

Utilizziamo i cookie per essere sicuri che tu possa avere la migliore esperienza sul nostro sito. Se continui ad utilizzare questo sito noi assumiamo che tu ne sia felice.

[Ok](#)[Leggi di più](#)

Shiatsu, pratica orientale che appassiona 6 milioni di italiani

By Redazione | 18 settembre 2017

0 Comment



E' shiatsu mania in Italia. Sono ben 6 milioni gli italiani che praticano l'antica disciplina orientale; sono 600.000 invece quelli che la eseguono con regolarità. Ne deriva che il **19%** dei cittadini del Bel Paese optano per tale rimedio anti stress. Parliamo di questa antica pratica orientale perché oggi, 18 settembre 2017, inizia in Italia la sesta edizione della **Settimana dello Shiatsu**. Da oggi al 25 settembre ci saranno molti eventi a tema in tutta la nazione. Il claim di quest'anno è 'Shiatsu, Ambiente e Salute'. Dorotea Carbonara, presidente della Federazione Italiana Shiatsu Insegnanti e Operatori ha detto: *'La Fisio ha scelto questo tema perché dimostra come lo Shiatsu sia una che, per quanto affondi le proprie origini in tempi antichi, è al passo con i tempi'*. Concorda con la Carbonara la promotrice dell'evento, Nadia Simonato, secondo cui lo shiatsu migliora la

salute e favorisce il riequilibrio psicofisico. Chi pratica l'antica disciplina orientale, insomma, si sente meglio sia fisicamente che moralmente, ed entra in sintonia con l'ambiente circostante.

Shiatsu per la circolazione

Italiani: popolo di shiatsu addicted, dunque. L'antica pratica orientale seduce 6 milioni di persone, in Italia. Perché lo shiatsu piace così tanto? Semplice, per le sue innumerevoli virtù, in primis quella di **migliorare** la circolazione corporea. Una pratica semplice ma portentosa che si fonda sul perfetto utilizzo delle dita delle mani, spe-

Utilizziamo i cookie per essere sicuri che tu possa avere la migliore esperienza sul nostro sito. Se continui ad utilizzare questo sito noi assumiamo che tu ne sia felice.

[Ok](#)[Leggi di più](#)

In programma tanti **eventi** in varie città, specialmente quelle più grandi. Chi vuole, può anche prenotare una seduta gratuita di prova.

In Italia è una disciplina olistica

In Giappone lo shiatsu è considerato come una vera e propria terapia: tante persone ne traggono grossi benefici. In Italia la pratica orientale è arrivata negli anni '60 e la sua popolarità è aumentata notevolmente col passar del tempo. Nel Bel Paese, però, non è reputato una disciplina olistica che si fonda sull'inscindibilità del corpo e della mente per ottenere il **benessere**. In sostanza, un disturbo fisico non può essere curato senza agire anche sulla mente. Corpo e mente, secondo la disciplina olistica, sono collegati. Di seguito alcuni tra i più conosciuti **stili** del massaggio shiatsu:

- Stile Masunaga
- Stile Namikoshi
- Stile Meiso Shiatsu

Pratica nata in Cina

Sebbene a molti il termine shiatsu faccia pensare al Giappone bisogna precisare che la pratica affonda le sue radici nella **medicina cinese**. Questa, lo rammentiamo, a partire dal 200 a.C. influenzò quella nipponica ed è per questo motivo che si reputa lo shiatsu una disciplina originaria del Giappone.

Share on:

[WhatsApp](#)

Category: arte e cultura Curiosità News Salute Tag: Cina, Giappone, shiatsu