

Indirizzo Internet:
www.shiatsuxin.it
E-mail:
scuola@shiatsuxin.it



SCUOLA DI FORMAZIONE

1° Convegno Nazionale Shiatsu Xin

Incontro e confronto fra studenti, operatori, diplomati, collaboratori e "simpatizzanti" della realtà Shiatsu Xin



Curare e guarire
come vie
di conoscenza

Questo è il tema scelto per il 1° Convegno Nazionale Shiatsu Xin, promosso dalla Scuola di Formazione e dall'Associazione Operatori Shiatsu Xin, che si svolgerà il 13-14-15 settembre prossimo a Borgo Priolo, in provincia di Pavia. Curare o non curare? Noi curiamo o non curiamo? E cosa vuol dire "curare"? Che differenza c'è con il "riequilibrio energetico"? Che differenti implicazioni ci sono in termini di responsabilità verso il cliente-

paziente nel curare, nel riequilibrio, nel favorire la sua consapevolezza? Quale parte svolge il paziente e quale colui che si prende cura?

Il significato e i problemi che emergono dal prendersi cura di una persona saranno esaminati da varie angolature con interventi anche di esperti in altre discipline, oltre lo shiatsu.

Pubblichiamo in anteprima l'introduzione di Franco Bottalo al tema del Convegno.

Curare. È questo un termine caduto in disuso negli ultimi anni. Nel mondo "alternativo" (dove per alternativo include tutto ciò che non odori di medicina chimica contemporanea) si tende ad usare altre espressioni più "corrette", quali "relazione d'aiuto", "relazione di scambio", "crescita reciproca" e altre ancora.

Sono tutte molto interessanti, ognuna ha una sua storia ed è ricca di pregi e di particolari "capacità evocative". Ma perché abbiamo paura ad usare la parola "curare"? E se poi vi disturba sentirvi dire che avete paura, allora ponetevi la domanda in questi termini: "perché non ritengo che la parola curare sia idonea a descrivere il processo che si mette in atto nel lavoro che svolgo?". Scegliete l'espressione che più vi aggrada, ma ponetevi la domanda.

Le risposte possono essere tante, ne ho sentite diverse e credo che ognuna contenga una sua parte di verità: perché è un termine usato nei secoli per sancire un rapporto di potere (economico, sociale, religioso) fra chi cura (ed è autorizzato a curare) e chi viene curato; perché non considera o sottostima il ruolo attivo svolto da chi riceve il trattamento e la sua responsabilità nella condizione che si è creata e nella possi-

bilità di modificarla; perché presuppone un processo definito nel tempo e nelle modalità ("tu hai un disturbo da un certo tempo, io lo curo e poi tu sei guarito"); e così via.

Mi pare però che tutte le motivazioni che ho enunciato, tutte quelle che ho pensato e che altri possono aver pensato, facciano riferimento più a possibili interpretazioni del termine "curare" che non al suo significato intrinseco.

La parola "curare" è un po' come la parola "amore", ci si può mettere dentro di tutto e di più: delitto d'amore, amore filiale, fare l'amore. Dio è amore...

Proviamo allora a non fissarci sul termine, ma piuttosto a comprendere cosa rappresenti per noi.

Curare, poi, va insieme a guarire, altro termine poco di moda. È come se avessimo un certo pudore, una vergogna, addirittura, ad usarlo; in quest'epoca "minimalista" ci appare eccessivo, troppo definitivo, o forse troppo impegnativo. Il timore di sentirci troppo importanti ci porta a dere-

sponsabilizzarci rispetto al processo di guarigione, sia nostro che dell'altro.

Penso invece che curare e guarire viaggino insieme al senso di responsabilità: responsabilità di chi cura e di chi è curato, responsabilità di guarire e di favorire la guarigione.

Responsabilità, infine, si sposa con impegno: se ci sentiamo responsabili di qualcosa, ci impegniamo a farlo al meglio. E l'impegno richiede distacco, per non diventare ossessivo; ma a sua volta il distacco richiede compassione per non diventare indifferenza, e la compassione nasce dall'amore.

Forse, ma solo forse, curare e amare sono due nomi per una stessa realtà. Ogni amore non consiste forse nel "prendersi cura di qualcuno" e come si può curare se non "amorevolmente"? Venendo curati impariamo a curare e curando ci curiamo; osservando il fiorire di una guarigione in un altro si percepisce il seme del guarire anche in noi. Allora si cura con amore ed è l'amore che cura.

1° Convegno Nazionale Shiatsu Xin Curare e guarire, come vie di conoscenza

Agriturismo "La Torretta", Borgo Priolo, 13-14-15 settembre 2002

PROGRAMMA

Venerdì 13

- Ore 15.30 Registrazione al Convegno
- Ore 16.00 "Spirito e natura in Giappone"
Diapositive, meditazione e lavoro pratico a cura di Graziana Canova Tura
- Ore 18.00 Attività sportive a piacere: nuoto, equitazione, tiro con l'arco
- Ore 20.00 *Cena*
- Ore 21.00 Benvenuto ufficiale a tutti i partecipanti. Presentazione dell'organico della Scuola e dell'Associazione Operatori. Presentazione del programma del Convegno

Sabato 14

- Ore 7.30 Qi Gong
- Ore 8.30 *Colazione*
- Ore 9.30 Laboratori su temi vari gestiti da insegnanti e operatori Shiatsu Xin
- Ore 13.00 *Pranzo*
- Ore 16.00 Relazioni sul tema "Curare e guarire"
- Ore 17.30 *Pausa tè*
- Ore 18.00 Dibattito
- Ore 20.00 *Cena*
- Ore 21.00 Spettacolo di danza
- Ore 22.00 Serata in discoteca con pizza a mezzanotte

Domenica 15

- Ore 7.30 Qi Gong
- Ore 8.30 *Colazione*
- Ore 9.30 "Le cinque mancanze del terapeuta"
Lettura, commento e lavoro pratico sul cap. 77 del So Wen a cura di Franco Bottalo
- Ore 12.00 Chiusura dei lavori
- Ore 13.00 *Pranzo*
- Ore 15.00 Attività sportive a piacere

■ Nelle ore libere del Convegno sarà sempre a disposizione una sala per coloro che vogliono scambiarsi shiatsu.

■ La quota di partecipazione al Convegno è di 50 Euro. Tale quota è invece di 40 Euro per coloro che effettueranno il versamento prima del 30 giugno 2002.

Le schede di partecipazione dovranno pervenire alla Segreteria Organizzativa Convegno Shiatsu Xin in Via Maiocchi 18, 20129 Milano e i versamenti dovranno essere effettuati sul c/c n. 241811/08, ABI 3069, CAB 9513 intestato all'Associazione Corsi Shiatsu Xin, inviando copia del versamento al fax 02 29510029.

Segreteria Organizzativa Convegno Shiatsu Xin

Via Maiocchi 18, Milano, tel. 02 29510029
347 7575356 - 339 4742221, fax 02 29510029
e-mail: raffa@mmm.it

Piccoli consigli per la primavera

Siamo ormai a primavera e se il povero Fegato, l'organo legato a questa stagione, potesse parlare, udiremmo il suo continuo e salutare ammonimento: "Altolà! Che razza di sostanze pericolose e nocive mi stai somministrando?".

Il Fegato, uno dei nostri organi più importanti, da un punto di vista fisico-chimico è la ghiandola più grossa del nostro corpo (contiene circa 350 miliardi di cellule) e ha un compito molto impegnativo, quello di filtrare e disintossicare. È quasi sempre in grado di rimediare a tutti gli errori nei quali possiamo incorrere per incompetenza, indifferenza o altri motivi. Le sostanze tossiche arrivano al Fegato dal piloro con l'afflusso del sangue e grazie a lui i veleni e i medicinali inadatti che ingeriamo reagiscono in forme meno nocive. Ma, malgrado tutta la sua perfezione, a volte questo nostro organo soccombe alle angherie cui lo sottoponiamo, inconsciamente, sovraccaricandolo di lavoro.

Ma anche dal punto di vista energetico della Medicina Cinese le sue funzioni non sono meno varie e vitali. Attraverso la funzione di armonizzatore di Qi e Xue, il Fegato contribuisce infatti a regolare la digestione, alla capacità di gestire le emozioni e le nostre tensioni psichiche ma anche muscolari, oltre a regolare la secrezione della bile.

Perciò non stupisce il fatto che la maggior parte delle persone soffra di sintomi legati al Fegato: collera, occhi e viso arrossati, insonnia, cefalee intermittenti, unghie fragili, palpitazioni, contratture muscolari, vertigini.

Ma qualcosa si può fare per aiutarci ad affrontare le difficoltà primaverili e aiutare il nostro Fegato, agendo su alcune delle funzioni che gli sono proprie.



segue in quarta pagina

PAROLE E LIBRI a cura di Massimo Beggio

MEDICINA TRADIZIONALE CINESE per lo Shiatsu e per il Tuina

A cura di Maurizio Corradin,
Carlo Di Stanislao e Maurizio Parini
C.E.A. Casa Editrice Ambrosiana
Milano, maggio 2001.

Sono solo poche righe quelle che possiamo dedicare a quest'opera così grande ed importante e ce ne scusiamo con i lettori di questa nostra rubrica.

Non è lo spazio che ci è tiranno, piuttosto il tempo. Il tempo per potersi prendere carico di tutta l'esperienza che è stata riversata in questo lavoro davvero ampio e notevole ad opera dei suoi numerosi autori.

Il tempo per poter entrare in profondità tra le pieghe di questo lavoro, per toccare con mano questa grande ricchezza d'esperienza che ci viene offerta e verificarla (nel senso di condividerla) anche nella nostra pratica per poi finalmente poterne parlare con una consapevolezza diversa. Questo tempo ce lo prenderemo 'nel tempo a venire' e non possiamo fare diversamente.

Però siamo convinti dell'importanza di segnalarne almeno l'uscita in questo nostro notiziario perché quest'opera si rivolge particolarmente a chi lavora con lo shiatsu. Pertanto, una volta superato lo scoglio del prezzo (142 Euro per i due volumi, indivisibili, più mappe dei canali e dei punti), credo se ne possa certamente ricavare molto, sia in termini di formazione generale sia nei termini di poter disporre di un prezioso strumento per il proprio lavoro.

I due volumi, di grande formato e di ottima fattura editoriale, rispondono a due momenti diversi.

Nel primo è riservato un ampio spazio alla teoria della MTC. Dalla fisiologia energetica degli Zang-Fu al sistema dei Canali alla diagnosi energetica ecc. Interessante in questo ambito (ma solo per dire una cosa) l'elencazione, pur se succinta, delle posizioni di alcuni importanti autori sui diversi argomenti della MTC.

Il secondo volume è invece dedicato più

specificamente ad aspetti più 'pratici': tecniche di trattamento (con una suddivisione in tecniche fondamentali dello shiatsu e del tuina) e suggerimenti per trattamenti specifici di varie patologie.

Fino a questo punto abbiamo parlato di questi libri in un modo che forse possiamo definire 'concreto ed oggettivo'. C'è però anche uno 'spirito' che anima quest'opera e che gli autori hanno voluto sottolineare nella prefazione ai due volumi. E si tratta di qualcosa non da poco.

Nelle prime righe di questa prefazione leggiamo che il 'collante' che ha riunito i diversi autori è la convinzione di poter "... fornire le basi teoriche ed i presupposti pratici che consentano una visione 'oltre' del massaggio tradizionale estremo-orientale". E tra le affermazioni finali, quasi come una risposta o una conferma data a se stessi, ci viene detto che "... abbiamo l'ardire di credere che, letto fino in fondo, il testo fornisca non solo percorsi diagnostici e terapeutici di provata efficacia, ma un modo decisamente nuovo di essere concretamente 'trascendenti' ed efficacemente 'creativi' nella pratica quotidiana."

Per quel che mi riguarda mi auguro che sia davvero così. Mi auguro di poter 'entrare' a condividere anche questa esperienza che forse è proprio la più importante.

La purificazione del sangue. Si usa farla in primavera, ma va bene qualsiasi periodo dell'anno a seconda del bisogno individuale. Per eliminare scorie e tossine dal sangue sono molto indicate le cosiddette insalate selvatiche quali tarassaco, giovani ortiche, crescione, achillea, foglie capuccine.

Il movimento. Camminare aiuta il Fegato sia attraverso la stimolazione alla motilità muscolare ("stimola tendini e muscoli") sia agendo in generale sull'attivazione dell'organo fisico. Inoltre chi fa del moto è obbligato, involontariamente, a respirare di più e più profondamente di chi si muove poco. A tal proposito è consigliabile respirare con il naso. Se lo facciamo con la bocca possiamo raffreddarci facilmente, mentre nel naso c'è una specie di piccolo impianto di riscaldamento che provvede a riscaldare l'aria man mano che entra.

Il sonno. I cinesi sanno per esperienza millenaria che il fatto di svegliarsi regolarmente fra la una e le tre della notte corrisponde a una disfunzione del Fegato e che proprio durante quelle ore notturne il Fegato raggiunge il culmine massimo di attività. Il trattamento del Fegato aiuta quindi a ristabilire un sonno profondo e ristoratore.

In un trattamento shiatsu, fra vari punti possibili, si possono utilizzare i punti Shu antichi che sono dei "bilanciatori generali", con i quali si possono controllare tutte le funzioni energetiche dell'organismo, e sono particolarmente efficaci per i disturbi legati alle stagioni in quanto sincronizzano il corpo con i mutamenti del clima. Risultano quindi anche efficaci nel trattamento delle allergie di tipo stagionale.

Altri punti specifici per le patologie del Fegato sono: V18 (Punto Shu del dorso di Fegato), che tonifica il Fegato, rinforza le difese organiche, favorisce la distribuzione del Sangue e del Qi e decontrae i muscoli; V19 (Punto Shu del dorso di VB) che tonifica Vescica Biliare, agisce sui disturbi legati alla bile (ittero, bocca amara e secca, disturbi gastrici...) e alla capacità di prendere decisioni.

Mariangela Baronchelli

ERRATA CORRIGE. Nell'articolo "COR-AGIO: presenza del sé o tecnica", pubblicato sul precedente numero, è stato erroneamente scritto: **prudentemente** anziché **precedentemente** e tendenza **attivalizzante** anziché **attualizzante**.
Ce ne scusiamo con i lettori.



Periodico di
informazione
Anno III - N.6
Maggio 2002

Direttore responsabile: Franco Bottalo
Editore: Associazione Corsi Shiatsu Xin
Via Maiocchi 18 - 20129 Milano.
Tipografia: Staroffset - Cernusco s/Naviglio
Impaginazione: Ruelle/GRAPHILLUS - Milano
Registrazione Tribunale di Milano n.705
del 3/11/2000

DAL MONDO DELLO SHIATSU

Nomine e progetti A.S.S.I.

A.S.S.I., l'Associazione delle Scuole di Shiatsu Italiane, di cui fa parte la nostra scuola Shiatsu Xin, ha un nuovo presidente. Il 30 aprile scorso, infatti, dopo il periodo di presidenza di Raffaella Isoardi, è stato eletto a tale carica Gianni Pizzati, direttore della Scuola di Shiatsu di Trieste.

In tale occasione sono stati definiti alcuni progetti che l'Associazione intende sviluppare il prossimo anno. Innanzi tutto si stabiliranno contatti sempre più "ravvicinati" con le istituzioni, soprattutto con le Regioni, per esplicitare la presenza, il peso e la competenza di A.S.S.I., il suo esserci nel momento in cui verrà decisa dalle autorità competenti una qualche forma di riconoscimento dello shiatsu e delle altre discipline attualmente "non esistenti". Altro tema caldo è quello riguardante gli operatori shiatsu e la possibilità di coordinare con un unico organismo operatori e associazioni di operatori a vario titolo collegati all'A.S.S.I.; a tal fine è stato costituito un gruppo di lavoro che si attiverà per dare una forma a questo progetto. Lo scopo di questo nuovo organismo sarà quello di collegare esperienze diverse che, pur mantenendo le loro specificità, possano così avere una maggior rilevanza a livello nazionale e nei rapporti con le istituzioni.

Ed infine altra iniziativa in cantiere è la convocazione per l'autunno 2003 di un grande Convegno Nazionale A.S.S.I., che vedrà riuniti tutti gli allievi, i diplomati, gli insegnanti delle scuole associate.

DALL'ASSOCIAZIONE OPERATORI SHIATSU XIN

Nella sessione primavera 2002
hanno superato l'esame di ammissione
all'Albo Professionale
Operatori Shiatsu Xin

Serenella Arrigoni
Agnese Bonassi
Elisabeth Bozzetti
Gianni Buono
Fulvio Calzamiglia
Cosetta Carrano
Maria Lorena Cavenaghi
Donatella Costi
Chiara Covini
Alessandro Formaggia
Marco Gazzetta
Nadia Ghiringhelli
Mario Iannello

Paola Leo
Nicoletta Lepore
Sergio Mauri
Rossana Mingarelli
Maria Theresia Morelli
Cristina Novali
Clorinda Salvadori
Claudia Schiroli
Sabrina Servucci
Claudio Tura
Riccardo Valtorta
Silvia Zinutti