

Origine du Shiatsu



1/Le principe essentiel : l'Unité

Depuis les époques les plus reculées, l'homme aurait su masser les zones raides et douloureuses du corps. « Une approche de la santé naturelle (soin par les mains ; Tématé). Le Tématé (toucher par la main) représente, nous le savons bien la première des formes de thérapeutique. Inconsciemment, la main se porte à l'endroit qui fait mal... » (Sôchirô Tobé, rédacteur en chef des éditions Ido No Nippon).

S'élabore au fil des siècles, en extrême orient, un système de lignes et de points énergétiques. L'acupuncture aussi bien que le Shiatsu repose sur cet antique système médical.

Le Shiatsu est **d'origine japonaise** et sa pratique s'ancre dans la tradition japonaise, même si la méthode elle-même date du début du xxième siècle. Shi signifie "doigts, extrémités" et ATSU est la racine du verbe presser. Aussi le Shiatsu consiste-t-il en application de pressions exercées sur des zones spécifiques du corps, ces pressions pouvant être exercées avec différentes parties de la main (doigts, paume, pouce...). Comme beaucoup d'autres disciplines japonaises, les méthodes de massage furent importées de Chine dans l'antiquité. La médecine traditionnelle chinoise fut introduite au Japon au 1er et 2ième siècle après J.C. à partir de deux traités fondamentaux :

Le YI-KING de FOU-HI qui présente la théorie du YIN et du YANG. Le NEI-KING de HOUANG-TI qui se divise en deux volumes :

Le SOU-WEN, traité général de physiologie et de pathologie.

Le LING-CHOU qui présente le système des méridiens ainsi que l'acupuncture et dans lequel le massage est déjà considéré comme un traitement important.

« L'homme est un microcosme entre le Ciel et la Terre formant le macrocosme » .

La finalité est de recréer le lien, l'harmonie (faire circuler le KI, l'énergie vitale).

2/Naissance d'une méthode plus élaborée : le Anma.

Au fil des siècles, l'ancien massage chinois à visée médicale (Anma) devient au Japon une pratique populaire qui perd alors une partie de ses objectifs thérapeutiques. Comme les techniques manuelles restèrent constamment employées à titre de complément de l'acupuncture, en particulier pour le diagnostic. L'Anpuku ou palpation abdominale est célèbre à ce titre.

« La dégradation de l'Anma en une simple pratique de soulagement n'est cependant pas récente et on se rend compte, à la lecture de l'Anpuku Zukaï de Jinsai Otha (1827), qu'on assistait déjà à une telle dégradation à la fin de l'Ere Edo (1603-1868) ». (Shizuto Masunaga)

L'Anma a disparu presque complètement pendant la période d'EDO (1603-1867) lorsque le gouvernement de l'époque en réserva la pratique aux aveugles. Cela a entraîné une dévalorisation des soins ; car tous n'avaient pas la vocation de soigner, mais uniquement de gagner de l'argent.

Le Shiatsu est donc né de l'effort de nombreux thérapeutes japonais, qui, voyant différents types de soins se déprécier, dès l'ère Edo, tant sur le plan de la formation des thérapeutes que sur le plan de la vocation des praticiens, ont décidé de se regrouper sous la bannière du Shiatsu.

Le gouvernement suivant dit de MEIJI (1868-1912) s'ouvrit largement aux pays occidentaux et importa la médecine moderne au détriment de la médecine traditionnelle qui ne survécut que dans quelques cercles d'initiés.

C'est le peuple qui perpétua et développa la pratique du massage comme une tradition familiale. **Dans les années 1910-1920, le massage occidental et l'ostéopathie furent accueillis au Japon et associés aux quelques 300 méthodes populaires de soin qui s'étaient développées parallèlement à la médecine officielle.**

« C'est en développant certains aspects de l'Anma que le Shiatsu a déployé sa propre pratique. Mais c'est seulement depuis une vingtaine d'années que celle-ci a pu être exercée légalement, en tant que profession, sous l'appellation de Shiatsu, et le souvenir de la croisade acharnée qu'ont dû mener les praticiens intéressés pour arriver à obtenir la licence est encore vivante dans les mémoires. **Nous ne pouvons pas ne pas être saisis de respect devant les efforts de ces prédécesseurs qui ont œuvré pour faire reconnaître la valeur du Shiatsu** » (Sôshichiro Tobé).

« Lorsque, le traitement de Shiatsu s'étant démarqué des médecines empiriques, son statut légal fut reconnu au Japon aux côtés de ceux de l'Anma et du massage, le besoin se fit sentir de souligner l'effet original de son traitement afin d'en mettre en relief la particularité. On en est arrivé à se rendre compte, alors, que du fait que le Shiatsu se voyait limité à une simple pratique thérapeutique d'appoint en marge du traitement de la médecine occidentale, si l'on voulait préparer véritablement les conditions pour en faire une méthode médicale à part entière, il était indispensable d'en ordonner les systèmes de traitement et de diagnostic **selon les principes de la médecine orientale** ». (Shizuto Masunaga)

D'après les recherches de Shizuto Masunaga : « Tenkeï Tamai, il semble effectivement que ce soit lui qui ait utilisé l'appellation de thérapie de Shiatsu en 1915 ».

La constatation que la pression directe des pouces et des doigts sur les points des méridiens de l'acupuncture permettaient d'obtenir les mêmes résultats que l'Anma est considérée comme étant à l'origine du Shiatsu tel que nous le connaissons aujourd'hui bien qu'il ait fallu près de 200 ans pour que dans les années 20 entre dans la langue japonaise (Yukiko Irwin et Wagen Voord ; F.F.S.T).

Dans les années 30, l'une de ces méthodes, le Shiatsu qui s'inspira de toutes ces influences, était déjà assez connu. Le premier ouvrage présentant le Shiatsu est le AKA HON de TAKICHI TSUKITA (1925) ou les secrets des soins pratiques pour la famille.

3/1941-1945 : Une époque qui a favorisé le développement des thérapeutiques naturelles

L'époque à laquelle s'est développée le Shiatsu était différente de la notre. Au début du 20^{ème} siècle déjà la confiance dans les soins par les mains, soit par pressions, ou, soit par le mouvement (Seitai) était grande.

Pendant la 2^{ème} guerre mondiale, période de restrictions (médicaments, pénurie alimentaire), Noguchi (guérisseur japonais et fondateur du Seitai) fut chargé par le gouvernement japonais de former le maximum de techniciens Seitai afin de faire face à la crise. Ceci a renforcé le sentiment de confiance dans la médecine orientale. (Tsuda)

Après la seconde guerre mondiale de 1947 à 1955, toutes les pratiques populaires furent examinées en vue d'établir une réglementation : seul le Shiatsu fut reconnu et officialisé en 1955.

Après la guerre, le Shiatsu s'est enrichi de différents apports issus de la Médecine occidentale (Chiropractie, Ostéopathie,..)

4/ Spécificité du Sei Shiatsu Do

On a pu dire un jour, un praticien, une Ecole. « Il existait plus de 300 techniques répertoriées et la législation avait regroupé sous le terme : Shiatsu-Seitai plus de 10 techniques de travail sur l'abdomen ».

Chacun a une sensibilité différente, des expériences et des compréhensions toutes personnelles dans un enseignement reçu.

SEI SHIATSU DO : « Ce Shiatsu est enraciné dans la tradition martiale japonaise. A ce titre, il est puissant, pénétrant, énergique : le praticien cherche constamment force et équilibre en lui-même et dans le sol pour transmettre la pression juste.

Ce Shiatsu a ensuite été nourri par l'apport de la médecine traditionnelle chinoise qui l'a enrichi de ses lois et de ses principes : ici le praticien fait vivre sous ses doigts les points et les méridiens en bonne connaissance de cette science. Il connaît les *secrets* du bilan de santé par **la prise des pouls**. Enfin, il a évolué vers des techniques subtiles, dites *fluidiques* grâce à des **pratiques issues du Qi Gong**.

Là, le praticien élargit son champ de conscience, oeuvre avec bienveillance et compassion. »
(Bernard Bouheret, fondateur du Sei Shiatsu Do)

Le *Sei Shiatsu Do* permet d'exercer avec force, sensibilité et générosité ; il allie donc, à de solides connaissances théoriques et techniques, l'intelligence du coeur.

Le Shiatsu et les Arts martiaux :

Le *Sei Shiatsu Do* est issu du shiatsu traditionnel. **Cette branche a été créée par Bernard Bouheret**, fruit de 30 années de pratique intensive dans son cabinet au sein de son école de shiatsu thérapeutique où elle est enseignée.

Elle s'inscrit dans la filiation de Maître OKUYAMA au sein de son Ecole martiale et médicale HAKKO RYU. Le Sei Shiatsu Do puise ses bases dans Hakko-Ryu, Ecole martiale (avec une importance pour la préservation de la santé, Goshin Taiso et Shiatsu). C'est en 1938 que Okuyama Yoshiji Ryudo fonde les bases de sa nouvelle Ecole de Ju-Jutsu appelée en premier lieu Goshin-Bugei puis Yotsume-Do et, en 1941, le nom définitif Hakko-Ryu.

Dans les Ecoles traditionnelles japonaises d'Arts martiaux, les maîtres ont des connaissances pour soigner leurs élèves. Techniques de soins dans les Arts martiaux par exemple (le judo : Seifuku, Ju Jutsu : le Koho Shiatsu, le Kalaripayat : l'Ayurvéda).

Les Arts martiaux ont été beaucoup utilisés pour établir et maintenir un pouvoir. Quelques pratiquants ont choisi la Voie du renoncement, la recherche du Soi. Dans cette Voie le Budo est une Voie pour déposer les armes, traduction littérale, c'est une Voie de préservation.

L'Art est utilisé comme une réalisation de l'Etat du non mental (Mushin).

Par exemple en Aïkido, c'est un Art pour s'unir avec l'Univers entier et donc ne pas être séparé et en conflit avec les êtres qui composent cet Univers.

Cette Voie a été dévoilée profondément au XXème siècle au Japon par des Maîtres remarquables, O Senseï Ueshiba en Aïkido (Voie de l'Harmonie avec l'énergie), Senseï Kano en Judo (Voie de la souplesse) et Funakoshi en Karaté Do (Voie de la main vide).

Dans les Arts martiaux les pratiquants se rapprochaient au plus près du combat réel et les blessures étaient courantes. Pour pallier à cet engagement total du corps et de l'esprit des systèmes de soins venaient en complément.

Par exemple, dans le Kalaripayat (art martial du Kérala), les corps sont massés avec de l'huile et des massages spécifiques sont donnés pour améliorer la pratique avant l'entraînement.

En Judo des techniques de réanimations soutenaient les pratiquants lors d'étranglements ou d'évanouissements (Kwatsu).

Les entraînements étaient très durs. Les tatamis pas aussi souples qu'aujourd'hui. Parfois O Senseï et ses élèves s'entraînaient avec des températures de – 7°C. Aujourd'hui les pratiquants sont habitués au confort (salle chauffée, tatamis installés, ménages effectués), peu de place pour l'effort et la persévérance.

Le soin dans les Ecoles Martiales étaient donc pour aider les corps pour récupérer des entraînements parfois très durs et aussi pour améliorer les performances martiales (plus d'énergie et de souplesse).

C'est d'ailleurs grâce aux Maîtres du Judo que le Shiatsu fut introduit en Europe. En 1956 Maître A. Nocquet avait étudié les massages, le Shiatsu et le Seitai au Japon.

« D'une seule Source, naît puis se développe l'Univers. Nous évoluons à travers le processus d'unification et d'harmonisation ». (Morihei Ueshiba)

Sources :

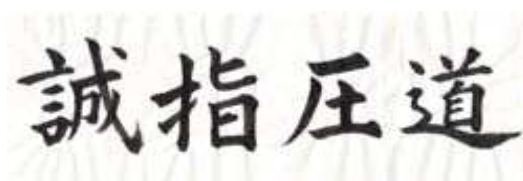
*** Bernard Bouheret *l'Art et la voie du Shiatsu familial***

Shizuto Masunaga Shiatsu et Médecine orientale « Courrier du Livre »

F.F.S.T notamment Compte rendu enquête de Mai 2003

Gérard Bonville Praticien de Shiatsu F.F.S.T. (lettre du Shiatsu n°7)

<http://shiatsu-aist.org>



Sei Shiatsu Do