



www.dacuoreacuore.it

I shin den shin

http://www.dacuoreacuore.it/e107_plugins/content/content.php?content.307

Pagina 1/2

Seiki: la "non-terapia" per la salute e il benessere

mariagrazia, giovedì 15 ottobre 2009 - 19:39:37

Direttamente dal Giappone contro stress, ansia, insonnia e molti altri disturbi

LUIGI MONDO & STEFANIA DEL PRINCIPE

L'origine di questa pratica risale alla fine degli anni Settanta, in Giappone.

È il Seiki ed è stato sviluppato dal maestro di Shiatsu, Akinobu Kishi che dopo gli studi e le esperienze cliniche ha iniziato a insegnare la tecnica dapprima in patria per poi esportarla anche in Canada e in Europa.

Il successo di tale disciplina è stato tale tra gli operatori che numerosi e famosi maestri di shiatsu lo hanno adottato come forma di terapia e hanno fatto del Seiki il loro cavallo di battaglia.

Il Seiki è un tipo di "terapia non terapia" in quanto pur essendo un mix tra shiatsu e l'uso delle energie vitali (detta "ki" in giapponese) non si comporta allo stesso modo. Principalmente infatti, al contrario dello shiatsu, non usa la pressione sul corpo ma promuove, come è anche nelle intenzioni delle terapie energetiche come, ad esempio, il reiki, l'omeostasi ovvero la capacità del corpo di ritrovare il suo equilibrio perduto che si manifesta con i più disparati disturbi.

Come risultato di una serie di sedute, il corpo è in grado di lasciare andare più rapidamente i sottostanti modelli di stress fisico e mentale.

Durante la sessione di Seiki, l'operatore si connette al campo energetico della persona e per mezzo dell'uso dell'energia di risonanza si cercano i punti nel corpo che entrano in questa risonanza: in questo modo l'operatore dall'osservazione dei movimenti fisici e dalla modifica del modo di respirare della persona riesce ad avere delle indicazioni su quali possono essere gli interventi per la guarigione.

«Quando c'è fiducia reciproca tra il terapeuta e il paziente, un sentimento di fiducia nelle forze vitali del paziente si mostra chiaramente sul corpo e nelle aree dove è necessario un intervento. Questo processo risveglia la natura profonda dell'essere e i cambiamenti che si verificano possono essere chiaramente percepibili, mentalmente ed emozionalmente... Il corpo si rilassa e diventa più flessibile, il dolore e le sensazioni anormali possono essere chiaramente sentite e tutto il corpo diventa più consapevole. Allora le funzioni per eliminare le tossine diventano più attive a livello mentale e l'armonia è ristabilita tra corpo e spirito» ha dichiarato Kishi. Nel Seiki, l'operatore confida nell'intelligenza della natura e del corpo che da sé già conosce la strada per il recupero della salute e dell'equilibrio. Il ruolo dell'operatore è così solo quello di sostenere questa intelligenza innata.

Durante una sessione che dura all'incirca 45 minuti, l'operatore "sfiora" il corpo della persona, al contrario dello shiatsu, per stimolare l'energia di questi a riequilibrarsi e riequilibrare l'organismo, dopo aver osservato la postura, la respirazione e il movimento e posto le sue mani per trovare i punti di risonanza energetica.

Secondo quanto dichiarato dal maestro Kishi, il Seiki aiuta a combattere numerosi disturbi grazie alla riattivazione del Ki che promuove il naturale movimento verso la salute. Sintomi come dolori, rigidità sono tra i campanelli d'allarme che il corpo fa suonare quando è ora di prendere provvedimenti.



www.dacuoreacuore.it

I shin den shin

http://www.dacuoreacuore.it/e107_plugins/content/content.php?content.307

Pagina 2/2

In suo soccorso ecco quindi arrivare il Seiki che, a detta degli operatori, combatte stress, tensione fisica ed emotiva, favorisce l'eliminazione delle tossine, aumenta la resistenza e l'adattarsi ai cambiamenti ambientali, sensibilizza l'organismo a cercare ciò che è meglio per sé, allevia il dolore, ripristina e mantiene i livelli di energia ottimali. Secondo alcuni agisce efficacemente anche in presenza di tensione muscolare, mal di testa e insonnia.

Altri benefici che promette di offrire il Seiki sono: un senso di profonda connessione con il proprio vero io; la disponibilità a rispondere alla vita, piuttosto che resisterele o nascondere da essa; la capacità di essere più spontaneo, più libero di essere e di agire; la volontà e desiderio di prendersi cura di se stessi.

[Fonte](#)