


Graines de Sagesse

 « Il faut partager son savoir avec tous les hommes afin de bâtir une société meilleure. »

Toru Namikoshi

 « L'âme du Shiatsu est semblable à l'affection maternelle ; la pression des mains fait jaillir la vie. »

Toru Namikoshi

 L'empereur demanda : « comment peut-on obtenir une atmosphère tranquille ? ».

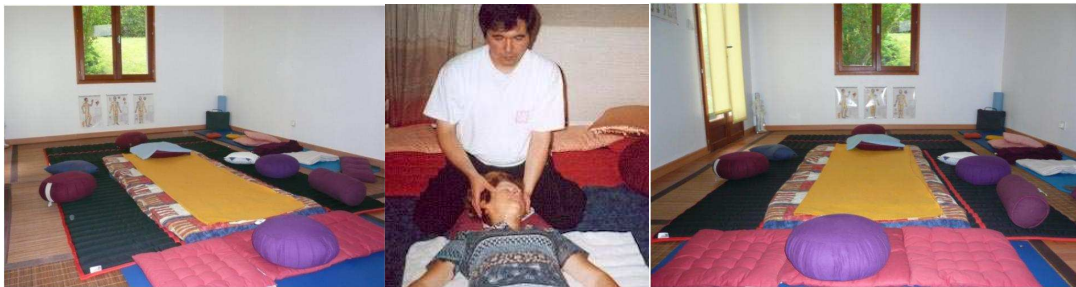
Ch'i Po répondit : « en évitant de transgresser les lois de la nature. »


Nei Ching

 « L'Orient et l'Occident ne doivent pas être compris comme des expressions géographiques.


L'Orient et l'Occident sont à l'intérieur de nous. »

Karlfried von Durckheim



 « Je voudrais qu'il soit clair que chacun de nous ne peut compter que sur lui-même. Que chacun est responsable de sa propre personne, et que le corps dont il dispose doit être géré comme le plus précieux des biens. »

Catherine Kousmine

 « La phytothérapie chinoise, l'acupuncture et le Shiatsu sont des formes naturelles et globales et la caractéristique la plus importante et fondamentale de toutes ces méthodes est la « différenciation des

syndromes » (le diagnostic de déséquilibre des méridiens) utilisées pour décider du traitement le plus efficace pour un sujet donné »

Shizuto Masunaga

☯ « La guérison dérive d'un retour aux origines des choses. »

Mircea Eliade

☯ « L'objectif des exercices de Do-In traditionnels ne consiste pas uniquement à imiter des animaux (note : il s'agit ici des mouvements de Chi Kong) ou à contrôler les mouvements de différentes parties du corps. Son véritable but est de déplacer l'ensemble du corps à l'unisson d'une image mentale qui capte la qualité de ce mouvement. »

Shizuto Masunaga

☯ « L'homme atteint la santé en retournant à la nature. »

Lao Tseu

☯ « Ce qui importe vraiment pour les malades, ce n'est pas que chacun de leurs symptômes disparaisse, mais que leur santé soit rétablie dans son ensemble. »

Shizuto Masunaga



☯ « La démarche orientale vers la santé a toujours consisté à augmenter la vitalité et à prévenir la maladie plutôt que lutter contre la maladie une fois attrapée. »

Shizuto Masunaga

☯ « la chose la plus importante à savoir, est que la douleur ou les problèmes physiques qui surviennent dans une partie du corps et qui sont le résultat final des déséquilibres ne sont pas exclusivement liés à

cette partie. Aussi ne devriez-vous pas trop vous axer sur le soulagement de ce seul problème. »

Shizuto Masunaga

☸ « Lorsqu'on sait que le Grand Vide est rempli de Qi, on sait que le néant n'existe pas. »

Tsang Tsai

☸ « L'entraînement de base du Dachenquan est la « position du pilier » (note : c'est-à-dire la posture de l'arbre en **Qi Gong**) qui a pour effet d'entraîner le système nerveux, de régulariser la respiration, de faire circuler librement le sang et de nourrir les tendons et les muscles. Il constitue non seulement un moyen de prévenir les maladies, mais également un excellent exercice physique. »

Wang Xuanjie



☸ « Il n'y a pas de limites à la connaissance. Aussi ne puis-je pas déterminer l'importance respective de la théorie et de la pratique. Pourtant je peux affirmer que celui qui est incapable d'expliquer ce qu'il fait ou de faire ce qu'il connaît n'a pas atteint l'unité de la théorie et de la pratique. Sans une théorie correcte, l'on ne pourra jamais pratiquer de façon correcte et sans une pratique correcte, l'on ne pourra avoir des idées justes. En bref, théorie et pratique se complètent. »

Wang Xuanjie

☸ « La circulation du Ki est toujours meilleure lorsqu'on est complètement détendu et que l'esprit n'est pas attaché à quelque chose. Mais les simples repos et détente ne suffisent cependant pas pour modifier les équilibres car le modèle de tension induit par notre style de vie a tendance à nous maintenir dans la même condition et que les ajustements nécessaires à notre type particulier ne sont pas faits. »

Shizuto Masunaga

☸ « A la suite de longues études et réflexions, je suis arrivé à la conclusion que les racines du **Shiatsu** peuvent remonter jusqu'au **Do-In** et à l'**Ankyo** de la Chine ancienne et que la raison pour laquelle ces exercices occupent une place centrale au sein de toutes les thérapeutiques en Chine est leur rôle dans la découverte des méridiens.

Shizuto Masunaga

☸ « L'action provient de l'inaction et l'immobilité est la mère de tous les mouvements. »

Wang Xiangzhai



☸ « Pour utiliser notre corps de la façon la plus efficace en Shiatsu, il est nécessaire d'entraîner notre corps par certains exercices. Ces exercices doivent nous enseigner à nous détendre avec le mouvement. Ce qui est important à apprendre, c'est de découvrir la posture qui nous permet de n'utiliser que le minimum de force et de garder une posture, notre poids réparti naturellement. »

Keiko Masunaga

☸ « Le but premier du Shiatsu-Jyutsu (anciennes méthodes chinoises pour le développement physique et spirituel), que j'ai pratiqué, est de faciliter le flux du Ki. C'est une pratique qui veut préserver l'essence de la vie, qui est énergie vitale. »

Keiko Masunaga

A collage of images related to Shiatsu practice. The central part features a white box with text: "Auriculo - Shiatsu Yin", "Ostéo japonaise et Pouls Nogier", "Relaxation - Rêves éveillés - Enfant Intérieur", "http://www.alaingesbert.fr", and "Tél.: 01 64 91 26 57". Surrounding the text are various images: practitioners performing Shiatsu, clients in a practice room, a Yin-Yang symbol, and anatomical diagrams of the ear and body.