

WHAT IS SHIATSU ?

Shiatsu is a hands-on therapeutic practice developed in Japan that uses steady pressure from the fingers and palms to support balance in body and mind. Its roots lie in the body concepts of traditional Chinese medicine, where health is understood as the harmonious flow of vital energy through the body. These ideas were transmitted to Japan and, combined with Japanese clinical experience and sensitivity to touch, were systematized into modern Shiatsu in the 20th century.

The body is approached as an interconnected whole rather than as isolated symptoms. Natural, sustained pressure arises from the practitioner's posture and breathing, aiming not simply to manipulate muscles but to create conditions in which the receiver can deeply relax and allow inherent self-regulatory capacities to emerge. Equally important is the state of the practitioner: both practitioner and receiver remain relaxed and attentive, forming a calm relational field in which the work takes place.

Born in Kobe, Japan. Space designer and shiatsu practitioner based in Lyon.
Graduate of the École des Beaux-Arts in Bordeaux (Design) and the postgraduate landscape program at the École des Beaux-Arts in Rennes.
Collaborations with architecture and design studios in France and China.
Creation of exhibitions and installations using photography, video, and mixed media.
Second prize in the Arles Student Photography Competition.
Japanese translation of the biodynamic gardening book « Jardinez avec la lune 2005 ».
Artistic research exploring the notions of ma 間 « in between space » focusing on relationships between space, body, and nature.

À domicile à Lyon
sur rendez-vous
06 86 17 13 74

kashiwagihromi@gmail.com



SHIATSU & SPACE DESIGN

Spatial design and shiatsu may seem to belong to distinct fields, but they share a common function: to support the balance and harmony of the human being within their environment. Spatial design operates on a macroscopic scale—architecture, environmental organization—influencing perception, behavior, and inner state. Shiatsu, on the other hand, intervenes on a microscopic scale, at the level of the body, promoting internal harmonization through touch.



In both cases, the aim is not to impose a form or a correction, but to create the conditions that allow a natural balance to emerge. Space envelops the body, while the body perceives and inhabits space; these practices therefore function in a complementary way. Macro and micro participate in the same process of attunement between the human being and the world.

Thus, designing a space and touching the body can be understood as two expressions of the same approach, maintaining the conditions for a stable and harmonious coexistence in the world. This demonstration introduces these principles through simple, quiet touch, allowing participants to experience the quality of pressure and the body's response.

指圧
SHIATSU

柏木 宏美
Hiroimi KASHIWAGI

指圧師
Spécialiste en Shiatsu RNCP

QU'EST-CE-QUE LE SHIATSU ?

Le shiatsu est une pratique manuelle japonaise qui vise à soutenir l'équilibre global du corps et de l'esprit grâce à des pressions exercées avec les doigts et les paumes. Il s'inscrit dans une vision du corps héritée de la médecine traditionnelle chinoise, où la santé repose sur la circulation harmonieuse de l'énergie vitale. Introduites au Japon, ces notions ont été intégrées à une sensibilité propre au toucher et à l'observation clinique, donnant naissance au shiatsu moderne au XX^e siècle.

Le corps est considéré comme un tout interdépendant. La pression, stable et naturelle, découle de la posture et de la respiration du praticien. Elle ne cherche pas seulement à agir sur les tensions musculaires, mais à créer les conditions d'un relâchement profond permettant au receveur de retrouver ses capacités d'autorégulation. La qualité de présence du praticien est essentielle : praticien et receveur évoluent ensemble dans un état de détente et d'attention partagée.

Née à Kobe (Japon), Designer d'espace et praticienne de shiatsu, basée à Lyon.
Diplômée de l'École des Beaux-Arts de Bordeaux (design) et du programme post-diplôme en paysage (design) et de l'École des Beaux-Arts de Rennes.
Collaborations avec des agences d'architecture et de design en France et en Chine.
Réalisation d'expositions et d'installations en photographie, vidéo et mixed media.
Deuxième prix du concours photographique étudiant en Artes.
Traduction en japonais de l'ouvrage de biodynamie « Jardinez avec la lune 2005 ».
Recherche artistique autour des notions de ma 間 l'espacement « entre deux », explorant les relations entre espace, corps et nature.

間

SHIATSU ET DESIGN D'ESPACE

Le design d'espace et le shiatsu peuvent sembler appartenir à des domaines distincts, mais ils partagent une fonction commune : soutenir l'équilibre et l'harmonie de l'être humain dans son environnement. Le design spatial agit à l'échelle macroscopique — architecture, organisation de l'environnement — influençant la perception, le comportement et l'état intérieur. Le shiatsu, lui, intervient à l'échelle microscopique, au niveau du corps, en favorisant par le toucher une harmonisation interne.



Dans les deux cas, il ne s'agit pas d'imposer une forme ou une correction, mais de créer les conditions permettant à un équilibre naturel d'émerger. L'espace enveloppe le corps, tandis que le corps perçoit et habite l'espace ; ces pratiques fonctionnent donc de manière complémentaire. Macro et micro participent d'un même processus d'accordage entre l'humain et le monde.

Ainsi, concevoir un espace et toucher le corps peuvent être compris comme deux expressions d'une même démarche, maintenir les conditions d'une coexistence stable et harmonieuse dans le monde.

指圧とは？

指圧(しあつ)は、日本で発展した手技療法で、指や手のひらによる安定した圧を用いて心身のバランスを整えることを目的としています。その背景には、中国医学(中医学)に由来する身体観があります。古代中国では、体内を流れる「気」の調和が健康を支えると考えられ、経絡やツボへの働きかけが行われてきました。これらの思想が日本に伝わり、日本独自の臨床経験や身体感覚と結びつくことで、20世紀に現在の指圧として体系化されました。



指圧の特徴は、器具を使わず、施術者の姿勢と呼吸に基づいた自然で持続的な圧にあります。単なる筋肉への刺激ではなく、全身のつながりを重視し、受け手が深くリラックスしながら本来の回復力を引き出せる状態を整えます。同時に、施術者自身も無理のない姿勢と落ち着いた心身の状態を保つことが重要とされ、両者がリラックスした関係性の中で施術が行われることが指圧の大切な要素です。

間

神戸市生まれ。空間デザイナー・指圧師。ホルードー美術学校デザイン科卒業。レンヌ美術学校のボストディプロムで景観を学ぶ。フランス、中国にて建築・デザイン事務所とコラボレーション。写真、映像、ミクストメディアによる展示やインスタレーション。タレーラン「間」や「のあいだにあるもの(entre deux)」を主題に、空間や身体、自然との関係性を探る作品を制作。アルルの学生写真コンクールにて二位を受賞。またバビイオグイナミックに関する書籍『月とともにガーデニング2005(Jardinez avec la lune)』を和訳。指圧、太極拳、気功、薬膳を学びつつ、身体と自然の関係性への関心を制作と生活の中で深めている。フランス・リヨン在住。

指圧と空間デザイン

空間デザインと指圧は、一見異なる分野に見えますが、人間のバランスと調和を支えるという点において共通した役割を持っています。空間デザインは建築や環境というマクロなレベルで、人の感覚や行動、心身の状態に影響を与え、安心感や秩序を生み出します。一方、指圧は身体というミクロなレベルに働きかけ、触れることを通じて内部の調和を整えます。

どちらも人と環境との関係性を調律する行為であり、過度な介入ではなく、自然なバランスが立ち現れる条件を整えることを目的としています。空間が身体を包み、身体が空間を感じ取るように、マクロとミクロの実践は相補的に機能し、私たちがこの世界の中で安定して存在するための基盤を支えています。

この視点から見ると、空間を整えることと身体を調えることは、スケールの違いを超えて、人間と世界の調和を保つための同様の試みとして捉えることができると思います。