



# IL POLLICINO

di Bologna



## Sommario:

• Grazie Valsamoggia	Pag 2
• Dal cuore del Salento un mare di shiatsu e...	Pag 3
• Tutto quello che avreste voluto sapere sullo shiatsu.	Pag 4 e 5
• Shiatsu Do Volontariato—Progetti internazionali	Pag 6 e 7
• La Tenda Bianca—Shiatsu per l'emergenza	Pag 8
• Carenze di base, difficoltà logiche	Pag 9
• I prossimi appuntamenti	Pag 10

Siamo su internet:

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

[www.artedelloshiatsu.wordpress.com](http://www.artedelloshiatsu.wordpress.com)

## A.A.A. CERCASI!!!!!!

**SOCI DI BUONA VOLONTÀ CHE POSSANO INVIARE ARTICOLI, RICETTE, CURIOSITÀ O ALTRO DA PUBBLICARE SUI PROSSIMI NUMERI DE "IL POLLICINO".**

**INVIA IL MATERIALE IN FORMATO WORD A: SHIATSU-DO@IPERBOLE.BOLOGNA.IT**

## NUOVE OPPORTUNITÀ SUI SENTIERI DELLA NOSTRA SCUOLA...

La settimana Istruttori, alla quale ho partecipato a fine agosto, sancisce come sempre l'inizio del nuovo anno accademico.

Diversi spunti di riflessione e di crescita per il nostro shiatsu sono emersi dai lavori. Molti di questi riguardano la rivisitazione del curriculum formativo della Scuola.

Questi cambiamenti sono il risultato soprattutto di due "forze" che negli anni hanno agito insieme. Da un lato – principalmente – l'esigenza di perfezionare ed arricchire sempre più la nostra didattica, per poter offrire ai nostri soci-allievi la miglior formazione di base possibile; questo in termini di programmi di studio, di opportunità di pratica e di aggiornamento e miglioramento delle capacità didattiche dei formatori.

D'altra parte, il processo iniziato molti anni fa verso il riconoscimento dello Shiatsu sta imponendo l'adozione di un monte ore più ampio, di un aumento delle materie insegnate e, anche in questo caso, di una maggior professionalità e competenza dei formatori.

Queste due spinte hanno portato ad alcune importanti modifiche nei vari Percorsi di studio, operative già dai corsi che inizieranno a settembre.

Tutto ciò senza alcun aumento di costi per gli allievi!

Mi pare opportuna questa "venale" precisazione, considerando che alcune di queste modifiche riguardano l'aumento delle ore di lezione

"frontali" con docenti e co-docenti, e quindi con un notevole aumento dell'impegno richiesto agli stessi ed alle strutture ove i corsi si svolgono.

Dopo un primo momento dove mi sono saltati agli occhi – e piombati sulle spalle... – tutti i problemi che questa nuova organizzazione avrebbe comportato, ho però ragionato su come nella pratica si traducesse molto semplicemente in quanto – da sempre – ci sforziamo di fare.

**Offrire a tutti i nostri soci possibilità, occasioni, opportunità di percorrere la "Via dello Shiatsu", di esplorarla in tutte le sue diramazioni, di scoprirne i "punti panoramici" al termine di salite a volte dure, di abbeverarsi a piccole sorgenti quando la sete si fa più forte, a scoprire che sul sentiero ci sono tanti altri come noi, amici con i quali fare un pezzo di strada insieme, godendo della reciproca compagnia e della bellezza della nostra amata Disciplina.**

Concludo segnalandovi, in particolare, gli articoli di Sabrina e Francisco sui Progetti Internazionali, che gettano una luce importante su come lo Shiatsu viene vissuto e praticato in luoghi e situazioni da noi lontani, e forse poco comprensibili. Un'ottima occasione per ampliare il nostro punto di vista!

Buona lettura.

Marcello Marzocchi



## Grazie Valsamoggia !!!

Edizione 2010



*Anche noi vorremmo ringraziare Silvia, la cara amica dalla Sardegna, per il simpatico commento sulla settimana esperienziale in Valsamoggia. Uniamoci a lei in un grazie corale al gruppo, ai luoghi e allo shiatsu che sempre ci permette di vivere dei ricchi momenti di condivisione e belle emozioni...*

"Si chiude una porta... si apre un POLTROONE!" è il mio motto per la settimana in Valsamoggia 2010. Le parole chiave: "Uky" e "ENRGIIIA!" E' il vostro CACCARUCHEDDU che vi scrive... con il suo piccolo ma abile beccuccio :-)

Premesso ciò... Inizio con la fine, cioè con i ringraziamenti.

GRAZIE alla mia co-maggioranza ed al Grande Capo che mi hanno accolto stupendamente, riconfermando ed ampliando la bella amicizia che si era creata dal primo incontro in Valsamoggia nel 2008. GRAZIE a Lilly che ha dato quel tocco di dolcezza che fa la differenza. GRAZIE alla mia toghissima compagna di stanza Gigia, che da subito ho capito sarebbe stata compagna di belle parole ma anche semplicemente di cazzate :-). GRAZIE alla forza di Chiarella. GRAZIE a Polmone (Fede), Cuore (Cinzia), Vescica Urinaria (Carmine, per gli amici Carmelo) e ai suoi origami colorati. GRAZIE a Laura e Manuela e ai loro krumiri (gnammy).

GRAZIE alla mamma Annalisa e alla sua musica sopra i tramonti della vallata. GRAZIE al "penetrante" Primo. GRAZIE ad Olga, al suo cappello fuxia, alla mappa (che non è il territorio) e alla strada asfaltata. GRAZIE a Roberta con i suoi Gighen e Ghemon che ci hanno accompagnato in una giornata in cammino. GRAZIE alla Tenda Bianca e agli amici di Bologna che ci hanno raccontato i cuori scoperti dei terremotati ed oltre. GRAZIE agli amici che son passati anche solo per un saluto. GRAZIE ai genitori della Lodola e alla Lodola stessa per averci ospitato. GRAZIE all'adorazione guidata, all'installazione teatrale, al gorgonzola di Novara e al bar del Tao. E ovviamente grazie a me, ai dolci sardi e al cannonau di Jerzu!

Ed ora finisco con l'inizio, cioè raccontando dal mio piccolo alcune impressioni... Sulla base di quanto vissuto vorrei incoraggiare tutti gli shiatsuka a partecipare a questa settimana esperienziale che ogni anno sa di ricerca ed ascolto. Il gruppo ha fatto il suo percorso e si è aperto varie "cavedagne" in

campi colmi di percorsi energetici. Non solo quelli che per scuola trattiamo frequentemente, ma anche tutte le estensioni (!!!!) che ci hanno incuriosito, andando oltre il dato, oltre la direzione dei percorsi trattati, oltre la profondità, oltre la leggerezza, oltre il tempo e modo o mezzo di pressione... e più semplicemente oltre. La vita in autogestione ci ha permesso di consolidare il gruppo e dunque rendere più denso il lavoro svolto.

Ciò che certamente mi è rimasto è in essenza la differenza tra un silenzio vuoto ed un silenzio ricco e di come da uno possa nascere l'altro in un percorso di evoluzione reciproca. Così è stato, nella vita comune e nella pratica, dove si è lasciato spazio all'espressione della sensazione nel modo più ampio che si possa intendere.

Un caldo abbraccio.

Silvia Pisu

Ad agosto sono state effettuate le consuete pulizie della nostra sede per poter ripartire con le attività in un ambiente più pulito e rinnovato....



Ringraziamo tutti i soci che hanno contribuito

"Guarda sempre bene dove vai. In caso contrario, potresti finire in un pezzo di Foresta che hanno lasciato vuoto per sbaglio"



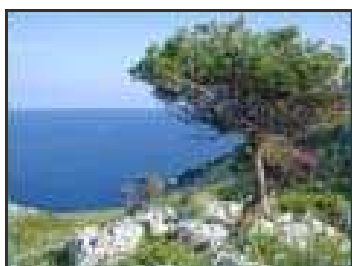
Da "Così parlò Winnie Puh. Istruzioni per una vita felice"

# IL POLLICINO di Bologna



## DAL CUORE DEL SALENTO UN MARE DI SHIATSU

TANTO ALTRO PER PASSARE INSIEME TRE GIORNI DI PRATICA, STUDIO E AMICIZIA



Sarà per le mie origini, ma sono innamorato di questa terra, della sua natura e della sua gente. Da tempo avevo in mente di vivere e proporre un seminario di shiatsu in Puglia. Quest'anno finalmente ci proviamo grazie all'impegno-sostegno della sede di Lecce. Per fine settembre è programmato un evento in un posto bellissimo a due passi dal mare, ma immersi nella splendida campagna nei pressi di Otranto all'estremo Est dell'Italia (saremo i primi ad ammirare l'alba al mare). Godremo della presenza vitale della natura nei suoi vari elementi vento, acqua, sole e praticheremo shiatsu in sintonia con essi integrando tutte

le esperienze al luogo che ci accoglierà. Pratiche complementari come Qi Gong e Yoga saranno proposte dall'amico Ken del centro Leccese e favoriranno lo scorrere dell'energia vitale. Se lo Shiatsu stimola la vitalità, credo che praticare in sintonia e simbiosi con la natura ci faccia recuperare un sentire più naturale e fluido. Non mancheranno le occasioni di socialità e divertimento che scaturiscono naturali e coinvolgenti quando si sta bene insieme. Con l'amico e collega Marcello di Bologna la leggerezza e l'umorismo sono ingredienti già sperimentati. Maggiori dettagli sul sito, o rivolgendovi alla Sede di Bologna. Sarei molto felice di poter condividere con tanti di voi questa esperienza che si prospetta indimenticabile.

Livio Bucci

L'incontro verrà condotto da Kenji Corsano, Livio Bucci, Marcello Marzocchi, altri... e si terrà presso

Agriturismo **La Fattoria**

Strada prov.le Otranto-Uggiano bivio Casamassella, tel. 0836 804651-  
(www.lafattoria-otranto.com)

**Dalle 15,00 del venerdì alle 15,00 della domenica**

**Contributo per seminario: 50 Euro**

**Alloggio: 100 euro mezza pensione (bevande incluse ai pasti) - (Pasti aggiuntivi 15 euro)**

**IL SEMINARIO E' APERTO A TUTTI**

**(è possibile venire anche con parenti o amici)**

**DECATHLON**

**CONVENZIONE DECATHLON**

ABBIAMO DATO AVVIO AD UNA CONVENZIONE COL NEGOZIO DECATHLON DI BOLOGNA  
A TUTTI I SOCI CHE SI PRESENTERANNO CON LA TESSERA DELL'ACCADEMIA IN CORSO DI  
VALIDITA', SCONTO DEL 5% SULL'ABBIGLIAMENTO TECNICO

# IL POLLICINO di Bologna



TUTTO QUELLO CHE AVRESTE VOLUTO SAPERE SULLO SHIATSU  
 (MA NON AVETE MAI OSATO CHIEDERE. O NON VI HANNO MAI VOLUTO DIRE)



Il blog dell'Accademia Italiana Shiatsu-Do



"Sto facendo dei trattamenti a mia suocera e vorrei disfarmi di lei senza lasciare tracce. Esiste un punto di shiatsu che, se premuto, possa fare al caso mio?"

Chissà quante volte avreste voluto fare domande di questo genere, ma eravate troppo in soggezione per porle davanti ai vostri compagni di corso o al vostro istruttore... Da ora avete la possibilità di chiedere ad operatori e istruttori altamente competenti e qualificati!

Qualche mese fa ci siamo guardati in faccia e ci siamo chiesti: tra tutti gli strumenti che Accademia usualmente adopera per divulgare lo shiatsu, è possibile crearne uno che permetta una più ampia e facile interazione tra i lettori? Abbiamo pensato ad un blog. E l'abbiamo fatto. Da fine maggio, con un discreto successo, è on-line "L'Arte dello Shiatsu" (<http://artedelloshiatsu.wordpress.com>). Il nostro intento (che, immodestamente, stiamo portando avanti con apprezzabili risultati) è quello di riunire un certo numero di articoli piuttosto autorevoli che siano in grado di stimolare riflessioni e

discussioni, tramite "post" mirati, riguardanti tutto o quasi ciò che gravita attorno al nostro mondo. Al progetto partecipano istruttori di Accademia con esperienza pluriennale. In questi primi mesi già si vede un'evoluzione nella struttura e nei contenuti ma, come tutte le cose "vive", c'è bisogno di partecipazione. Abbiamo ancora un po' di idee in testa ma, perché funzionino, serve il contributo di voi tutti... Per adesso vediamo un po', nel dettaglio, com'è composto il blog. Chiedo scusa a coloro che sono già avvezzi al funzionamento di questo medium. Per coloro che, invece, non masticano tanto la "blogosfera", ecco qui: ci sono quattro colonne, ciascuna sormontata da un'immagine.

La prima da sinistra è il "Giardino Zen". Qui vengono pubblicati gli articoli. Per questioni di spazio, troverete in prima pagina ("Home") gli ultimi quattro in ordine di tempo. Se, però, andate in fondo alla colonna, cliccando sulla scritta "post precedenti" potrete leggere i quattro pubblicati prima. Cliccando di nuovo sulla stessa scritta ne troverete altri quattro, e via così. I post non scadono: sono sempre validi per essere commentati e suscitare nuove riflessioni. Per dire la vostra

basta cliccare sul titolo del post e, in fondo all'articolo, troverete lo spazio per scrivere e pubblicare ciò che volete. Non serve iscriversi per commentare i post. Dovete solo inserire il vostro nome (o pseudonimo) e il vostro indirizzo e-mail (che non verrà pubblicato) e, poi, il vostro contributo.

La seconda colonna, quella delle "Mani", è quella che vi permette di navigare all'interno del blog. Se vi perdetevi nei suoi meandri, basta cliccare sull'immagine sotto la scritta "Home" per tornare alla prima pagina (un po' come dire "Tana libera tutti"...). La casella "cerca" serve per trovare tutti gli articoli che contengono una certa parola chiave (es. "disfarsi della suocera" oppure un più classico "percezione", tanto per dirne due a caso). Le "Pagine" sono, come dice il nome, delle pagine monotematiche, fisse, che danno notizie diverse: Cos'è lo Shiatsu, Gli Autori, Chi siamo, Perché questo blog...

La Panchina al Parco Accademia è un'altra pagina "fissa". Entrandoci avrete la possibilità di scrivere ciò che volete, anche se slegato da

# IL POLLICINO di Bologna



quanto abbiamo pubblicato sulla colonna del "Giardino Zen". Come tutte le panchine nei parchi, la gente ci si siede e chiacchiera di tutto un po', dal fatto che non esiste più la mezza stagione a questioni più attinenti alla nostra Disciplina.

"Articoli recenti" elenca gli ultimi quindici articoli pubblicati. "Commenti recenti" fa lo stesso, ma con i commenti. "Archivio" vi permette di vedere tutti gli articoli divisi per mese di pubblicazione. "Chi l'ha scritto" è un archivio diviso per autore. "Di cosa si parla" è un menù che permette di selezionare gli articoli racchiusi per ciascuna categoria. Gli altri campi sono i post elencati tra i più letti e i più votati.

La colonna del "Bonsai" dà altre informazioni: il link alla rivista Stare Meglio su Facebook, gli eventi shiatsu che Accademia organizza durante l'anno in tutta Italia, foto e cose così.

L'ultima colonna, la "Farfalla", è quella che vi mette in contatto con noi. Potrete iscrivervi al blog inserendo il vostro indirizzo di posta elettronica (che rimarrà riservato)

e, rispondendo alla mail di conferma che vi verrà inviata in automatico, riceverete una notifica via posta che vi avviserà ogni volta che pubblicheremo qualcosa di nuovo. Non abbiate paura, non vi verrà inviato alcuno "spam": è un servizio per voi e basta... "Networked Blog", invece, vi consente di legare il nostro blog al vostro profilo Facebook: basta cliccare su "Follow my blog"... poi ci sono i link ai siti del "Mondo Accademia", i nostri indirizzi mail per lusinghe, domande o vibrare critiche che vorrete inviarci privatamente, e un sondaggio per misurare il vostro gradimento su ciò che avete appena visitato con tanta pazienza.

Dopo tutta 'sta disamina, se avete ancora dubbi, basta mandarmi una mail (andate sulla colonna "Farfalla" e cliccate su "Amministratore"... ) e chiedere ciò che non vi è chiaro.

Come detto prima, la partecipazione è fondamentale. Più il blog verrà visitato e commentato, più spunti avremo per trattare argomenti di vostro interesse. Non è una cosa da poco: il blog lo fate anche voi e tutti possono intervenire, inviandoci articoli, racconti di esperienze, dubbi, domande... E' uno spazio vivo

e in costante evoluzione, come il nostro amato Shiatsu. Non siate timidi. Osate! Siamo qui per voi. E più siete, più ci divertiamo. Diamine, mica siamo dei parrucconi noiosi: se non ci si diverte a fare qualcosa, perché farla, allora?

Per inciso, purtroppo non possiamo aiutarvi con il problema della suocera. Vi tocca tenerla così com'è. Il consiglio è: fatela star meglio con lo shiatsu. Magari vi vesserà un po' di meno...

Guido Bagni



## Chiedi in Segreteria



Sono in via di esaurimento i numeri arretrati di **Arte del Vivere**.

La **storia** dello shiatsu italiano, i Quaderni della **Tecnica**, gli scritti dei **Maestri** più autorevoli.

**Euro 2,50 anziché 4,80**



La rivista "Aam Terra Nuova" ultimo numero a prezzo scontato:

**Euro 3,00 anziché 3,80**

arretrati a prezzo scontatissimo:

**Euro 2,00 anziché 3,80**



Oggi l'Accademia sceglie di partecipare a un nuovo progetto culturale ed editoriale: **STAREMEGLIO**.

Disponibile in Sede.



dal cuore alle nostre mani...



## Shiatsu Do Volontariato

Diario di viaggio 2010 - Messico Sabrina racconta ...



Le parole d'inizio viaggio, molto confortanti del mio e vostro caro Fran-

cisco, sono state queste:

"...Come sempre si scopre in questi viaggi che i programmi ben studiati prima della partenza non sono quelli che poi davvero si riescono a realizzare. Io ormai ci sono abituato soprattutto a Cuba, ma questo è la vita che non ci impedisce in ogni caso di godere di tutti gli incontri e di tutte le esperienze che sempre abbondano..."

Devo dire che Francisco è sempre molto saggio, così è stato. Partita con mille idee e pensieri, mi son ritrovata ad affrontare giorno per giorno le situazioni che si presentavano, cogliendo certe occasioni e lasciando i progetti a tavolino nel cassetto! Comunque la parola che mi ha accompagnato maggiormente in questo viaggio è "MERAVIGLIA"! La natura è meravigliosa, rigogliosa e ricca di elementi mozzafiato; le persone incontrate sono meravigliose, disponibili, aperte alla novità; le situazioni, alcune certo disperate, ma nella reazione sorprendentemente meravigliose e degne di gran rispetto! Che aggiungere? Davanti a tanta meraviglia faccio fatica ad esprimere quel che sta dentro il mio cuore, spero comprendiate lo stesso.

I progetti in Chiapas sono in continuo fermento e, grazie anche al gemellaggio con Vanessa in Italia, penso che prenderanno più slancio ancora.

Le attività iniziate due anni fa con Francisco, Adriana, Daniela e Giovanna, para las mujeres del Chiapas, hanno

preso vie differenti, perché Laura Miranda, presidentessa del centro "Marie Stopes", è molto impegnata in giro per il mondo e ha poco tempo da dedicare allo shiatsu e all'associazione. Sono riuscita miracolosamente ad incontrarla nell'ultimo giorno di pratica del secondo livello e ha promesso di riprendere in mano la situazione con Vanessa e Chary, che dal canto loro, con altri volontari hanno comunque fatto un bel po' di trattamenti e un piccolo laboratorio ad Oventic.

In questo centro del Buon Governo zapatista, in questi ultimi tempi, in realtà c'è un po' di chiusura, data dal contesto politico e dal fatto che, per decisione di Marcos e dei responsabili del Movimento, la giunta cambia spessissimo per garantire incorruttibilità, certo, ma ogni volta, per i nostri amici, vuol dire ricontattare i nuovi responsabili e rispiegare il progetto daccapo e aspettare il nuovo consenso... una vera tela di Penelope!

Il progetto di Acteal, piccolo pueblo di montagna in cui c'è stato un vero e proprio massacro da parte del governo messicano (per motivi puramente economici) sta invece procedendo molto bene. Abbiamo iniziato una collaborazione di trattamento delle persone più bisognose, compreso i superstiti del massacro, che continueranno le persone volontarie dell'associazione, e Vanessa, dopo ferragosto, andrà ad offrire un laboratorio per i promotori di salute in formazione. Il messaggio che è passato è che possono usare le mani e "massaggiare", toccarsi piacevolmente, anziché fidarsi solo delle costose e poco reperibili medicine. Anche perché lì in montagna vivono nell'umidità, fa freddo e il lavoro della Terra è molto impegnativo, specie a livello fisico, quindi sentono beneficio con un po' di contatto caloroso.

È come se un piccolo seme, da "Pollicino" (la favola calza qui a pennello),

lasciato sul terreno per creare una traccia, abbia cominciato a germogliare! Direi che è il caso di sostenere con forza e gioia le nostre colleghe shiatsuka (sì, perché sono quasi tutte donne) in questo gemellaggio col popolo tzotzil. Se siete interessati alla storia di questo pueblo, sfortunata ma molto fervida nell'affermazione dei diritti umani, sul blog c'è un post interamente dedicato a questo (diario di viaggio 3).

Altra idea che hanno in fase di progettazione è di entrare nel carcere femminile, perché hanno dei buoni rapporti con una ragazza che ci lavora e poi perché quello maschile, molto crudo, è ancor più inaccessibile. La possibilità, oltre che fare trattamenti e/o un piccolo laboratorio di "shiatsu para tod@s", è di creare anche una collaborazione per sostenere il reintegro delle donne nella società... almeno per quelle che riusciranno ad uscire da quel postaccio! Appena rientrano tutti gli shiatsuka che sono andati in vacanza, si può iniziare a proporre un eventuale ciclo di trattamenti e un laboratorio sul contatto, sperando che anche qui il seme dello shiatsu possa pian piano germogliare.

Unitamente ai progetti di volontariato continueranno, Vanessa assistita da Chary, a formare nuovi shiatsuka che potranno aiutare l'associazione ad ampliare e consolidare queste proposte di aiuto e condivisione... insomma di opportunità ce ne sono, dal nostro canto possiamo star loro vicino, si sente quando un organismo è vivo e vuol continuare a vivere, come il loro e il nostro qui... anche chi ha avuto il piacere di conoscere Vanessa in Italia credo abbia questa impressione... allora che aspettiamo? Uniamoci e continuiamo a vivere e crescere insieme!!

Chi volesse conoscere gli shiatsuka



## Progetti internazionali

chiapanenchi, può accordarsi con me, che ho tutti gli indirizzi e chi vuole, può far loro sentire la nostra solidarietà, sia con un supporto economico (ci sono già in atto delle iniziative come vendita di magliette, trattamenti, raccolta fon-

di...), ma anche semplicemente facendo sentire la nostra voce o, perché no? facendo un meraviglioso viaggio nel Magico Messico! Vi assicuro che troverete delle care persone, che hanno lo spirito giusto per divulgare lo shiatsu Volontariato ed accogliervi a

braccia aperte!!!

E vivrete sulla vostra pelle anche tutto quello che non riesco ad esprimervi a parole.

Sabrina Petazzi

### Lo Shiatsu Do e il Taoismo conviviale Francesco racconta ...



E' evidente che le mie riflessioni teoriche sui progetti a Cuba e nel Chiapas sono intrecciate con le vicende ed emozioni personali.

Così è stato per le riflessioni apparse negli articoli "Il realismo magico" (Arte del Vivere n° 46) e "Incontrare il Tao all'Habana". Nel primo cercavo di rilevare come, ripensando alle storie dei progetti, quello che risaltava ed emozionava maggiormente sull'orizzonte della memoria, erano i dettagli degli incontri che io chiamavo magici perché indizi di altre realtà, marginali in un certo senso, ma importanti nel tentativo di tessere una trama della vita in grado di sopportare le delusioni e frustrazioni dell'io reale e realistico. Nel secondo riconoscevo che l'essere stato costretto ad agire in luoghi non disponibili alle nostre tradizionali strategie didattiche e professionali mi avesse condotto a uno shiatsu do che definisco taoista perché libero da ogni interferenza dell'io, **per quanto queste possano essere opportune e utili in altre situazioni.** In un trattamento taoista sono solo presenti l'incontro, l'assenza di ogni aspettativa, il benessere per la relazione, la comunicazione di tutto questo all'altro tramite le mani. I risultati non devono, **anche**

**se potrebbero**, essere sottoposti ai tradizionali parametri di giudizio, si manifestano nella luminosità inconsueta degli occhi, nelle parole emozionate, negli abbracci affettuosi e nel desiderio dichiarato di un nuovo incontro. Secondo me questi fenomeni appaiono quando le persone si abbandonano in piena fiducia alla vita qualunque sia il suo manifestarsi e qualunque siano le finalità che l'io, dal suo punto di vista ragionevole, si prefigga. Quando abbraccio Annabella, quando incontro la tenerezza di un amico che mi conforta, quando assaporo la frutta preparata dalle mani di Leniet, quando uke si alza ringraziando che esistano persone come noi, quando per la strada un bambino sconosciuto, innocente e nello stesso tempo saggio, mi abbaglia con un sorriso, sono felice.

Esiste un benessere perché qualcuno mi guarisce, esiste un benessere perché qualcuno mi rende felice. Lo shiatsu taoista non guarisce ma rende felici. Non voglio togliere a nessuno il diritto di guarire ma vorrei anche che nessuno togliesse il diritto a essere felice per i doni imprevedibili e autentici della vita. E chissà forse l'essere felice guarisce, chissà...

Queste scoperte rispondono, anche se non lo sapevo, a dei miei sogni. Liberarmi dai limiti frustranti e mutevoli della realtà egoica ed ho incontrato la magia della vita, liberarmi dalla visione per me soffocante e inadatta della terapia ed ho incontrato la pratica taoista dello shiatsu do. Mi rimane un sogno forse l'ultimo almeno per questo capitolo della mia vita.

*Se lo shiatsu do richiede solo l'incontro, se ciò che avviene è condividere quello che la vita ha donato a ciascuno incontrando l'infinita ricchezza delle diversità, perché aspettare che il malessere mi spinga a provare lo shiatsu e perché limitarsi a condividere solo l'arte shiatsu quando anche l'altro possiede arti meravigliose da conoscere?*

**PERCHE' NON INCONTRARSI PER IL SOLO PIACERE DELL'INCONTRO PERCHE' NON CONDIVIDERE SHIATSU E MUSICA CANTO DANZA FAVOLE CIBO COLORI DIARI DI VIAGGIO E QUANT'ALTRO O SOLAMENTE SGUARDI VOCI ED ABBRACCI?**

**PERCHE' NON INCONTRARSI OGNI TANTO PER UNO SHIATSU CONVIVIALE DOVE NESSUNO SI RICORDA D'ESSERE MALATO MA DOVE TUTTI POSSONO DONARE I TESORI, PICCOLI O GRANDI, DELLE LORO VITE?**

*Mi auguro di poter realizzare questo mio sogno qui all'Habana con un incontro tra shiatsukas, artisti, cuochi e giardinieri, artigiani e viaggiatori, anziani e bambini innamorati del folle gioco della vita...*

*Dove finalmente lo shiatsu do possa trovare il suo senso più radicale e magico: un ringraziamento alla vita*

# IL POLLICINO di Bologna



*per le meravigliose differenze che se condivise confermano il nostro essere simili.*

**FESTA DI CONVIVALITA' ALLA QUALE SIETE TUTTI INVITATI COME MI AUGURO DI ESSERE INVITATO A QUELLE CHE VOI PROPORRETE IN ITALIA!**

*Termino come sempre ricordando che tutte queste mie esperienze ed emozioni sono legate con fili a volte sottili a volte corposi, ma sempre importanti, a esperienze ed emozioni del nostro passato comune.*

**PER QUESTO ANCORA UNA VOLTA VI RINGRAZIO E VI ABBRACCIO CON MOLTO AFFETTO.**

**FRANCISCO LENIET ANNABELLA  
YILLIANET ANTHONY CLAYTON  
AGOSTO 2010  
LA HABANA**

Per informazioni sui Progetti Internazionali:  
**Shiatsu Do Ass.ne di volontariato Onlus**  
[www.shiatsudovolontariato.org](http://www.shiatsudovolontariato.org)  
[info@shiatsudovolontariato.org](mailto:info@shiatsudovolontariato.org)

**Anticipiamo a tutti gli interessati che Francisco sarà con noi a Bologna il 27 e 28 novembre, per passare insieme a praticanti, amici e familiari due giorni di festa, con pratica dello shiatsu, aggiornamento sui Progetti internazionali e tanto altro ancora...**

**TENETEVI IL WEEK END LIBERO!**



## La Tenda Bianca - Shiatsu per l'emergenza

Lo scorso luglio è stata costituita formalmente un'Associazione di volontariato dal nome La Tenda Bianca - Shiatsu per l'emergenza (d'ora in poi LTB), nata dall'elaborazione dell'esperienza fatta nella tendopoli di Pianola durante l'estate 2009.

Il nome dell'associazione, che ha tratto ispirazione dalla tenda nella quale è stato allestito per la prima volta un *dojo* in un campo di accoglienza, è immediatamente esplicativo del nostro scopo sociale, di quello che vogliamo fare con questo nuovo organismo associativo. Tale scopo è stato arricchito dalla previsione dell'operatività dell'associazione anche in altre situazioni di criticità sociali, attraverso progetti che potranno essere attivati in questi ambiti, fermo restando che il *core* della nostra attività sarà lo Shiatsu in emergenza.

L'Associazione sarà costituita da operatori Shiatsu provenienti da qualsiasi realtà formativa, avendo l'Accademia Italiana Shiatsu Do come principale Scuola di Shiatsu di riferimento. Il confronto tra percorsi diversi è, infatti, una preziosa fonte di arricchimento e quello

che interessa, in situazioni di emergenza in particolare, è fare Shiatsu in modo professionale e con il cuore, oltre che avere capacità di adattamento e grande sensibilità.

E' stata realizzata una pubblicazione di testi e foto con un dvd allegato con lo scopo di comunicare l'emozione e il valore che questa esperienza ha avuto per noi e per le persone che abbiamo incontrato. Inoltre, ci servirà a documentare l'efficacia dello Shiatsu in situazioni di emergenza (cosa importante, essendo questa un'esperienza antesignana in tale ambito) e per raccogliere fondi a sostegno della nostra associazione.

Il lavoro che ci aspetta è molto impegnativo e il Direttivo, costituito da me come Presidente, Diego Stellino come consigliere Vicepresidente e Raffaella Trebbi come consigliere, è all'opera per portarlo avanti, con l'aiuto degli altri soci fondatori.

In particolare, il percorso di LTB all'interno dell'associazionismo di Protezione Civile sarà quello più impegnativo e per il quale è preventivabile una fase non breve durante la quale compiere i passi necessari e che sono tutti da costruire.

Potete quindi seguire gli sviluppi del pro-

getto attraverso i nostri contatti sulla rete:

[www.latendabianca.org](http://www.latendabianca.org)

in costruzione (dal quale accedere al blog che è in rielaborazione)

profilo Facebook:

La tenda bianca

e-mail:

[latendabianca@gmail.com](mailto:latendabianca@gmail.com)

Ma soprattutto, potete fare domanda di associazione richiedendo il modulo per aderire e lo Statuto ed essere inseriti nella mailing-list di LTB per ricevere ogni comunicazione sulle nostre attività. Inoltre, potete chiedere di ricevere una copia della pubblicazione, secondo le modalità che vi saranno indicate.

Vi invito, pertanto, a contattarci se volete ricevere altre informazioni e, soprattutto, se desiderate associarvi a LTB.

Nella speranza di condividere anche con voi questo progetto, vi saluto tutti calorosamente.

Antonella Giliberti



## "CARENZE DI BASE, DIFFICOLTÀ LOGICHE"



Un giudizio che graverebbe sul capo di chiunque per il resto della vita, se mai si fosse trovato a leggerlo come esito del proprio test di matematica. Qualcuno, invece, ci ha scritto un libro: Elena Evangelisti. Bolognese doc, anche se da diversi anni vive a Roma, collega shiatsu e istruttrice di primi percorsi, nonché amica di molti di noi che bazzichiamo nelle sedi dell'Accademia Italiana Shiatsu Do, counselor e istruttrice di nuoto.

Poco più di una settimana fa ho avuto l'onore di ricevere in dono, da Elena in persona, il succitato libro con dedica autografata, e l'ho letto tutto d'un fiato tanto l'ho trovato coinvolgente. Questa serie di racconti, che narrano delle vicende familiari della protagonista e scrittrice, sono un vero spasso! Ma non è solo il lato comico che mi ha intrappolato nella lettura; fra l'altro chi conosce la simpatica Elena non può che aspettarsi di fare delle gran risate. Man mano che scorrevo ogni rigo, mi rendevo conto che molti aspetti mi erano noti e, probabilmente, lo sono a tanti altri. Chi non ha mai avuto curiosi e pittoreschi parenti e amici, che tante volte ci hanno confortato e tante altre imbarazzato? Chi non ha mai dovuto confrontarsi con qualche "difetto" fisico, verosimilmente immaginato da una madre troppo apprensiva o da un'amica invidiosa? E ancora, chi non ricorda, con un sorriso o forse un senso di angoscia, il primo giorno di scuola, la maestra delle elementari o la prof di matematica? Per non parlare delle difficoltà ad affrontare argomenti, per così dire, "proibiti" o un corpo che improvvisamente muta per prendere sempre più sembianze adulte.

Il libro di Elena verte su questo tipo di tematiche, e coglie in ogni evento delle peculiarità che solo una bambina può notare, esprimendo emozioni, sentimenti, desideri in chiave tragicomica, il tutto inserito in una cornice che è tipica di quel periodo, i mitici anni '70 e '80, alternando il panorama della provincia bolognese con quello della riviera romagnola.

Brava Elena! Per aver messo in risalto i lati gioiosi della tua infanzia, traendo da questi la forza e la capacità di trasformare paure e sofferenze in fonte di sane risate.

E grazie per voler condividere questi spassosissimi racconti.

Roberta Michieli

P.S. Elena sarà presente a San Lazzaro presso la libreria "L'Isola che non c'era", v. della Repubblica 92/94, venerdì 29 ottobre 2010 alle ore 19.00, per presentare il suo libro. Siete tutti invitati a partecipare e pubblicizzare l'evento.

### PRESSO LA NOSTRA SEDE SI TENGONO I SEGUENTI CORSI:

Corso di Shiatsu, il giovedì alle 21.00 con Roberta (inizio 2 settembre)

Corso di Ginnastica Dolce, il martedì alle 09.30 ed il mercoledì alle 17.30 con Emanuela (inizio 21 settembre)

Corso di Pilates, il martedì alle 18.00 e il venerdì alle 19.00 con Federica e Chiara (inizio 1 ottobre)

Corso di Yoga, il giovedì alle 19.15 con Gabriele (inizio 2 settembre)

Tutte le possibilità per stare meglio... non perderle! Per informazioni, puoi rivolgerti in Segreteria.



## I prossimi appuntamenti

### 2/3 ottobre – Primo Percorso Professionale

In questa data si terranno le **prime 12 ore del corso**, alle quali è possibile partecipare al solo costo della tessera associativa.

Vi invitiamo a divulgare l'informazione ad amici, parenti e conoscenti, per dar modo anche a loro di sperimentare in prima persona la "magia" dello Shiatsu!



### I seminari del sabato

- 9 ottobre *Allungamenti muscolari a coppie* Con Marcello Marzocchi
- 20 novembre *Mobilità articolare* Con Sylvia Dittadi
- 11 dicembre *Trattamento delle gambe* Con Carlo Baravelli

Gli incontri del 9 ottobre e del 20 novembre sono **aperti anche a non shiasuka**. Saranno presentate semplici sequenze da praticare come lavoro "autonomo" o da inserire nel trattamento shiatsu, per integrarlo e completarlo.

### 16/17 ottobre – I meridiani: approfondimento e "variazioni" sul tema



Dedicheremo il week end ad ampliare la conoscenza dei meridiani energetici. Partendo da quanto ci è noto dallo studio dei kata, estenderemo la ricerca anche alle parti "trascurate" dei percorsi, devieremo verso le estensioni di Masunaga, cercheremo di mettere in relazione quanto "sappiamo" con quanto effettivamente "percepriamo" nel corso del trattamento.

Un incontro nel quale rimescoleremo le carte e finiremo - forse - per scoprire come la "griglia energetica" dell'essere umano sia molto più ampia, complessa ed affascinante di quanto i nostri rassicuranti schemi ci dicono!

Aperto agli allievi dal Secondo Percorso in avanti.



### 30/31 ottobre – I corsi di Gianni Scarpa

Un nuovo corso di Gianni Scarpa, nel corso del quale si approfondiranno tecniche e strategie sia di shiatsu che di discipline similari, con un unico obiettivo: il benessere del ricevente!



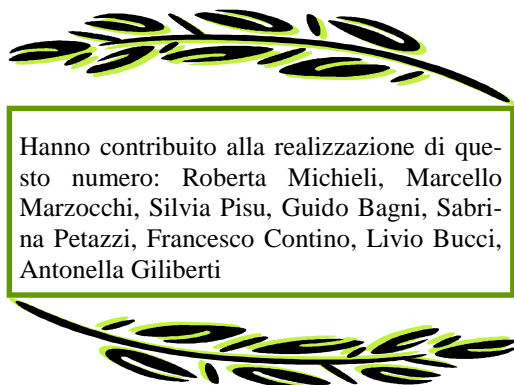
#### **Per informazioni** **Orario di segreteria:**

Martedì 19.00-21.00  
Mercoledì 19.00-21.00  
Giovedì 19.00-21.00

Al di fuori di questi orari potete lasciare un messaggio nella segreteria telefonica, con nome e cognome. Sarete immediatamente richiamati

Tel-Fax 051 464714

Email : shiatsu-do@iperbole.bologna.it



Hanno contribuito alla realizzazione di questo numero: Roberta Michieli, Marcello Marzocchi, Silvia Pisu, Guido Bagni, Sabrina Petazzi, Francesco Contino, Livio Bucci, Antonella Giliberti