

Le Watsu ou Shiatsu adapté pour l'eau

Le shiatsu fait partie des techniques énergétiques importées d'Orient, plus précisément du Japon. Elle s'inspire cependant de la sagesse traditionnelle chinoise. La finalité du Shiatsu est de maintenir ou de rétablir la circulation harmonieuse de l'énergie vitale Chi (ou Ki), sous ses deux formes opposées et complémentaires yin et yang.

La technique consiste en des pressions exercées au moyen des pouces ou des doigts – mais aussi de la paume, des coudes, des genoux, voire de pieds – sur des points précis (les tsubos) situés le long des « méridiens », ainsi que des glissements sur les méridiens eux-mêmes. Les méridiens sont les canaux par lesquels les énergies sont diffusées dans tout le corps, et dont la connaissance a été vulgarisée par l'acupuncture. Selon les affections, le thérapeute peut y adjoindre d'autres techniques : rotation des articulations, pétrissage, étirement, malaxage ou vibration de certaines parties du corps. Les tsubos sont reliés à des organes ou à des fonctions spécifiques. Les énergies sont stimulées ou dispersées selon le besoin, de manière à ce que les forces naturelles d'auto-guérison de l'organisme puissent reprendre leur activité.

La diffusion en Occident du shiatsu doit beaucoup à Tokujiro Namikoshi (1905-2000), qui a su rendre le shiatsu plus accessible au mode de pensée occidental en introduisant davantage de notions de physiologie. Cependant, lorsque quelques années plus tard l'Occident succombait à la fascination de l'Orient, un autre maître, Shizuto Masunaga, réintroduisit l'explication traditionnelle du shiatsu, à partir des principes de base de la médecine traditionnelle chinoise (cinq éléments, Yin et Yang, méridiens, etc.). On retrouve aujourd'hui ces deux écoles de pensée : le Shiatsu de Namikoshi Sensei, plus « occidentalisé », et le Zen-Shiatsu de Shizuto Masunaga Sensei, plus basé sur la médecine chinoise.

La difficulté rencontrée avec ces médecines préventives venues de l'Orient, réside dans le fait qu'elles ne travaillent pas sur le corps physique, mais sur les énergies occultes innervant ce corps. Ce qui ne signifie pas pour autant que ces pratiques sont répréhensibles ou dangereuses ; seulement elles ne peuvent faire l'objet d'un réel contrôle de la part de la science médicale. Le shiatsu comme l'acupuncture travaille probablement sur le corps éthérique, c'est-à-dire le premier corps subtil ou occulte que décrit l'anthropologie ésotérique.

Il ne semble pas qu'il faille supposer l'intervention d'entités occultes pour justifier les effets obtenus ; mais le croyant demeurera attentif à bien distinguer la pratique thérapeutique, de la philosophie religieuse sous-jacente (divinisation du Chi !).

Père Joseph-Marie Verlinde

http://www.final-age.net/Shiatsu.html?var_recherche=shiatsu