



[www.dacuoreacuore.it](http://www.dacuoreacuore.it)

I shin den shin

[http://www.dacuoreacuore.it/e107\\_plugins/content/content.php?content.99](http://www.dacuoreacuore.it/e107_plugins/content/content.php?content.99)

Pagina 1/1

---

### **Seiki, la nuova terapia naturale che elimina lo stress senza fatica**

mariagrazia, lunedì 04 maggio 2009 - 09:54:21

Il Seiki è una via di mezzo tra lo Shiatsu e le tecniche di controllo dell'energia interiore, come il Reiki. Ma non è né l'una né l'altra ed è la disciplina che se ne frega, nata proprio per non aggiungere al corpo alcun tipo di pressione.

Secondo il fondatore del Seiki, il giapponese Akinobu Kishi, anche le discipline dolci come lo shiatsu impongono comunque al corpo un certo livello di pressione, al di là dell'effettiva volontà di scelta: ogni disciplina ha in sé un programma da seguire, una tabella, una serie di esercizi da svolgere. Il Seiki no. Paragonata al Rock n'Roll, il Seiki è la terapia naturale simile alle altre ma del tutto nuova, quella secondo cui tutto passa, stress incluso. Ma solo se la persona ed il corpo sono veramente pronte a lasciar passare la tensione mentale e fisica.

Dubbi e perplessità? Secondo quanto raccontato dalla giornalista del [Telegraph](#) il Seiki funziona ed è ottimo contro la tensione muscolare, il mal di testa, l'insonnia e i dolori posturali cronici. Se per caso doveste incappare in una sessione di Seiki, vi prego di tornare su benessere a dirci se è davvero tanto potente e tanto rilassante.

[Fonte](#)