

Le shiatsu Namikoshi

Le shiatsu, thérapeutique originellement japonaise a désormais acquis une réputation mondiale.

Le Namikoshi shiatsu est la seule technique shiatsu strictement correcte.

Le but du shiatsu avec cette technique manuelle, naturelle, et sans manipulation est de pouvoir travailler sur soi en auto-traitement et sur les autres, d'alléger la fatigue et d'amener le corps à utiliser ses capacités de défenses et de récupération naturelles sur tout type de personne.

Le shiatsu utilise les pouces et la paume des mains et certains doigts, pour faire pressions sur les zones choisies et bien définies, en vue de corriger les irrégularités du corps, maintenir en faisant de la prévention ou amélioré la santé et contribuer à la guérison de certaines grosses souffrances.

Son action sur les différents systèmes débloque les noeuds et rétablit tous les dysfonctionnements et déséquilibres du corps.

Pratique sur les systèmes: viscéral (le ventre), nerveux, musculaire, articulaire, circulatoire, lymphatique.

La pratique régulière du shiatsu et du stretching assouplit les muscles, évite l'accumulation de la fatigue et maintient les nerfs en états d'alerte. En stimulant les nerfs, le shiatsu et le stretching facilite la transmission des informations, stimulent les muscles du squelette et augmente le degré de mobilité des articulations.

En se basant sur l'attitude mentale de la personne qui reçoit le soin, le shiatsu stimule la force destinée à prévenir la maladie, s'avérant ainsi davantage qu'un simple remède. Il fait partie des soins holistiques ou la souffrance physique diminuée aide dans l'amélioration de la souffrance psychologique et vice et versa.

Le shiatsu essaie de faire prendre conscience aux gens que le corps humain a des pouvoirs de guérisons naturels sur son propre corps. Le shiatsu, qui n'est pas uniquement un remède et qui s'appuie sur le psychisme de la personne en soin, stimule aussi son pouvoir de résistance aux maladies. L'instinct est la base de cette science, et l'humain le démontre très bien quand par instinct il masse, ou frotte l'endroit qui lui fait mal, qui est engourdi, raidi ou endolori.

La plupart du temps, les gens perdent de vue leur propre autonomie et leur propre instinct naturel de vie et de santé, vitaux à toutes personnes, vivant sur

terre, pour être un être libre, et pouvoir prendre la responsabilité qui lui incombe pour réussir sa vie lui-même.

Le shiatsu autre qu'un remède naturel sur le physique agit aussi sur le psychisme de la personne en traitement, et stimule son pouvoir de résistance aux maladies.

Tokujiro Namikoshi dit textuellement :

« Les hommes d'aujourd'hui ont tendance à oublier l'importance des cures et de soins naturels et à souvent trop dépendre de la médecine dans son ensemble, afin de soigner le plus rapidement les effets et non les causes».

Le cœur du shiatsu est pareil à l'affection maternelle pure :

« La pression des mains fait jaillir les sources de la vie ».

Tokujiro Namikoshi

Cette formation est basée essentiellement sur la pratique. Le fait qu'elle se déroule sur 3 mois, permet à chacun, entre chaque module de s'exercer et de reprendre ce qui a été appris précédemment, pour une meilleure compréhension, et une meilleure pratique de la technique.

Le shiatsu Namikoshi agit sur beaucoup de plan, entre autres, le système nerveux, circulatoire, lymphatique, musculaire, articulaire, et énergétique.

Il est important aussi de penser que durant un soin :

“que nous ne sommes que des aides, nous ne sommes pas “des Dieux, ne nous prenons pas pour ce que nous ne sommes pas. Ne laissons pas l'égo dominer notre pratique“.

Nous aidons simplement le corps à se soigner lui-même en favorisant ces capacités naturelles de défense de l'organisme. Essayons de pratiquer en toute humilité en respectant le technique et le Maître Namikoshi qui nous a transmis, cette méthode simple extraordinaire et véritablement efficace de soin, pour la santé de tous, afin de nous rendre autonome face à elle.

Ce shiatsu, d'origine japonaise à des pratiques, des appuis et une technique qui, avec les pouces et les mains sur certains points du corps, sont complètement différents de celui qu'on appelle également shiatsu mais qui devrait porter le nom d'accu-pression, technique qui provient de Chine et qui agit sur les méridiens.

Cristal

“Au pays du soleil levant“

Formatrice en
Shiatsu Namikoshi