltoadige@regionifis.it
tel. 0464.390086 - 340.2571988

Veneto: Michele Uliana
veneto@regionifis.it
tel. 347.4741579

Friuli Venezia Giulia: Saverio Cortigiano
friuliveneziagiulia@regionifis.it
tel. 040.635850 - 328.8746032

Liguria: Davide Staunovo
Polacco
liguria@regionifis.it
tel. 0183.296932 - 339.4408830

Emilia Romagna: Carla Pola
emiliaromagna@regionifis.it
tel. 339.2263449

Toscana: Albina Papale
toscana@regionifis.it
tel. 055.579872

Marche: Giuseppe Vagnoni
marche@regionifis.it
tel. 338.8536903

Umbria: Vittoria Corrado
umbria@regionifis.it
tel. 328.3060422

Lazio: Anna Maria Falasca
tel. 347.9861281

Daniela Piola
tel. 340.3784613
Luigia Gambino
tel. 335.5729799
lazio@regionifis.it

Abruzzo: Ivano Ciotti
abruzzo@regionifis.it
tel. 0863.412436 - 333.8442331

Campania: Dorotea Carbonara
campania@regionifis.it
tel. 081.7022321 - 333.3795853

Puglia: Barbara Pianelli
puglia@regionifis.it
tel. 349.2973018 fax 080.4446046

Calabria: Renato Zaffina
calabria@regionifis.it
tel. 0968.433760 - 0968.29272 -
338.7450429

Sicilia: Giuseppe Orlando
sicilia@regionifis.it tel.
338.3258208

Coordinatore R.R.
Uri Luciano Ardesi
info@regionifis.it
coordinatore@regionifis.it
tel. 0471.918470 - 339.6711794

EMILIA ROMAGNA

Partecipazione
al SANA

Come da consuetudine la F.I.S. e la F.N.S.S. saranno presenti con uno stand alla manifestazione SANA di Bologna da giovedì 11 a domenica 14 settembre. La FIS Regionale dell'Emilia Romagna organizza lo spazio fieristico per proporre trattamenti shiatsu, quindi i soci FIS che vogliono mettere a disposizione il proprio tempo possono contattare Carla Pola, R.R. Emilia Romagna, ospitalità garantita come sempre...

un abbraccio Carla Pola
cell. 339-2263449
emiliaromagna@regionifis.it

TOSCANA

sabato
21 febbraio
2009

Sabato 21 febbraio 2009 a Firenze si terrà un incontro Fis sul tema: Il trattamento della spalla nel Gengo Shiatsu guidato da Daniele Giorcelli. L'incontro è riservato ai soci della Federazione Italiana Shiatsu. La sede è ancora da definire. Per informazioni e prenotazioni rivolgersi alla Responsabile per la Regione Toscana.

Albina Papale
tel. 055 579872
toscana@regionifis.it