

Con lo Shiatsu si raggiunge “Il punto” di equilibrio

Pubblicato: Giovedì 23 Settembre 2004

✖ È un'associazione, si chiama “Il punto” e si occupa di shiatsu, una tecnica di digitopressione (dal giapponese Shi = dito e atsu = pressione) che rientra in quella che viene definita, troppo sbrigativamente, medicina alternativa, ma che a partire dagli anni Settanta si è affermata anche in Italia come tecnica curativa. Lo shiatsu agisce sul flusso energetico dell'essere umano e cerca di comprenderne i principi di funzionamento e di favorirne la circolazione nel corpo. I fondatori dell'associazione, che sarà inaugurata a Olgiate Comasco sabato 25 settembre, sono: Daniele Bianchi (nella foto), Mariagrazia Pozzi e Liana Buzzi.

Daniele, quando e perché ha deciso di dar vita ad un centro specializzato nel trattamento shiatsu?

«Circa un anno e mezzo fa, terminati i 3 anni di corso professionale, ho sentito l'esigenza di condividere questa mia esperienza con la gente, di mettere al servizio del prossimo quanto appreso in tutti questi anni di studi e sacrifici personali.

Mi occorreva però un luogo adatto, confortevole seppur piccolo, dove creare un polo di aggregazione finalizzato, oltre che alla pratica dello shiatsu, allo svolgimento di corsi – avvicinamento allo shiatsu ma anche di psicodinamica, autostima e vitalità – e dove poter dar vita ad iniziative ludiche e culturali come la cerimonia del té giapponese, il chanoyu»

Su cosa si fonda la disciplina terapeutica dello shiatsu?

«Il modo più semplice per tradurre la parola shiatsu è pressione effettuata con le dita.

È una tecnica manuale, che si è sviluppata in Giappone sulla base delle antiche tecniche di massaggio originarie della Cina.

Differisce dal massaggio comune in quanto utilizza digitopressioni costanti su punti precisi del corpo, gli stessi dell'agopuntura. La filosofia taoista dell'equilibrio tra forze opposte ne è alla base. Lo shiatsu non cura sintomatologie legate a particolari patologie, l'obiettivo è quello di ripristinare l'equilibrio energetico tra piano fisico, mentale, emozionale e spirituale, in una parola rendere più vitali».

Quali sono i benefici che si ottengono ricevendo trattamenti shiatsu? E soprattutto, è

rivolto a tutti?

«Non esistono praticamente controindicazioni, i benefici si possono riassumere in minori tensioni muscolari, mente più fresca e rilassata, senso di leggerezza...il particolare e profondo legame che si crea tra chi effettua il trattamento, tori, e che lo riceve, uke, alimentato dal silenzio e dal contatto corporeo, è a mio avviso, fonte di grande serenità e vitalità interiore».

Per concludere una curiosità: perché l'associazione si chiama "Il punto" ?

«Potrei rispondere nel modo più ovvio e banale...ovvero perché con lo shiatsu si trattano dei precisi punti energetici, ma so che non si accontenterà di questa spiegazione!

In realtà, io vedo il punto come l'inizio di un movimento a spirale da cui ha origine tutto...e mi piace poter pensare che il mio punti possa rappresentare una base di partenza per lo sviluppo di interrelazioni, amicizie profonde, benessere ed iniziative per la gente e soprattutto con la gente»

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it