

## Shiatsu, terapia e arte: la figura di Tokujiro Namikoshi

Di Paolo Sambo

Shiatsu: una parola giapponese oramai popolare, anche per coloro che non lo hanno ancora sperimentato. Attualmente, sono milioni le persone nel mondo che ricevono shiatsu con grandi benefici per la salute.

Proprio da qui partiremo per un breve e affascinante viaggio alle sue origini, attraverso la figura del suo storico fondatore.

Tokujiro Namikoshi è riconosciuto universalmente come il padre dello shiatsu: nato nel 1905, si racconta di come, bimbo, fu costretto a trasferirsi nel freddo e umido nord del Giappone assieme alla sua famiglia per motivi di lavoro del padre.

Fin da subito, il clima non fece che peggiorare le condizioni fisiche della madre; fu allora che il piccolo Tokujiro iniziò istintivamente ad applicarle delle pressioni sul corpo con i pollici donandole sensibili benefici e svelando un talento che egli volle approfondire con lo studio.

Namikoshi riuscì a sviluppare una vera e propria tecnica di

digitopressione (shi=dita, atsu=pressione) studiata per lavorare su tutto il corpo, che egli considerava come un'unica entità, in cui ogni singola manovra era fondata su concezioni della scienza medica occidentale.

La sua tenacia fece aumentare la fama dello shiatsu, tanto che nel 1964 il ministero della salute giapponese lo riconobbe ufficialmente come terapia. Fu il trampolino di lancio che da lì a breve sarebbe sfociato in un interesse crescente, dagli Stati Uniti fino in Europa.

Gli aneddoti riguardanti quest'uomo sempre sorridente si sprecano: una notte egli fu svegliato da una telefonata; gli si chiedeva di intervenire urgentemente presso la suite di un lussuoso hotel a Tokyo. Vi era coinvolta una celebrità che stava molto male, preda di forti spasmi gastrici.

Tokujiro rimase di stucco quando si trovò di fronte il leggendario Joe Di Maggio ad attenderlo: la compagna, Marilyn Monroe, era distesa sul letto, agonizzante.

Namikoshi, emozionato, riuscì a mantenere il suo aplomb praticandole lo shiatsu con grande successo.

Anche il rapporto di amicizia con Mohammed Ali non è un segreto. Al mitico pugile piaceva lo shiatsu e la foto può ben testimoniare!

Tokujiro Namikoshi continuò a praticare e insegnare fino ad età molto avanzata, prima di spegnersi a 94 anni. Il Japan Shiatsu College di Tokyo, da egli fondato, continua nel segno della tradizione a mantenere alti gli standard qualitativi e autorizzando l'insegnamento del metodo Namikoshi originale in numerose scuole nel mondo, Svizzera compresa.

La terapia diventa arte nel momento in cui chi la pratica inizia a sentire. La tecnica è certamente complessa, richiede un continuo studio, ma non è tutto. Sentire significa innanzitutto considerare il ricevente una persona adattando la terapia al corpo e non viceversa.

Tokujiro diceva che lo shiatsu è come il puro affetto materno: poesia di una semplicità senza tempo, ed è proprio a questo punto che la terapia può finalmente abbracciare l'arte.

Namikoshi con il celebre pugile Mohammed Ali.



L'Associazione Svizzera Shiatsu Metodo Namikoshi organizza:

**CORSO BASE DI SHIATSU**

**8 Weekend a partire da Settembre 2019**

*"Lo shiatsu è come il puro affetto materno" (Tokujiro Namikoshi)*

Info: 091 840 17 56 info@namikoshi.ch www.namikoshi.ch