

## Les origines

Le mot *shiatsu* est apparu au début du XX<sup>e</sup> siècle. À la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, au Japon, de nombreuses techniques manuelles souvent issues de Chine survivaient au Japon sous différentes appellations, entre les mains de praticiens souvent isolés. Le terme de shiatsu fut utilisé la première fois au Japon, en 1920, par Tenpeki Tamai, auteur du livre *Thérapie par pression des doigts*

(  
*Shi-atsu*  
) . Il est le fruit de la rencontre entre le anma (massage traditionnel) et la chiropractie importée de l'Occident. Ce terme nouveau fut déposé en 1939. Mais la première clinique de shiatsu fut ouverte à Muroran ( Hokkaido ) dès 1925. Devant la pléthore de courants divers, aux contenus par trop disparates, l'État japonais dut légiférer.

Tokujirō Namikoshi ( 徳島 徳島, *Namikoshi Tokujirō* ), qui avait publié dès 1934 un article sur *Physiologie et shiatsu* ouvre également son premier cabinet de shiatsu, en 1940. Mais l'avenir de ces techniques s'est trouvé bouleversé par la Seconde Guerre mondiale et l'occupation américaine, qui va de force imposer le système médical occidental au Japon en créant un pont commercial entre le Japon et l'Occident, notamment pour isoler le Japon de l'influence chinoise. Cette question est d'importance pour qui veut comprendre l'évolution du système médical dans ce pays.

En 1947, alors que la médecine occidentale se développe et concurrence à présent très largement les pratiques d'origine chinoise ou locales, le gouvernement japonais, dans sa 22<sup>e</sup> session de la Diète du Japon, va délibérer sur l'avenir et la légalité des médecines traditionnelles telles que l'

*anma*

(incluant massage et shiatsu), acupuncture,

moxa

, pharmacopée chinoise et autres techniques. C'est ainsi que fut créé un diplôme d'État pour pratiquer l'

*anma*

traditionnel japonais. Le terme de

*shiatsu*

a été à l'origine inventé pour pratiquer l'

*anma*

sans le diplôme d'État. Tokujirō Namikoshi et son fils Tōru Namikoshi

(

## Origines du Shiatsu

Écrit par Administrator

Dimanche, 07 Octobre 2012 13:41 - Mis à jour Dimanche, 07 Octobre 2012 13:53

---

□ □ □

,  
*Namikoshi Tōru*

)  
furent les premiers à obtenir pour leur école la licence officielle du ministère de la Santé au Japon en 1955.

Sa réputation a été grandement facilitée par le fait qu'il a eu l'occasion de traiter Marilyn Monroe lors d'un déplacement de l'actrice au Japon. Cela a très largement contribué à sa popularité et sa présence dans les médias naissantes. Et cette aura ne le quitta plus. Le shiatsu, devenu populaire, le nom *anma* est dès lors pratiquement réservé au Japon aux techniques spécifiques de maîtres ou de thérapeutes non diplômés d'État, tentant de faire survivre leur école, ainsi qu'à certains types de modelages en institut de beauté.

Le shiatsu est une des huit approches alternatives désignées, dans la résolution A4-0075/97 du Parlement européen votée le 29 mai 1997, comme « médecine non conventionnelle digne d'intérêt ».

## Les différents shiatsu

Le terme Shiatsu, réservé aux écoles d'État et formalisé par Tōru Namikoshi et Masunaga sur la base de l'Amma traditionnel et de l'adoption des techniques de manipulation issu de la chiropraxie importé de l'Occident. Avant que le shiatsu ne devienne une discipline réglementée au Japon et finalisé par un diplôme d'État, des centaines d'écoles formaient les praticiens. Le anma se pratiquait dans les bains publics, ou au sein des familles. Mode culturel de rapport à la santé, comme un moyen naturel de soulagement et de détente.

Les très nombreuses écoles existant encore à la fin des années 1970 ont aujourd'hui disparu avec leurs chefs de file. Les diverses écoles sont :

- Le shiatsu Namikoshi est répandu au Japon car enseigné dans les écoles d'État ; Mais cette approche simplifiée, étant moins ancrée dans la théorie de la médecine traditionnelle chinoise, moins exigeante du point de vue du diagnostique, a permis de propager le shiatsu en Occident et de former nombre d'élèves dans le monde.

- Le shiatsu médical Koho (□□, *Kōhō*) du professeur Ryūhō Okuyama (□□ □□, *Okuyama Ryūhō*) dont la réputation fut grande au Japon jusqu'aux années 1990 ;

- Le shiatsu Masunaga. Shizuto Masunaga (眞子 眞子, *Masunaga Shizuto*), philosophe, fut un élève de Namikoshi. Il estima qu'en apportant la théorie de la médecine traditionnelle chinoise au shiatsu, on gagnerait en efficacité dans le soin. Ce shiatsu-là fut l'un de ceux qui se fit connaître en Europe, parmi bien d'autres, au milieu des années 1970 ;
  - En France, le shiatsu myo-énergétique a été développé par Hiroshi Iwaoka, acupuncteur, praticien en shiatsu et en *sōtai*, diplômé d'État du Japon ;
  - Le shiatsu macrobiotique développé par Shizuko Yamamoto, qui se caractérise par l'alimentation macrobiotique ;
  - L'Ohashiatsu de Wataru Ohashi, dans le prolongement de l'enseignement de Namikoshi, axé sur le bien être ;
  - Le Shiatsu Yoseido, dit aussi Shiatsu Essentiel, école fondée par Yuchi Kawada qui étudia sous la direction de Namikoshi et de Masunaga ;
  - Le shiatsu Yin ; shiatsu thérapeutique développé par Maître Takeuchi Nobuyuki à la clinique de médecine Orientale AKAHIGEDO au cœur de Tokyo
  - Le shiatsu de Ryotan Tokuda s'inscrit dans une lignée de docteurs en médecine chinoise traditionnelle et shiatsu. Tokuda a dispensé ses enseignements au Brésil depuis 1968 et en Europe depuis 1988 et fondé les Instituts Nonindo dans différents pays ;
  - Le shiatsu holistique ;
  - Le shiatsu du visage est un soin de bien-être, dont l'action se concentre sur les zones d'acupuncture du visage. On l'appelle parfois *lifting japonais*.

## Le shiatsu Namikoshi

Tokujiro Namikoshi crée sa propre école de shiatsu, parmi bien d'autres courants, en 1940. Il suggère alors à son fils Toru de se former à la chiropraxie aux États-Unis. Si bien que dans le shiatsu de Namikoshi s'établit une relation entre colonne vertébrale et viscères. Ce shiatsu rejoint la sympathico-thérapie ou réflexologie. Ce type de shiatsu est accessible avec une relative aisance car il se passe aisément de références à la Chine et à sa médecine, et se concentre sur la technique du soin. Il est certainement, de ce fait, le shiatsu le plus répandu dans le monde, et se veut avant tout une technique de toucher.

## Le shiatsu médical Koho

Le professeur Ryūhō Okuyama, décédé en 1987, est contemporain de Tōru Namikoshi et ces deux praticiens-enseignants se fréquentaient régulièrement. À cette époque, des congrès et rencontres de praticiens étaient régulièrement organisés et regroupaient parfois des centaines de professionnels. Namikoshi père et fils étaient d'ailleurs présents aux funérailles du professeur, à Omiya. Mais leurs sources d'apprentissage ont été différentes et Ryūhō Okuyama fut notamment disciple du professeur Hirata, médecin de médecine traditionnelle chinoise. L'orientation du *Kōhō shiatsu*, fondé sous cette appellation en 1941, est donc d'emblée médical. Il s'agit d'une forme technique concentrée sur une certaine puissance

thérapeutique, exercée toutefois de façon très confortable pour le patient, et à l'efficacité recherchée, s'appuyant sur des méthodes diagnostiques à la fois traditionnelles et originales.

Le shiatsu Koho a été, dès 1975, la forme de shiatsu enseignée de façon organisée au sein de la première école et première fédération française de shiatsu (FFSTJ), par un kinésithérapeute diplômé d'État, Thierry Riesser (décédé en 2010), ayant également exercé et enseigné à Kyoto, au Japon. À plusieurs reprises, et dès 1977, ce praticien et enseignant français fit venir en France et en Europe, tant le professeur Okuyama que son fils, ou d'autres praticiens japonais afin de diffuser le shiatsu thérapeutique et médical, notamment, et essentiellement auprès des praticiens de santé.

### Le shiatsu Masunaga

L'esprit européen étant assez étranger aux modes d'approche culturels de l'Asie, il semblerait plus difficile d'apprendre le shiatsu Masunaga. Masunaga, philosophe, après avoir étudié à l'école Namikoshi, a rapporté à la pratique du shiatsu la théorie de la médecine chinoise, faisant ainsi du shiatsu une médecine qui inclut la théorie du yin et du yang et celle des Cinq Éléments, notions complexes qui présupposent des acquis culturels larges en amont des apprentissages spécifiques du shiatsu, l'approche psychologique est importante dans l'école de Masunaga. Ce shiatsu utilise un système étendu des méridiens de la médecine traditionnelle chinoise en acupuncture, il est la version japonaise de l'*an mo*, le massage chinois.

Il nécessite plusieurs années d'apprentissage, le temps d'apprendre la médecine traditionnelle chinoise, de pratiquer et de se familiariser avec les tableaux pathologiques. Le travail du praticien consiste en un rééquilibrage « énergétique » le long de méridiens référés aux organes et aux viscères dans lesquels circulerait l'énergie vitale (ki). Il peut être harmonisant et/ou thérapeutique suivant l'évolution du praticien dans sa formation.

### Le shiatsu myo-énergétique

C'est un shiatsu thérapeutique, au moins sur les pathologies externes :

- L'origine est le *sōtai* ou *sōtaihō* (□□□) du D<sup>r</sup> Keizō Hashimoto, qui comprend un travail sur l'équilibre postural,
- Les relations étroites entre douleurs articulaires et système des lignes tendino-musculaires,
- Les influences réciproques entre dysfonctionnement d'organe et système neuro-végétatif.

L'innovation majeure se crée dans la correspondance établie entre « médecine énergétique » et « médecine mécaniste ». Ainsi la myo-énergétique estime-t-elle que la cause première du déséquilibre de la santé de l'individu dépasse le déséquilibre organique ou viscéral, et réside dans le déséquilibre postural. Le travail du praticien consiste en une préservation et un renforcement des équilibres posturaux, laissant au récepteur le soin de prendre progressivement conscience de ses propres déséquilibres à mesure que les équilibres déjà là sont préservés et/ou consolidés, et ce par un shiatsu sur les lignes tendino-musculaires.

### **Le shiatsu macrobiotique**

Le shiatsu macrobiotique développé par Shizuko Yamamoto se caractérise par deux principaux points : l'alimentation macrobiotique comme complément de traitement et l'utilisation des pieds, lors de manœuvres spécifiques, pour exercer des pressions sur certaines masses musculaires du receveur, comme les fesses.

### **L'Ohashiatsu**

L'Ohashi shiatsu de Maître Wataru Ohashi est le prolongement de l'enseignement de Namikoshi. Le travail énergétique, la détente et le bien-être du praticien et du receveur est au cœur de l'Ohashiatsu. C'est la pratique la plus adaptée aux Occidentaux et est dispensée dans nombre de pays, aux EU et ailleurs dans le monde.

### **Le shiatsu Yoseido**

Fondé par Yuichi Kawada qui fut élève de Namikoshi et Masunaga, le Yoseido tient compte de la philosophie et de l'ésotérisme chinois (yin-yang, carré magique, livre des mutations). Fondé sur les mouvements appris de ses maîtres, Yuichi Kawada y a ajouté le fruit d'une vie dédiée au massage à travers le monde (au Japon, aux Philippines, aux États-Unis, en France et enfin en Belgique où il enseigne aujourd'hui). Sa connaissance du corps et de la psychologie humaine font de lui un praticien et un maître étonnant et respecté. Il est l'un des maîtres qui a introduit le shiatsu en France et la FFST (Fédération Française de Shiatsu Traditionnel) fait toujours référence à son nom.

### **Le shiatsu Yin☐ : Maître Takeuchi et l'Akahigedo**

Maître Takeuchi Nobuyuki est le fondateur du Yin Shiatsu pratiqué exclusivement dans sa clinique Akahigedo : la voie de Barbe Rousse - nom inspiré par le Robin des Bois de la médecine de la période d'Edo qui soignait les pauvres en surtaxant les riches (voir le film Barbe

## Origines du Shiatsu

Écrit par Administrator

Dimanche, 07 Octobre 2012 13:41 - Mis à jour Dimanche, 07 Octobre 2012 13:53

---

Rousse de Kurosawa).

L'Akahigedo est le centre de médecine orientale que Maître Takeuchil a créé au cœur de Tokyo, dans le quartier de Yoyogi, il y a presque 40 ans. Il est un des centres les plus connus du Japon pour son originalité et son approche. Maître dans l'art du sabre et docteur en médecine chinoise, sa grande curiosité l'a amené à faire de sa clinique un lieu d'études où sont enseignées et pratiquées des approches thérapeutiques dans les domaines du yin shiatsu, de la pharmacopée chinoise et de la phyto, des compléments alimentaires et de la diététique, des examens sanguins approfondis, le "counseling", les chi-kong thérapeutique et prophylactique.

Il est l'un des premiers au Japon, vers le milieu des années 80, à accueillir de Chine des maîtres de chi-kong, des pharmacologues et des acuponcteurs afin de favoriser la recherche et la rencontre entre praticiens japonais et chinois.

Il élabore le yin shiatsu qui consiste à faire du shiatsu une réelle méthode thérapeutique, plus efficace, qui agit par le moyen d'une acupression plus profonde, au niveau des tendons et des fascias, sur la circulation du sang et de l'énergie. Il élabore une méthode de pression le long du rachis, avec le "sokanshin" ou doigt en bois sculpté, spécialité de la clinique. Maître Takeuchi a établi une base théorique sur la "relation triangulaire par relation de similitude" qui permet de donner une réalité physique à l'idée d'approche holistique. Contrairement au yang shiatsu qui peut être ferme mais s'établit plus en surface, le yin shiatsu est une approche du toucher plus radicale, qui peut générer de la douleur, une sensation particulière par laquelle un effet d'irradiation en profondeur amène le corps vers une plus effective transformation. La clinique Akahigedo a formé de nombreux praticiens, orientaux et occidentaux, offrant alors l'expérience d'une sorte de communauté de pratique. Elle prépare ses thérapeutes à une rigueur morale inspirée de la vie des samouraïs et à un chemin de vie plus exigeant et plus conscient par le biais du shiatsu. Pour référence quelques images de la clinique sur le site français : [http://academie-tchie.com/clinique\\_akahigedo.htm](http://academie-tchie.com/clinique_akahigedo.htm)

- ou encore :

<http://academie-tchie.com/takeuchi.htm>

Exemple d'une action de la clinique Akahigedo lors du tsunami <http://academie-tchie.com/news.htm>

L'approche thérapeutique de Maître Takeuchi est aujourd'hui représentée à Hawaï, dans quelques villes des Etats-Unis, et en Europe.

Il est l'auteur de nombreux ouvrages en japonais sur l'expérience de la médecine, la psychologie et le bouddhisme.

### **Le shiatsu de Ryotan Tokuda**

Maître Ryotan Tokuda, né à Hokkaido au Japon, en 1938 est diplômé de philosophie bouddhiste de l'université de Komazawa et maître Zen (école Sōtō). Il apprit le shiatsu et la médecine traditionnelle chinoise auprès de Maître Ryosui Wakita, (également moine zen de l'école Sōtō et maître de kendo). Maître Ryosui Wakita fut disciple de maître Sorei Yanagiya, lui-même disciple de l'un des fondateurs du shiatsu : maître Shinsai Ota.

Le shiatsu de Ryotan Tokuda demeure en lien direct avec la médecine traditionnelle chinoise. Il s'agit d'un shiatsu appliqué systématiquement sur les 12 méridiens principaux avec un toucher-shiatsu spécifique, au fil de la séance, sur différentes portions de méridiens et points d'acupuncture. Ryotan Tokuda enseigne que la qualité du soin dépend en grande partie de l'attitude du praticien, de sa posture et qualité de présence. À cette fin, son enseignement met l'accent sur l'entraînement du praticien afin qu'il chemine vers le geste juste. Théories fondamentales de la MTC, diététique orientale et exercices de santé font partie de la transmission.

### **Le shiatsu holistique**

Le shiatsu holistique est une médecine complémentaire mariant le shiatsu japonais, à la médecine traditionnelle chinoise ainsi qu'indo-tibétaine. Le shiatsu holistique prend en compte l'être humain dans sa globalité : aspect psychique, affectif et somatique. L'enseignement est basé sur les Sept Corps subtils de l'être humain et considère que l'Esprit agit sur la matière. C'est pourquoi le processus thérapeutique a pour but d'agir sur les quatre corps inférieurs : mental, astral, éthérique et physique.

Lorsque cela s'avère nécessaire le praticien en shiatsu holistique agit sur l'un des neuf centres psychiques (chakras, (influence Indienne) afin d'harmoniser les trois corps supérieurs. Un diagnostic est posé selon les 5 dynamiques (ou 5 éléments) selon la tradition tibétaine. Une consultation de shiatsu holistique se décompose comme suit :

1. Accueil de la personne consultant, anamnèse complète, tests énergétiques complets
2. Bilan énergétique : définition de la cause des symptômes ressentis (Terrain) et

## Origines du Shiatsu

Écrit par Administrator

Dimanche, 07 Octobre 2012 13:41 - Mis à jour Dimanche, 07 Octobre 2012 13:53

---

établissement d'un processus de traitement complet et justifié

3. Traitement : le traitement débute toujours par un massage des douze méridiens et se poursuit par un traitement spécifique à chaque personne sous la forme d'actions spécifiques sur des points d'énergie précis ainsi que des manœuvres thérapeutiques visant à réguler et harmoniser globalement la personne.

4. Vérification du traitement et conseils : vérification de l'efficacité du traitement par les tests énergétiques, explication complète du traitement à la personne consultant et conseils complets d'hygiène vital (diététique, suggestions de teintures-mères, huiles essentielles, conseils de pratiques tel que tai-chi, méditation ou yoga) afin de stabiliser le traitement dans le temps.