

Medicina Tradizionale Cinese Tuina e Shiatsu in un unico Corso?...

...oggi si può con il Progetto



Una Scuola Innovativa
con Corsi Modulari full-immersion
Livelli di 8 giorni
2 Livelli all'anno
80 ore frontali a Livello



**Oriental Medicine
Integrated**

Corso Professionale di Medicina Tradizionale Cinese e Tecniche Integrate di Tuina e Shiatsu

推拿

指压



Scuola di formazione, divulgazione e pratica della Medicina Cinese, del Tuina (tradizionale massaggio cinese), del Qigong (antica disciplina cinese), dello Shiatsu (tecnica di digitopressione giapponese) delle Arti e Discipline Orientali per il benessere e delle Discipline BioNaturali e Olistiche.

Scuola iscritta negli Elenchi degli Enti di Formazione del CTS-DBN della Regione Lombardia per la Legge 2/2005
ASSOCIATA F.I.S.T.Q. – ASSOCIATA C.O.S.

A.I.F.O. e D.B.N. Accademia Italiana Filosofie Orientali e discipline Bio Naturali

Sede Legale: Via V. Emanuele, 27 – 23815 Introbio (LC) - **Sede Lombardia** U.L.: Via Aspromonte, 11 –
23900 Lecco (LC) - **Sede Toscana:** Loc. Le Piane, snc – 58034 Castell’Azzara (GR)
Infotel: 3356255206 – www.aifotuina.it www.aifoshiatsu.com

Le Materie trattate:

M.O.I. Medicine Orientali Integrate

- M.T.C. Medicina Tradizionale Cinese e Kampo
- Shiatsu
- Shinso Shiatsu

T.O.I. Tecniche Orientali Integrate

- Tuina (massaggio cinese)
- Shiatsu (digitopressione giapponese)
- Qigong e Do-In

V.E.I. Valutazioni Energetiche Integrate

- Valutazione energetica secondo i parametri della Medicina Tradizionale Cinese
- Valutazione energetica secondo i parametri dello Shiatsu Giapponese

T.C.I. Tecniche Complementari Integrate

- Moxibustione
- Coppettazione
- Guasha e Martelletto
- Auricolopressione

D.O.I. Dietetiche Orientali Integrate

- Dietetica Cinese teoria
- Macrobiotica Giapponese teoria
- * Laboratori di Cucina pratica Vegetariana, Vegana, Macrobiotica (post diploma a pagamento).

Post Diploma sono previsti (a pagamento), Corsi di aggiornamento e viaggi Studio-vacanza in Cina

Il Corso è modulare e con le seguenti modalità:

PRIMO ANNO

- **LIVELLO 1**
- **LIVELLO 2**

Frequenza: 8 giorni full immersion per ogni livello, 80 ore frontali per ogni livello. Un livello si effettua in primavera-estate, l'altro in autunno-inverno.

Teoria: si apprendono Fondamenti di MTC e Tecniche di Tuina 1

Pratica: si apprende Protocollo Base di Tuina sul lettino da massaggio in posizione prona, supina, trattamento viso, trattamento in posizione seduta.

Utilizzo: trattamento di Riequilibrio Energetico globale e ripristino della Vitalità applicabile in Centri Estetici, Centri Benessere, Centri Termali, in famiglia ecc. ecc.

Adatto: a tutti coloro che vogliono avvicinarsi alla MTC e al massaggio Tuina, a coloro che sono già in possesso di attestato di altre Discipline Bionaturali (Naturopatia, Shiatsu ecc. ecc.).

Attestati: Attestati A.I.F.O. e D.B.N. di Frequenza 1 e 2 Livello MTC e Tuina (tot.160 ore)

SECONDO ANNO

- **LIVELLO 3**
- **LIVELLO 4**

Frequenza: 8 giorni full immersion per ogni livello, 80 ore frontali per ogni livello. Un livello si effettua in primavera-estate, l'altro in autunno-inverno.

Teoria: approfondimenti di MTC, introduzione agli 8 Canali Straordinari, Diagnostica in MTC e Tecniche di Tuina 2

Pratica: si apprendono trattamenti personalizzati in relazione alla Valutazione Energetica. Riequilibrio Addominale e Trattamento con Tuina degli 8 Canali Straordinari.

Utilizzo: trattamenti personalizzati ad integrazione del trattamento di Riequilibrio Energetico globale e ripristino della Vitalità applicabile in Centri Estetici, Centri Benessere, Centri Termali, in famiglia ecc. ecc.

Adatto: a coloro che hanno frequentato 1 e 2 Livello.

Attestati: Attestati A.I.F.O. e D.B.N. di Frequenza 3 e 4 Livello MTC e Tuina (tot.160 ore)

TERZO ANNO

■ LIVELLO 5

■ LIVELLO 6

Frequenza: 8 giorni full immersion per ogni livello, 80 ore frontali per ogni livello. Un livello si effettua in primavera-estate, l'altro in autunno-inverno.

Teoria: approfondimenti degli 8 Canali Straordinari e dei Divergenti, studio differenziale dei Meridiani MTC e Shiatsu giapponesi, studio differenziale della palpazione dell'addome MTC e giapponese. Percepire l'energia con il metodo del Finger Test.

Pratica: si apprendono tecniche di lavoro sul Tatami e trattamento generale con tecnica An Fa (Kata Shiatsu).

Si apprendono trattamenti personalizzati in relazione alla Valutazione Energetica Globale Integrata di: MTC, Riequilibrio Addominale Valutazione Energetica dei Livelli di squilibrio più profondi nei Canali Regolari e Straordinari. Si apprendono tecniche innovative per intervenire sui punti shu, mu e ashi e sul dolore. Qigong per Operatori e riceventi.

Utilizzo: trattamenti Professionali, possibilità di lavoro in proprio Studio o come collaboratori di Medici Agopuntori, Fisioterapisti, Centri Benessere e Termali, ecc. ecc.

Adatto: a coloro che hanno frequentato 3 e 4 Livello.

Attestati: Attestati A.I.F.O. e D.B.N. di Frequenza 3 e 4 Livello MTC e Tuina (tot.160 ore)

■ LIVELLO FINALE MTC-TUINA:

Frequenza: 4 giorni full immersion, 40 ore frontali. Si effettua in primavera-estate oppure in autunno-inverno.

Esame: Ripasso e discussione Tesi Finale su trattamenti effettuati a riceventi.

Attestati: **Attestato A.I.F.O. e D.B.N.** di Frequenza Corso Professionale Triennale di MTC e Tuina (tot. 520 ore).

NB: Nei tre anni devono essere effettuate dagli Allievi min. 170 ore di pratica fuori sede (ca 6 persone all'anno da trattare ognuna con un ciclo di 10 trattamenti).

Quindi l'Attestato riporterà un tot. di 690 ore (richieste ad es. in Regione Lombardia per entrare negli Elenchi delle DBN).



Attestato F.I.S.T.Q. Federazione Italiana Scuole Tuina e Qigong



possibilità di essere iscritti nell'elenco Operatori Tuina FISTQ

QUARTO ANNO

■ LIVELLO 7

■ LIVELLO 8

Frequenza: 8 giorni full immersion per ogni livello, 80 ore frontali per ogni livello. Un livello si effettua in primavera-estate, l'altro in autunno-inverno.

Teoria: **Zen Shiatsu** del M° Shizuto Masunaga, studio delle zone di valutazione energetica addominale e della schiena.
Shin So Shiatsu del M° Tetsuro Saito, studio delle mappe e dei percorsi dei Meridiani, Valutazione Energetica attraverso il Finger Test, valutazione dei vari livelli di squilibrio e dei relativi Canali (Regolari, Straordinari, Divergenti, Oceano e Taikyoku).
Studio differenziale e Integrazione dei vari Metodi di Valutazione Energetica.

Pratica: approfondimento dei Kata di Shiatsu, comparazione della valutazione energetica di hara con Metodi M° Masunaga e M° Saito.
Si apprendono trattamenti personalizzati in relazione alla Valutazione Energetica Globale Integrata.
Si apprendono tecniche innovative per intervenire sui punti shu, mu e ashi e sul dolore. Esercizi di DO-IN.

Utilizzo: trattamenti Professionali, possibilità di lavoro in proprio Studio o come collaboratori di Medici Agopuntori, Fisioterapisti, Centri Benessere e Termali, ecc. ecc.

Adatto: a coloro che hanno frequentato 5 e 6 Livello.

Attestati: **Attestato A.I.F.O. e D.B.N.** di Frequenza 7 e 8 Livello Shiatsu (tot.160 ore)

■ LIVELLO FINALE SHIATSU:

Frequenza: 4 giorni full immersion, 40 ore frontali. Si effettua in primavera-estate oppure in autunno-inverno.

Esame: Ripasso e discussione Tesi Finale su trattamenti effettuati a riceventi.

Attestati: **Attestato A.I.F.O. e D.B.N.** di Frequenza Corso Professionale Triennale di MTC e Shiatsu (tot. 520 ore + 170 pratica).

NB: Nei tre anni devono obbligatoriamente essere effettuate dagli Allievi min. 170 ore di pratica (ca 6 persone all'anno da trattare ognuna con un ciclo di 10 trattamenti).

Quindi l'Attestato riporterà un tot. di 690 ore (richieste ad es. in Regione Lombardia per entrare negli Elenchi delle DBN).



possibilità di essere iscritti nell'elenco Operatori Shiatsu C.O.S.

Programma Dettagliato del Corso:

🌀 **M.O.I. Medicine Orientali Integrate – Teoria**

🌀 **M.T.C. Medicina Tradizionale Cinese e Kampo** **Insegnante: Diego Fumagalli**

- **LIVELLO 1:** Fondamenti di MTC (Yin e Yang, Qi, Jing, Shen, Xue e Jin Ye, Legge dei 5 Elementi-Movimenti, 6 Livelli Energetici, l’Orologio Cinese), Percorsi Canali Regolari 1, Canali Regolari e Psicismo.
- **LIVELLO 2:** Fisiologia Zang Fu, Percorsi Canali Regolari 2, Introduzione ai Canali Straordinari, Canali Straordinari e Psicismo. Valutazione Energetica dell’Addome.
- **LIVELLO 3:** Fisiologia-Patologia Zang Fu 1, la Diagnostica in MTC, Cause di Malattia, 8 Regole Ba Gang, 4 Metodi di Diagnosi, Riequilibrio dell’Addome.
- **LIVELLO 4:** Fisiologia-Patologia Zang Fu 2, Glossologia e Pulsologia, Semeiotica e Ispezione, Valutazione Energetica generale.



© **Shiatsu** **Insegnante: Diego Fumagalli**

- **LIVELLO 5:** Concetti teorici di base dello Shiatsu. Mappa Masunaga e concetti di Kyo e Jitsu. Introduzione alle zone di valutazione energetica dell'addome.
- **LIVELLO 6:** Zone di valutazione energetica di Hara e schiena.

© **Shin So Shiatsu – T. Saito** **Insegnante: Pietro Roat**

- **LIVELLO 6:** Panoramica sulla teoria dei meridiani nello Shin So Shiatsu, introduzione al Finger Test e alle tecniche di suono e visualizzazione, localizzazione percettiva delle zone di valutazione energetica e del percorso dei meridiani. Le zone su hara e sulla schiena di Saito e metodi di conferma. I trattamenti Shin So Shiatsu dei meridiani regolari in tutti 3 i livelli. Kyo-Jitsu: il significato più profondo e le varie possibilità di trattamento. Come eliminare Ja-Ki (trattamento Rei Sho). Qi Gong speciale di Ted.
- **LIVELLO 7:** Teoria dei meridiani Straordinari e nuovi sviluppi. Metodi di valutazione energetica e trattamento. Risoluzione di problemi strutturali attraverso il trattamento dei meridiani Straordinari. Protocolli speciali di trattamento dei meridiani Straordinari con IP-cord. Trattamento Yaki-hari e sue particolari applicazioni.
- **LIVELLO 8:** Teoria dei meridiani Divergenti e nuovi sviluppi. Metodi di valutazione energetica e trattamento. Il legame tra i meridiani e gli organi. Come dissolvere il ristagno del ki presente nei meridiani. Come dissolvere il ristagno del ki dai punti Bo e Yu. Valutazione energetica della mano e trattamento degli organi.

🌐 T.O.I. Tecniche Orientali Integrate - Pratica

🌐 Tuina – Massaggio Cinese Insegnante: Diego Fumagalli

- **LIVELLO 1:** Tecniche Base, Metodi "Fa".
Applicazione delle tecniche base con ricevente in posizione prona: trattamento della schiena, trattamento degli arti inferiori, trattamento di caviglie e piedi, trattamento del collo. Applicazione delle tecniche base con ricevente in posizione supina: trattamento di torace e addome, trattamento degli arti inferiori, trattamento di caviglie e piedi, trattamento degli arti superiori, trattamento del viso.
- **LIVELLO 2:** Applicazione delle tecniche base con ricevente in posizione seduta: trattamento delle spalle, trattamento del collo, trattamento della testa, trattamento degli arti superiori, mobilizzazione delle articolazioni.

- **LIVELLO 3:** applicazione delle tecniche in Tonificazione o Dispersione in base alla Valutazione Energetica MTC . Esame con palpazione dell'Addome.
- **LIVELLO 4:** Riequilibrio Addominale.
Trattamenti personalizzati in relazione alle Valutazioni Energetiche MTC e del Riequilibrio Addominale. Trattamento con Tuina degli 8 Canali Straordinari.

- **LIVELLO 5:** Tecniche di lavoro sul Tatami e trattamento generale con tecnica An Fa (Kata Shiatsu). Sperimentazione pratica con le tecniche del Tuina rispetto all' "Orologio Cinese" e conseguente Valutazione Energetica Differenziale.
- **LIVELLO 6:** Trattamenti in base agli squilibri energetici presenti nei meridiani Regolari con il Metodo del Finger Test del dott. T. Irie. Si apprendono tecniche innovative per intervenire sui punti shu, mu e sul dolore. Qigong per Operatori e riceventi.

🌐 Shiatsu

Insegnante: Diego Fumagalli

- **LIVELLO 5:** Fondamentali dello Shiatsu. Tecniche di lavoro sul Tatami con i Kata.
- **LIVELLO 6:** Tecniche di lavoro sul Tatami con i Kata. Pratica per percezione e Valutazione energetica di Hara.

🌐 Shin So Shiatsu

Insegnante: Pietro Roat

- **LIVELLO 6:** Pratica di Percezione con lo Shin So Shiatsu e il Metodo del Finger Test del dott. T. Irie. Pratica di tecniche innovative per intervenire sui punti shu, mu e ashi e sul dolore. Qigong per Operatori e riceventi. Tecniche di lavoro sul Tatami.
- **LIVELLO 7:** Pratica di tutto il Programma di Shin So Shiatsu svolto. Integrazione pratica dei diversi Metodi di Valutazione Energetica appresi.
- **LIVELLO 8:** Pratica di tutto il Programma di Shin So Shiatsu svolto. Integrazione pratica dei diversi Metodi di Valutazione Energetica appresi.



◆ **V.E.I. Valutazioni Energetiche Integrate** **Insegnante: Diego Fumagalli**

- **LIVELLO 3:** Valutazione Energetica dell'Addome secondo l'MTC.
- **LIVELLO 4:** Valutazione Energetica secondo i parametri della Medicina Tradizionale Cinese (lingua, polsi ecc.).
- **LIVELLO 5:** Valutazione Energetica dell'Hara secondo i Parametri dello Zen Shiatsu del M° Masunaga.
Valutazione Energetica rispetto all' "Orologio Cinese".
- **LIVELLO 6:** Valutazione Energetica con il Finger Test del dott. Irie secondo i Parametri dello Shin So Shiatsu.
- **LIVELLO 7:** Valutazione Energetica dell'Hara secondo i Parametri dello Shin So Shiatsu del M° Saito.
Integrazione dei diversi Metodi di Valutazione Energetica appresi.
- **LIVELLO 8:** Valutazione Energetica dell'Hara secondo i Parametri dello Shin So Shiatsu del M° Saito.
Integrazione dei diversi Metodi di Valutazione Energetica appresi.

● **T.C.I. Tecniche Complementari Integrate** **Insegnante: Diego Fumagalli + esterni**

- **LIVELLO 7:** Moxibustione, Coppettazione, Guasha e Martelletto.
- **LIVELLO 8:** Auricolopressione.

📖 **D.O.I. Dietetiche Orientali Integrate** **Insegnanti: esterni**

- **LIVELLO 7:** Dietetica Cinese teoria
- **LIVELLO 8:** Macrobiotica Giapponese teoria
* Laboratori di Cucina pratica Vegetariana e Vegan (post diploma a pagamento)

NB: tutti i Programmi dei Corsi potranno subire cambiamenti e/o variazioni a discrezione di AIFO e DBN.

中医针灸药疗

MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

La medicina cinese è annoverata tra le medicine non convenzionali e si ritiene costituisca il più antico sistema medico conosciuto. Essa è un sistema medico complesso, la cui versione più diffusa è il modello della *medicina tradizionale cinese (MTC)*, la cui fondazione risale all'epoca di Mao.

TUINA

推拿



Il tuina è l'insieme delle tecniche manuali tradizionali cinesi. Costituisce una delle tre branche principali della Medicina Tradizionale Cinese, di cui condivide riferimenti teorici e filosofici. Il suo sviluppo è strettamente legato alla storia dell'agopuntura e del pensiero medico cinese. In Cina è attualmente parte integrante della formazione universitaria tradizionale e in tutti gli ospedali sono attivi ambulatori di tuina.

Il tuina ha influenzato le scuole giapponesi di shiatsu e le scuole contemporanee di riflessologia plantare, digitopressione, micromassaggio.

Il tuina esercita un'azione di riequilibrio energetico, che mantiene e rafforza la salute psicofisica, e l'operatore tuina agisce coadiuvando

l'operato delle figure sanitarie per un recupero della salute in caso di alterazioni patologiche.

Si avvale di una serie di tecniche manuali (quali spingere, pinzettare, premere an, massaggiare, sfregare, picchiettare, scuotere, ecc) che regolano yin e yang, fanno circolare e tonificano il qi, agiscono sui canali e sugli zangfu, stimolano la circolazione sanguigna e migliorano la funzionalità di muscoli, tendini e articolazioni.

Il trattamento è costituito da una sequenza di diversi metodi-stimolazioni, che dipende dal singolo utente, dalla sua condizione specifica, dal momento in cui viene attuato il trattamento.

Il tuina è un valido complemento alle terapie convenzionali: favorisce il recupero della salute nei casi in cui siano presenti dolore, contrattura, tensione fisica e psichica, e in molte altre quali dolori mio-articolari, disturbi funzionali dell'apparato gastroenterico, respiratorio e ginecologico, stati ansiosi e depressivi e disturbi ad essi correlati. Una branca specifica di tuina si occupa dei lattanti e della prima infanzia.

In particolare il tuina trova applicazione come complemento al trattamento medico nei casi di dolore, gonfiore, contrattura, limitazione del movimento che seguono ai traumatismi, sia nel momento di acuzie, sia nella fase di cronicizzazione, nei casi di distrazione muscolare acuta o di distorsione articolare con interessamento di tendini, legamenti, sinovie, negli esiti di lesioni dei tessuti molli o di fratture ossee, nelle patologie dovute alla ripetizione di microtraumi. Costituisce anche un valido complemento nel trattamento delle malattie croniche con dolore mio-articolare.

Si utilizza con buoni risultati in ambito ginecologico (sindrome premestruale, dismenorrea, alterazioni del ciclo mestruale, disturbi della menopausa); gastroenterico (peso epigastrico, gonfiore addominale, difficoltà nella digestione, problemi intestinali); respiratorio (senso di costrizione del respiro, suscettibilità alle infezioni respiratorie e alle allergie).

Il tuina trova un'importante applicazione in quelle che i testi cinesi definiscono "malattie delle emozioni", cioè i disturbi con una componente psichica prevalente, quali ansia, insonnia, irritabilità, stanchezza mentale, umore depresso, instabilità emotiva.

L'aspetto psichico è spesso altrettanto importante nelle patologie più specificamente somatiche, siano esse di tipo doloroso (contratture e rigidità muscolari e articolari, cefalee, dismenorree, gastralgie) o funzionale (cefalea, oppressione toracica, gonfiore addominale, alterazione dell'alvo, irregolarità del ciclo mestruale).

La branca pediatrica del tuina ha una elevata efficacia nella risoluzione dei disturbi acuti dei bambini, permette di limitare il ricorso ai farmaci convenzionali in caso di patologie croniche, svolge un ottimo ruolo preventivo e di rinforzo della costituzione nei casi in cui il bambino si ammala facilmente.

Le indicazioni principali del tuina pediatrico sono: coliche del lattante, stipsi, diarrea; inappetenza, stanchezza, suscettibilità alle malattie invernali; tosse, catarro, asma, rinite; disturbi del sonno, irrequietezza, iperattività; ritardi dello sviluppo.

F.I.S.T.Q. Federazione Italiana Scuole Tuina Qigong – www.fistq.org

DIEGO FUMAGALLI

Insegnante e Operatore Professionale di Tuina, Shiatsu e Shin Tai.

Conoscitore di numerose altre tecniche di massaggio, da oltre un ventennio si occupa di Medicina Tradizionale Cinese e di Arti Orientali per il benessere e dal 1995 insegna Tuina e Shiatsu negli ambiti della formazione professionale, nella propria Scuola: A.I.F.O. e D.B.N. (Accademia Italiana Filosofie Orientali e Discipline BioNaturali).

Tel. 335 6255206

centrostudi@aifoshiatsu.com www.aifotuina.it



SHIATSU

指 圧



A partire dal VI secolo giunsero e si stabilirono in Giappone dei monaci buddisti che favorirono una larga diffusione dei principi della medicina tradizionale cinese e ne costituiscono il fondamento teorico. Dopo secoli di diffusione, nel 1911 venne emanata una legge che riconosceva ufficialmente l'agopuntura, l'*an-ma* e la *mo-xa*.

La stessa legge lasciava la possibilità di praticare anche altre forme di trattamento non riconosciute e questo avrà una particolare rilevanza nella nascita e nello sviluppo iniziale del metodo Shiatsu. Infatti nel 1964, una nuova normativa definì lo Shiatsu come una forma di cura autonoma e distinta dalle altre tecniche venendo così definito: *"La shiatsuterapia è una forma di manipolazione che si esercita con i pollici, le altre dita e i palmi delle mani senza l'ausilio di strumenti, meccanici o d'altro genere. Consiste nella pressione sulla cute intesa a perseguire e conservare lo stato di salute dell'individuo nella sua interezza"*.

Cominciano così a ricoprirsi di prestigio le prime scuole specifiche per il suo insegnamento e tra queste quella creata nel 1940 da Tokujiro Namikoshi, che ha avuto il merito di essere stato il primo a dare una organizzazione didattica essenziale alla metodologia Shiatsu.

Successivamente il M^o Shizuto Masunaga, inizialmente collaboratore di Namikoshi, ha elaborato una metodologia di Shiatsu che si basa sulla visione energetica del ricevente in quanto persona, fondando l'associazione di Shiatsu Iokai. Fin dalla sua nascita, che risale al periodo tra le due guerre mondiali si è caratterizzato per la staticità della pressione che viene portata perpendicolarmente alla superficie del corpo. Infatti non esistono

nello Shiatsu sfregamenti, impastamenti, manipolazioni, utilizzo di oli o altro; le pressioni entrano in profondità senza scivolare sulla pelle e producono uno stimolo a cui l'organismo della persona trattata "risponde", recuperando e manifestando dal profondo le proprie risorse vitali. In Italia come nel resto d'Europa lo Shiatsu si diffonde all'inizio degli anni settanta, quando trova un ambiente particolarmente favorevole alla propria diffusione ed al proprio sviluppo, come "terapia alternativa" in risposta alla crescente domanda di salute ed alla difficoltà a fornire risposte della medicina istituzionale. Per alcuni anni i praticanti sono poche decine ed i primi Corsi si svolgono in forma amatoriale e disorganizzata.

Lo Shiatsu si basa su quattro "pilastri":

1. il respiro
2. la postura
3. la perpendicolarità
4. la pressione

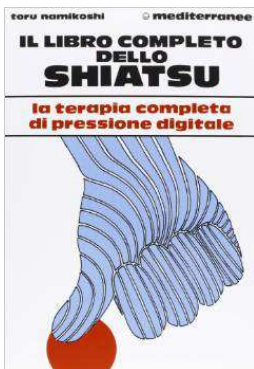
Lo Shiatsu è una tecnica manuale basata principalmente sulle pressioni portate con i pollici, le dita, i palmi delle mani. Una pressione efficace è caratterizzata da cinque fattori che devono sempre essere presenti:

1. l'uso del giusto strumento di lavoro
2. una corretta posizione dell'operatore
3. una corretta individuazione dell'area su cui operare
4. l'attenzione dell'operatore
5. tre fasi pressorie: ingresso, stasi, uscita

Questo permette, contattando il suo livello energetico più profondo e quindi tutti gli aspetti della sua realtà, di risvegliare nel ricevente la sua forza di autoguarigione. Nella medicina tradizionale cinese (MTC) psiche e soma non sono mai stati divisi e questo rappresenta una delle fondamentali differenze con la medicina occidentale.

Esistono diversi stili di Shiatsu, ma i più diffusi sono quelli fondati dai due grandi maestri Namikoshi e Masunaga (o Iokai), da cui assumono il nome, di seguito elenchiamo alcuni maestri e i loro stili:

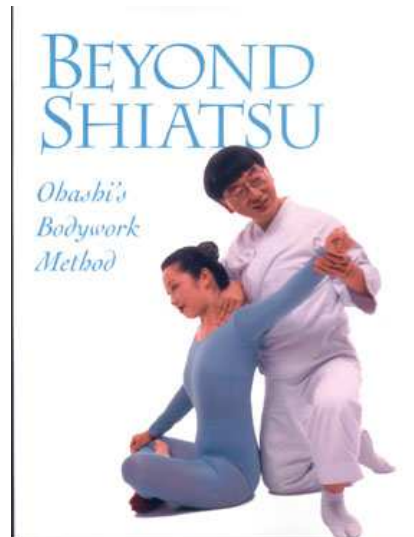
- Lo stile Namikoshi si concentra maggiormente sui sintomi, con l'obiettivo di intervenire sulle patologie in via preventiva e terapeutica, ed è l'unica scuola di Shiatsu ufficialmente riconosciuta dal Ministero della Sanità giapponese. Si contraddistingue per un approccio che utilizza le conoscenze della scienza medica occidentale. Tale tecnica mostra un'efficacia elevata in tempi rapidi, con riferimento agli specifici sintomi trattati.



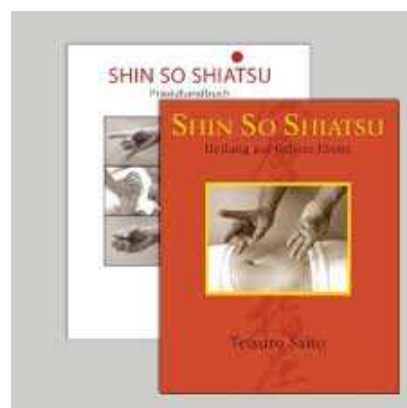
- Lo stile Masunaga, maggiormente diffuso in occidente, mira ad un equilibrio generale delle funzioni dell'organismo, la cui mancanza sarebbe, secondo Masunaga, la causa prima delle patologie: l'attenzione è dunque spostata dai sintomi alle cause. Nella pratica dello Shiatsu "Masunaga" si riscontra tipicamente un effetto di rilascio delle tensioni muscolari, con regolarizzazione del respiro, del battito cardiaco e della temperatura corporea: ciò favorisce un benessere a tutti i livelli (psichico, emotivo, fisico) che, dopo una sequenza di quattro-otto sedute con cadenza settimanale, tende a stabilizzarsi per un periodo di alcuni mesi. Alcuni benefici, talvolta, permangono più a lungo.



- Ohashi ha sviluppato una modalità di lavoro che si basa sulla comunicazione e la sinergia tra chi pratica e chi riceve il trattamento, aumentando il benessere e l'armonia di entrambi, portando quindi beneficio agli operatori. Il movimento continuo e l'uso della forza di gravità rendono il corpo di chi pratica questo tipo di metodo molto flessibile e privo di rigidità e contrazioni che alla lunga possono interferire con il flusso energetico.



- Tetsuro Saito con l'innovativa tecnica dello Shin So Shiatsu si focalizza sulla valutazione e sul trattamento di tutti i sistemi di meridiani presenti nel corpo. Le tecniche di valutazione energetica Shin So rendono possibile rilevare gli squilibri nei meridiani regolari, straordinari e divergenti e nei sistemi dei meridiani cosmici.



Shin So Shiatsu

指
圧



"Shin So" significa livello o strato più profondo. Shin So Shiatsu è una naturale evoluzione del lavoro pionieristico del Maestro Masunaga compiuta da Tetsuro (Ted) Saito, ed è basata sulla tradizione dello stile shiatsu dei meridiani.

Shin So Shiatsu si focalizza sulla valutazione e sul trattamento di tutti i sistemi di meridiani presenti nel corpo. Le tecniche di valutazione energetica Shin So rendono possibile rilevare gli squilibri nei meridiani regolari, straordinari e divergenti e nei sistemi dei meridiani cosmici.

Il successo del trattamento shiatsu dei meridiani deriva dalla sensibilità del praticante ai cambiamenti rilevati lungo il percorso dei meridiani. Inoltre i trattamenti dei meridiani straordinari e divergenti, comunemente usati in agopuntura, non sono ancora stati ben sviluppati e completamente codificati per una applicazione nello shiatsu.



Per trattare oltre una prospettiva basata sugli aghi occorre una mappa più dettagliata del terreno. Di centrale importanza per questo scopo è stata l'estensiva mappatura dell'intero complesso dei meridiani compiuta da Tetsuro (Ted) Saito, compito che, per essere portato a termine ha richiesto oltre quindici anni di studio e ricerca. Tale lavoro rappresenta il fondamento su cui sono stati sviluppati molti protocolli di valutazione energetica e trattamento.

"Con una mappa più completa è meno probabile perdersi lungo la via." - dice Ted.

L'eredità di Masunaga e le Scoperte di Ted

Il Maestro Masunaga, insegnante di Ted Saito, è scomparso prematuramente all'età di 56 anni e ciò non gli ha permesso di completare il lavoro oltre il sistema dei meridiani regolari. Pur contenendo informazioni di inestimabile valore sulle zone di valutazione energetica e sulla posizione dei meridiani, grossa parte della ricerca di Masunaga è rimasta non spiegata.



Nonostante le critiche a cui è stato sottoposto per tutta la vita, Masunaga ha dato un importante contributo allo sviluppo dello Shiatsu, dandoci i fondamenti necessari per fare un progresso sostanziale in qualità di praticanti. Tetsuro Saito si è occupato intensamente nello studio delle mappe dei meridiani che il Maestro Masunaga ha creato negli anni sessanta, tuttavia alcune problematiche avevano bisogno di essere riconciliate.

Ad esempio:

- Perché la mappa dei Meridiani Masunaga mostra una collocazione del percorso dei meridiani così insolita rispetto alle carte della MTC usate in agopuntura?
- I Meridiani Masunaga esistono realmente?
- E in tal caso, perché non c'è traccia di essi nelle mappe classiche dell'agopuntura?
- Come e quando possiamo usare questo sistema?
- Qual è la rilevanza e il significato delle zone di valutazione energetica di Masunaga su hara e sulla schiena?
- Cosa succede all'interno dei meridiani quando si usano le posizioni di stretching Masunaga?
- Perché l'uso di tali posizioni rende il trattamento più efficace?

Durante la sua ricerca Ted ha scoperto, fra molti altri fenomeni, che tutti i meridiani cambiano la posizione del percorso a seconda del loro grado di squilibrio energetico. Questa è già in sé una grande e rivoluzionaria scoperta. Nella MTC classica esiste per la verità un riferimento riguardo ai tre differenti gradi di squilibrio nel sistema dei meridiani regolari a seconda della gravità della malattia, ma non si trova affatto alcun riferimento sul preciso cambiamento della posizione del percorso dei meridiani a seconda del loro squilibrio energetico. In genere le mappe della MTC mostrano il percorso dei meridiani nella posizione del primo grado.

Il **primo grado** riguarda un livello di energia relativamente normale. Durante la nostra vita, anche se in realtà ci sentiamo bene, avremo sempre, in qualità di esseri umani, un certo grado di squilibrio energetico. Ciò è dovuto sempre alla presenza di una qualche debolezza fisica, mentale o emozionale delle quale possiamo non essere necessariamente consapevoli dato che per molti aspetti ci troviamo in condizioni di buona salute. Ciononostante il sistema dei meridiani è sufficientemente sensibile per rilevare anche gli squilibri più piccoli e mostrarci il tipo di supporto di cui abbiamo bisogno per sentirci ancora meglio.

Il **secondo grado** riguarda un livello di squilibrio energetico che va oltre il normale ed è anche chiamato "Ze Do Byo". Questo grado di squilibrio è talvolta detto anche "Meridian Disease". Se noi abbiamo uno squilibrio a questo livello sicuramente avremo una qualche sensazione di malessere, ma i problemi saranno superficiali e non ancora seri.

Il **terzo grado** è chiamato "Syo Sei Byo" e indica uno squilibrio energetico più profondo nel sistema dei meridiani regolari. In questo caso molto spesso vi sono dei problemi agli organi. Il sistema dei meridiani regolari può però non essere da solo in grado di regolare questo squilibrio e così l'energia in eccesso può cominciare a scorrere nel sistema dei meridiani straordinari. La posizione del flusso energetico cambia in base al grado dello squilibrio energetico. Le mappe di Masunaga mostrano per la maggior parte il percorso dei meridiani nella posizione di terzo grado.

La valutazione energetica e l'esatta collocazione del percorso dei meridiani possono essere oggi facilmente possibili grazie al metodo percettivo del "finger test".

"A clear and accurate diagnosis is the most important part of a meridian shiatsu treatment, only then can we work effectively and solve the underlying problems" - *"Una*

valutazione energetica chiara ed accurata è la parte più importante di un trattamento shiatsu dei meridiani, solo dopo una valutazione precisa noi possiamo lavorare efficacemente e risolvere i problemi alla radice" - spiega Ted. *"Se noi lavoriamo al livello più profondo di squilibrio tutti gli altri squilibri si riordineranno automaticamente. Se lavoriamo solo alla superficie i problemi riappariranno dopo breve tempo, o in forma diversa"*. Quando un sistema di meridiani si trova ad un livello di squilibrio tale da non essere più in grado di bilanciarsi da solo, un sistema più profondo entra in gioco e se ne assume il compito. Se anche questo sistema di meridiani non può mantenere il bilanciamento, interviene un sistema ancora più profondo, e così via. Se noi trattiamo al livello dello squilibrio più profondo anche i sistemi dei meridiani più superficiali si bilanceranno. L'approccio di Ted include quindi, oltre all'uso dei meridiani regolari anche la valutazione energetica e il trattamento dei sistemi dei meridiani più profondi.



Tetsuro Ted Saito

Tetsuro Saito (Ted) ha iniziato la sua formazione nell'arte e nella pratica dello Shiatsu al "Japan Shiatsu College", studiando a lungo con i maestri Masunaga e Namikoshi.

Un background nel campo dell'ingegneria ha indotto Tetsuro a portare nei suoi studi sui sistemi dei meridiani il desiderio di capire forma, struttura e funzione del corpo. Saito e molti altri sono stati membri del "Masunaga Research Group", con Ohashi e Ryokyu Endo.

Saito ha contribuito allo sviluppo dello Shiatsu soprattutto su due importanti fronti: ha fatto chiarezza nella comprensione del Sistema dei Meridiani Masunaga (Zen Shiatsu) e scoperto le strutture e le connessioni dei complessi dei Meridiani più profondi. Egli ha ricercato e sviluppato protocolli di valutazione energetica e trattamento per i meridiani straordinari, divergenti, oceano e per i sistemi dei meridiani Shin Myaku.

In contrasto con il percorso statico dei meridiani mostrato nelle mappe classiche della MTC, Saito ha trovato che la posizione del percorso dei meridiani cambia a seconda del grado di squilibrio energetico.

Nel 1972 Saito ha introdotto il suo nuovo paradigma di guarigione in Canada da una piccola clinica nella parte ovest della città di Toronto.



Gli Insegnanti



Diego Fumagalli : M.T.C. - Shiatsu - Tuina

Operatore Professionale di Shiatsu, Shin Tai e Tuina. Conoscitore di numerose tecniche di massaggio, da oltre un ventennio si occupa di Medicina Tradizionale Cinese e di Arti Orientali per il benessere e dal 1995 insegna Shiatsu e Tuina negli ambiti della formazione professionale. È promotore di un progetto di inserimento dello Shiatsu nella Scuola.

Ha scritto e pubblicato a tal proposito due Manuali di Shiatsu per bambini dal titolo: Lo Shiatsu tra i bambini in famiglia e nella scuola.



È titolare e direttore didattico della Scuola
A.I.F.O. e D.B.N. **Accademia Italiana Filosofie Orientali
e Discipline BioNaturali**



Pietro Roat : Shin So Shiatsu

Ama il silenzio e la montagna. Ed è in un momento di silenzio interiore che si accosta allo Shiatsu, nell'anno 2000. Dopo essersi diplomato alla Scuola Shambala Shiatsu di Milano supera l'esame al R.I.O.S. della Federazione Italiana Shiatsu nell'ottobre del 2004. Ha frequentato corsi con i maggiori maestri dello Shiatsu italiano e internazionale: Franco Bottalo, Maurizio Parini, Carola Beresford Cooke, Ryokyu Endo, Akinobu Kishi, ecc.

È co-ideatore del progetto "Attività Shiatsu di Gruppo" per gli utenti dell'ex Ospedale Psichiatrico di Pergine Valsugana, iniziativa accolta con successo e che prosegue ormai da diversi anni. Nella primavera del 2002 conosce Tetsuro Saito, dal quale rimane fortemente impressionato per l'incredibile precisione in sede di valutazione energetica e per la grande empatia dei suoi trattamenti shiatsu, nei quali maestria e conoscenza sono sempre unite a umanità e semplicità. Inizia così a frequentarne i corsi in Germania e Svizzera, diplomandosi in Shin So Shiatsu, per primo in Italia, nel 2006. Nel 2009 ha tradotto in italiano il libro di Tetsuro Saito *Shin So Shiatsu - Ristabilire l'equilibrio nei sistemi energetici più profondi*.

Ora è per lui un onore essere il coordinatore per l'Italia dei corsi con Tetsuro Saito, nella speranza che l'incontro con la pratica dello Shin So Shiatsu possa servire anche ad altri quale punto di partenza per un cammino appassionato che porti ad esplorare una nuova dimensione in quest'arte meravigliosa.



centrostudi@aifoshiatsu.com - www.aifotuina.it - www.aifoshiatsu.com