

## الشيئاتسو

تعتمد الشيئاتسو على نظرية العناصر الخمسة الصينية (النار - الأرض - المعدن - الماء - الخشب) ونظام الميرديان ، نظام الميرديان هو مسارات الطاقة في الجسم ، التي من خلالها تتدفق طاقة الحياة من عضو إلى عضو وتدعم وظيفته. إن الميرديان يعكس حالة العضو والحالة النفسية للأشخاص.

كلمة شيئاتسو هي كلمة يابانية الأصل وتعني ضغط الأصابع.

الشيئاتسو هو علاج شامل للجسم والروح. الهدف من الشيئاتسو هو تعزيز طاقة الشفاء الذاتي لدى المريض وإعادة التوازن للجسم.

جوهر الشيئاتسو هو الاتصال الواعي مع المريض من خلال اللمس ، حيث يقوم المعالج بتدليك اليدين ، الأصابع ، الكوع أو الركبة بالضغط على نقاط الوخز ومناطق أخرى التي تحتاج للتنبيه. كما أن التحريك الدائري للمفاصل والتدليك الخفيف للقنوات الظهرية تسمح للطاقة أن تتدفق بالجسم وتؤدي إلى الاسترخاء . وبما أن حالة الطاقة لدينا ترتبط بقوة بعواطفنا فإنها تؤثر على حالتنا العاطفية أيضا .

يبدأ العلاج بمقابلة تشخيصية مع المريض تستمر حوالي الساعة، يستلقي فيها المريض على فراش طري مباشرة على الأرض. و يتم إجراء العلاج فوق الملابس.

يساعد الشيئاتسو في علاج الحالات التالية:

— آلام الرأس والظهر

— آلام العنق والأكتاف

— الأعراض المرتبطة بالتوتر مثل :

اضطرابات الهضم

التوتر العصبي

اضطرابات النوم

الآلام النفسية والجسدية التي لا ترتبط بأسباب طبية

— -الاكتئاب

— التعب الشديد

تم تصميم علاجات الشيئاتسو بما يناسب حاجات المريض وحس المعالج.

يتفاوت الضغط أثناء العلاج من لمسات خفيفة ولطيفة إلى ضغط قوي جداً وديناميكي ويمكن أن تكون مؤلمة أثناء العلاج ولكنه هذا الألم الذي يجلب الراحة . المشاركة من قبل المريض بشكل واعي مرغوبة جداً و تعزز تأثير علاج الشيئاتسو .