

## La nascita dello Shiatsu

Di Rosalba Rossi



Il fondatore dello Shiatsu metodo Namikoshi, Tokujiro Namikoshi (nella foto), nacque nel 1905 in una famiglia agiata. Il padre gestiva un'azienda produttrice di ombrelli grazie alla quale fino al 1911 poté mantenere la moglie e i 5 figli. Per ironia della sorte, fu proprio un lungo periodo di piogge a portare l'azienda al fallimento, questo perché a quei tempi gli ombrelli erano fatti di carta! La famiglia fu costretta a trasferirsi nel profondo nord del Giappone, a Hokkaido, per ricominciare da capo.

Il drastico cambiamento di clima, dal caldo del sud al pungente freddo del nord, causò a Masa, la mamma di Tokujiro, fortissimi dolori articolari. Oggi sappiamo che la donna era affetta da artrite reumatoide. Purtroppo, in quella zona remota non vi erano medici o ospedali ai quali chiedere aiuto. Il padre di Tokujiro, non sapendo come aiutare la moglie, chiese ai figli di massaggiarla a turno. Masa gradì molto l'aiuto dei figli, ma si accorse che il tocco di Tokujiro era il migliore e, nonostante avesse solo sei anni, era in grado di darle maggiori benefici rispetto ai

fratelli. L'apprezzamento della madre segnò il destino di Tokujiro che rimase l'unico a prendersene cura. All'inizio massaggiava per l'80% e premeva con le dita per il 20%, ma le reazioni positive della madre alle pressioni lo incoraggiarono a invertire queste proporzioni. Masa migliorò visibilmente, tanto che poté di nuovo lavorare nei campi. A 17 anni Tokujiro decise di trasferirsi a Tokyo e, per mantenersi mentre cercava un massaggiatore disposto ad insegnargli le tecniche, vendeva giornali. Le sue abilità manuali erano ormai evidenti: quando un cliente si lamentava per un qualche dolore, lui si offriva di fargli un massaggio, chiedendo in cambio di poter vendere abbonamenti!

Nel 1925 aprì a Hokkaido il primo studio di Shiatsu al mondo e nel 1933, a Tokyo, il secondo.

Una delle prime allieve di Tokujiro fu Masa, la mamma, che all'età di 70 anni e memore del benessere provato durante i trattamenti del figlio, volle imparare la tecnica per poter aiutare quante più persone possibile, praticando fino alla sua morte avvenuta all'età di ottant'anni.

Nel 1940 ecco la svolta. Namikoshi fonda a Tokyo la prima scuola per formare terapeuti: il Japan Shiatsu Institute (dal 1946 chiamato Japan Shiatsu College).

Tokujiro scelse il seguente slogan per la sua tecnica, tuttora molto amato nel mondo dello shiatsu:

*«Il cuore dello Shiatsu è come il puro affetto materno, la pressione delle mani fa scorrere le sorgenti della vita».*

Nel 1964 il Ministero Giapponese della Salute riconobbe lo Shiatsu come metodo terapeutico unico e indipendente definendolo come: «Trattamento che, applicando la pressione con i pollici e i palmi delle mani su determinati punti del corpo, corregge le irregolarità dell'organismo, mantiene e migliora la salute, contribuisce ad alleviare alcuni disturbi e attiva la capacità di autoguarigione del corpo umano. Non ha effetti collaterali».

Dal 1964 il Japan Shiatsu College è l'unica scuola in Giappone riconosciuta ufficialmente.

Giappone e Svizzera sono attualmente le uniche nazioni in cui lo Shiatsu è una terapia riconosciuta dalla Sanità.