

Impara con noi la tecnica base dello Shiatsu COME EFFICACE STRUMENTO DI BENESERE

Di Paolo Sambo

La tecnica base di shiatsu stile Namikoshi è uno strumento imprescindibile anche per il più esperto dei terapisti che opera con questo metodo. A questo proposito è stata determinante la visita dell'Associazione Svizzera Shiatsu Namikoshi (ASSN) alla cosiddetta «culla» dello shiatsu: il Japan Shiatsu College di Tokyo. Durante lo scambio di trattamenti con allievi e maestri giapponesi, è emerso quanto la tecnica base fosse per loro lo «shiatsu vero» e non manovre per principianti come capita di sentire. Per completezza d'informazione, i maestri giapponesi si complimentarono con noi per la precisione delle manovre, eseguite nel rispetto del maestro Tokujiro Namikoshi che le aveva codificate, fondando di fatto la tecnica base.

Cos'è lo shiatsu? Il significato della parola è «pressione con le dita». Lo stile Namikoshi, l'unico riconosciuto dal ministero della salute giapponese, considera soprattutto il pollice come importante strumento per esercitare la digi-toppressione. Perché il pollice? Semplice: è un dito la cui muscolatura è molto robusta e il suo polpastrello incredibilmente sensibile.

Chi l'ha già sperimentato sa che solitamente si svolge a terra, su un materassino denominato futon. Questa modalità di lavoro permette di sviluppare le manovre al meglio, con il solo utilizzo del peso del corpo del terapeuta, il quale saprà poi orientare con sapienza la perpendicolarità necessaria a rendere le pressioni sufficientemente profonde e, dunque, curative per l'organismo.

L'obiettivo? Stimolare i processi di autoguarigione del corpo che sono innati ma spesso limitati dallo stress in cui siamo quotidianamente immersi.

Ricevere shiatsu è gradevole, la sensazione tipica è quella definita «dolore piacevole» proprio perché liberatorio. Provare per credere!

Numerosi sono i disturbi trattati con lo shiatsu ed elencarli qui non sarebbe esaustivo. Come per molti altri metodi



della terapia complementare riconosciuti a livello federale, è crescente nella popolazione la richiesta proprio per i grandi benefici riscontrati.

Puoi imparare anche tu la tecnica base seguendo 144 ore di formazione, le quali rappresentano il primo livello (9 fine settimana comprensivi di esame finale). Avrai poi la facoltà di scegliere se proseguire il percorso professionale triennale con la possibilità di ottenere il Diploma federale di Terapista Complementare.

La formazione è svolta in collaborazione con l'Istituto Omeonatura di Lugano dal 23 settembre 2023.

La sola tecnica base permette già di eseguire un trattamento shiatsu completo di qualità, per il benessere di familiari e amici. Al termine del primo livello, verrà rilasciato un attestato da parte dell'Associazione Shiatsu metodo Namikoshi.

Ti aspettiamo con grande entusiasmo!

Per informazioni e iscrizioni:

info@omeonatura.ch - 091 682 55 92



FORMAZIONE SHIATSU LIVELLO 1

144 ore di formazione - il primo livello permette di effettuare trattamenti completi in ambito non professionale.

Gli interessati possono proseguire la formazione (livelli 2 e 3) fino all'ottenimento del Diploma federale TC.

www.omeonatura.ch - www.namikoshi.ch