

JULIE DESCELLIERS

*Du Japon à la France :
comment faire exister l'énergie dans la transmission du shiatsu ?*

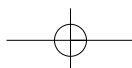
«Un jour, quelqu'un m'a dit: "L'énergie n'existe pas." Alors j'ai répondu: "Écoutez, l'électricité, ça existe? — Bah oui." J'ai dit: "D'accord, apportez m'en cent grammes, on verra après!" Il m'a répondu: "On ne peut pas." J'ai dit: "Comment? Montrez-la-moi quand même! — On ne peut pas." Alors j'ai dit: "Vous allez en ressentir les effets, l'énergie aussi. Donc c'est à égalité. — Oui, mais... — Non. L'électricité n'existe pas parce que je ne la vois pas.»

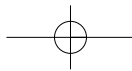
Un praticien de *shiatsu*.

C'est en septembre 1999 que je participe, pour la première fois, à un cours de *shiatsu* à Paris. De cette technique de soin japonaise, j'ai alors une connaissance ténue. Ses origines extrême-orientales laissent penser qu'elle met en jeu une conception du corps exotique, et je suis venue en étudier le processus de transmission — et les modalités d'incorporation — dans un contexte français. Après quelques recherches, j'ai trouvé un professeur qui enseigne à des débutants et pratique des tarifs modérés. Il fait partie de la Fédération française de shiatsu traditionnel¹; mais j'ignore tout encore de la place qu'occupe cette association dans le monde du *shiatsu*.

À la fin du premier cours, j'explique au professeur le motif de ma présence. Étudiante en ethnologie, j'ai choisi d'enquêter sur le *shiatsu* et de faire de cette ethnographie l'objet de mon mémoire de maîtrise (2001). Nul besoin d'en expliquer davantage: il est ravi. «Nous sommes très contents que l'Uni-

1. En France, certaines écoles proposent des formations à des tarifs excessifs — jusqu'à 5000 euros pour une année de formation. Les professeurs affiliés à la fédération pratiquent, dans l'ensemble, des tarifs plus abordables: en moyenne, 600 euros.





versité s'intéresse à nous! s'exclame-t-il. C'est avec plaisir que je vous accueille dans mon cours.» J'esquisse un sourire étonné, auquel il répond: «Vous savez, on travaille tellement dans la fédération, depuis qu'on l'a créée, pour faire connaître le *shiatsu*... J'en suis le secrétaire général, n'hésitez pas à me demander des renseignements. Je vous mettrai aussi en contact avec nos praticiens et d'autres professeurs.»

Craignant un malentendu, j'insiste sur le fait que mon étude n'a pas pour objectif de vanter les bienfaits du *shiatsu*, ce qui ne gâche en rien son enthousiasme. J'en comprends les raisons par la suite: association régie par la loi de 1901, la Fédération française de *shiatsu* traditionnel a pour but de promouvoir le *shiatsu* en France², dans un contexte où la technique, qui est généralement ignorée du public, n'est pas reconnue par les pouvoirs publics. Dans cette perspective, elle collabore avec la Fédération européenne de *shiatsu*, par laquelle elle espère rendre légale la pratique du *shiatsu*. Un travail universitaire représente donc pour elle un pas vers la diffusion de la connaissance sur la technique et, peut-être aussi, un gage de sérieux susceptible de jouer, un jour, en faveur de sa reconnaissance.

La fédération organise la formation de praticien de *shiatsu* en trois ans. J'ai d'abord suivi un cours de première année, puis j'ai participé à deux cours de deuxième année³. Pendant deux ans, à raison d'une séance de deux heures par semaine en moyenne, j'ai donc fait l'expérience de l'apprentissage de la technique. De trois professeurs d'origine européenne, j'ai appris les gestes, les postures et «la théorie énergétique chinoise» telle qu'ils l'associent à la pratique du *shiatsu*. J'ai complété mes observations par des entretiens avec ces professeurs et les sept élèves du cours de première année. Le cadre de la fédération fut d'une grande richesse, dans la mesure où, à la différence d'une école, celle-ci rassemble des praticiens et des professeurs de formations diverses. Certains ont appris le *shiatsu* de praticiens japonais, d'autres non, au Japon ou en France. Si mes trois professeurs enseignaient la «méthode Masunaga»⁴, j'ai eu accès, au travers d'entretiens auprès de plusieurs praticiens et professeurs, à d'autres pratiques, enseignements et conceptions du *shiatsu*⁵. L'analyse qui suit s'appuie sur une partie du matériel recueilli au cours de ce travail de terrain⁶.

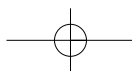
2. C'est l'objectif de l'association, tel qu'il est défini dans les statuts déposés en 1995, date de sa création.

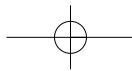
3. L'un pendant une année complète, le second durant trois mois seulement.

4. Du nom de son fondateur, Masunaga Shizuto. C'est la méthode la plus couramment enseignée en France et c'est celle dont je décris ici les aspects techniques.

5. Sur 17 praticiens interrogés, 8 sont des femmes, 9 des hommes. 14 — dont nos 3 professeurs — enseignent le *shiatsu*. Tous pratiquent la technique depuis plus de 5 ans. 2 d'entre eux, des Japonais, ont été les premiers à enseigner en France. La troisième praticienne japonaise interrogée a appris le *shiatsu* de façon formelle en France.

6. Je remercie Laurence Caillet et Bruno Latour, dont les suggestions et les relectures m'ont grandement aidée durant la rédaction de cet article.





1. Présentations

Premier cours de *shiatsu*⁷. Le professeur commence, très simplement, par traduire le terme : formé de *shi* «doigts» et *atsu* «pression», ce vocable japonais signifie littéralement «pression des doigts». Ainsi, les techniques de base du *shiatsu* consistent essentiellement en plusieurs types de pressions digitales exercées sur l'ensemble du corps du patient, au moyen des pouces le plus souvent, mais aussi parfois des coudes, des genoux ou des pieds. Le *shiatsu* se pratique sur une personne confortablement vêtue, assise ou allongée à même le sol. Certaines méthodes intègrent aussi des étirements, des techniques de pétrissage ou de mobilisation des articulations, et les praticiens développent, ajoute le professeur, un savoir-faire qui leur est propre au fil de leur expérience. À première vue, l'apprentissage du *shiatsu* se présente comme celui d'un massage corporel ordinaire, dont la pratique suppose nécessairement un façonnage du corps à travers l'acquisition de techniques diverses. Néanmoins, nous dit-on, ces techniques viseraient à faire circuler le *ki*, l'«énergie»⁸, dans le corps du patient. Les choses se compliquent.

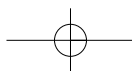
Le professeur poursuit. Le *ki* est, explique-t-il, une composante du corps très concrète pour un Oriental. Selon la médecine chinoise classique, d'où le *shiatsu* est largement issu, c'est de cette composante essentielle du corps que découle toute action thérapeutique. Invisible, le *ki* circulerait de façon subtile sous la surface de la peau le long de «méridiens» (*keiketsu* en japonais⁹), qui formeraient un réseau très ramifié de conduits énergétiques — invisibles, eux aussi — rattachés aux organes. En ce sens, le dysfonctionnement d'un organe s'exprimerait par un blocage de la circulation énergétique dans le méridien qui lui correspond. À l'inverse, la stagnation de l'énergie entraînerait, à la longue, une atteinte des organes. Ceux-ci entretenant, tout comme les méridiens qui leur sont associés, une relation d'interdépendance des uns avec les autres, la circulation du *ki* se verrait peu à peu bouleversée dans l'ensemble du corps : des excès d'énergie (*yang*, ou *jitsu* en japonais) ou, au contraire, des vides (*yin*, ou encore *kyo*, en japonais) seraient ainsi repérables le long des méridiens et sur des points particuliers (*tsubo*¹⁰) situés sur leurs trajets. Le futur

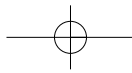
7. Ces présentations sont une fiction, dont la chronologie respecte celle du tout premier cours de *shiatsu* auquel j'ai participé. Les données présentées sont, pour leur plus grande part, issues de ce premier cours. Néanmoins, j'ai ajouté quelques éléments recueillis pendant les cours suivants.

8. Le *ki* en japonais (ou *qi* en chinois) ne trouve son corollaire dans aucune langue occidentale, où il ne correspond à aucune composante corporelle connue. En français, il est traduit par «vapeur», «souffle(s)», «force vitale», mais plus communément par «énergie». Comme les protagonistes étudiés, j'utilise indifféremment les termes *ki* et «énergie». Je reviendrai néanmoins sur les métaphores que l'usage de cette traduction leur permet de faire.

9. En chinois, *jing*; selon la pensée chinoise classique, ce terme renvoie à une «coulée» ou à une trace laissée par le passage fréquent d'un animal d'un point à un autre. Il existe 12 méridiens principaux — 6 dans les bras, 6 dans les cuisses — et 8 autres dits «vaisseaux merveilleux» ou «curieux».

10. En chinois, *xue*; ce terme peut se traduire par «abri» ou «terrier». Leur nombre varie selon les auteurs : ainsi, certains textes font état de 361 points, d'autres de 365 (selon le nombre de jours d'une année), situés sur les méridiens ; certains en dénombrent plus de 900 en dehors des méridiens. Pour pratiquer le *shiatsu* selon la «méthode Masunaga», l'élève doit en connaître une vingtaine, les pressions s'effectuant le long des méridiens entiers et seulement sur quelques *tsubo* jugés importants.



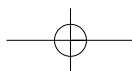


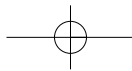
praticien devra apprendre, explique le professeur, à localiser les méridiens et à « sentir » les déséquilibres énergétiques dans le corps du patient. Ensuite, il lui faudra rétablir la circulation du *ki*, en « tonifiant » ou en « dispersant » l'énergie par des pressions sur les méridiens et les points appropriés. De cette façon, il sera susceptible d'éviter l'apparition de maladies ou de réduire l'intensité d'un désordre éventuel. L'usage du *shiatsu* est donc, précise-t-il, d'ordre à la fois préventif et thérapeutique¹¹.

Le discours du professeur prend ensuite un tour nouveau. Certes, explique-t-il, le *ki* n'existe pas dans notre culture et n'est ni reconnu par la médecine conventionnelle, ni par la science ; mais il n'en relève pas pour autant de la religion, de la superstition ou de la croyance. De l'explication de la technique et de ses fondements théoriques, il passe soudain à leur légitimation. Le *ki*, affirme-t-il, est au cœur de la médecine chinoise classique, dont la « tradition » est « millénaire ». Cette médecine est toujours employée en Chine, ce qui montre combien « elle a fait ses preuves ». D'ailleurs, ajoute-t-il, elle n'avait guère d'autre choix que d'être efficace, car les médecins chinois n'étaient pas payés quand leurs patients tombaient malades — argument qui, on peut le souligner, ne renseigne pas sur son efficacité à proprement parler. Fondé sur le bon sens, son savoir est « empirique » et non « scientifique » : c'est en observant très rigoureusement les phénomènes de la nature que les Chinois l'ont élaboré. À cet égard, le principe dynamique du *yin* et du *yang*, au fondement de cette médecine, est, selon lui, applicable à toutes les manifestations de la vie. Ces deux notions, loin d'être opposées, sont complémentaires et surtout en perpétuel mouvement : ainsi, le jour succède à la nuit ; la femme et l'homme sont, comme le froid et le chaud, complémentaires. Le professeur insiste sur « l'universalité de ce principe » à l'aide d'un autre couple d'oppositions : le nomade, qui figure l'envahisseur (*yang*), s'établit, s'installe et se marie avec une autochtone après qu'il a conquis un nouveau territoire ; il devient alors sédentaire (*yin*).

Le professeur se tourne ensuite vers le Japon, mentionnant d'abord que la pratique du *shiatsu* y est reconnue par le ministère de la Santé et utilisée de façon courante. Puis, à travers des expressions japonaises ordinaires, il montre aux élèves que le *ki* est, pour les Japonais, une composante fondamentale

11. Le caractère thérapeutique de la technique est ici entendu dans un sens restreint. Comme l'a écrit le praticien japonais MASUNAGA Shizuto, le *shiatsu* permet de traiter « les gens à moitié en bonne santé » ou encore « les futurs malades » (1985 : 22).

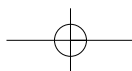


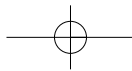


de la personne et qu'il s'inscrit dans leur quotidien. Ainsi, de quelqu'un qui est timide, introverti, les Japonais disent qu'«il a un petit *ki*» (*ki ga chisai*). Deux amoureux diront *ki ga au* (qu'il traduit par «nos *ki* coïncident»). Et surtout, on demande: *Genki?* «Comment ça va?», qui signifie selon lui: «Est-ce que ton *ki* est en harmonie?» Il ajoute: «Mais tout ça fait partie du domaine du ressenti, il n'y a rien de rationnel. Les Japonais n'analysent pas cette notion qui est présente partout, ils la vivent.»

Reprenons. Dans le discours du professeur, d'une part, le *ki* est au cœur d'une médecine chinoise «millénaire», «empirique», universelle et toujours d'actualité; de l'autre, au Japon, il acquiert une légitimité à travers la reconnaissance du *shiatsu* et sa pratique courante. Il s'incarne aussi de façon quotidienne dans des expressions langagières, qualifiant une composante de la personne, dont on remarque qu'elle n'est jamais traduite par le professeur, mais qu'on devine essentielle puisque, à travers les exemples qu'il donne, elle est attachée tour à tour à une caractéristique psychologique, au sentiment amoureux et à l'harmonie intérieure. Et surtout, le *ki* se matérialise dans le corps des Japonais qui, selon le professeur, le «vivent» et le «ressentent». Le *ki* existe-t-il, en Chine et au Japon, de façon aussi «concrète», aussi immédiate et évidente que le suggère le professeur? D'après lui, il y offre de nombreuses prises. Et, bien loin de ces deux pays se tiendrait la France, où le *ki* non seulement ne renvoie pas — encore — le novice à grand-chose, mais encourt de surcroît le risque d'être discrédité — et c'est la crainte d'un tel discrédit qui fonde tout entier le discours du professeur. Néanmoins, ce dernier promet aux élèves qu'ils parviendront, au fil de leur apprentissage, à «sentir» l'énergie.

À ce stade des présentations, l'objet de la transmission — et de l'étude ethnographique — se donne à voir de façon plus complexe. Non seulement le *shiatsu* est une technique de soin par le corps: à ce titre, il en implique un usage singulier auquel l'élève devra être initié. Mais il repose aussi sur des fondements théoriques dont la connaissance est présentée comme étant nécessaire à la pratique. Ainsi, le travail énergétique serait au cœur de la pratique du *shiatsu*. Dans cette «thérapie manuelle énergétique», qualifiée aussi de «technique de circulation énergétique», le travail par l'extérieur du



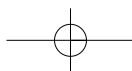


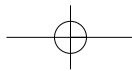
corps permettrait d'agir sur l'intérieur du corps. Le contact thérapeutique mis en œuvre requiert la manipulation d'une entité subtile reconnue comme étant d'origine extrême-orientale. L'énergie se présente donc aux élèves comme un objet volatil : dénuée de consistance, elle trouve son sens dans une conception du corps étrangère à la leur. À écouter le professeur, elle pourrait même faire l'objet d'une disqualification immédiate puisqu'elle est, de surcroît, absente du discours biomédical, dominant dans leur culture.

L'ethnologue, pour sa part, s'interroge sur la façon dont les professeurs vont lui donner davantage de matérialité. Car c'est bien l'enjeu crucial des cours : réussir à faire « sentir » l'énergie aux élèves pour leur permettre de pratiquer le *shiatsu* de manière efficace. Du discours énoncé par le professeur, il ressort que l'énergie est un objet délicat dont la présence, qui n'est pas donnée d'avance, va exiger un véritable travail de construction de la part de celui-ci. Mais après tout, la sociologie des sciences n'a-t-elle pas mis en avant le caractère éminemment construit des faits scientifiques ?¹² Dans la mesure où l'énergie a valeur de vérité pour les professeurs et, surtout, parce qu'elle donne lieu à un enseignement de pratiques assorties d'un vocabulaire qui a une ambition théorique, le contenu des cours mérite d'être examiné avec la même attention.

Par quels procédés parviendront-ils, en dépit de tous les obstacles, à faire exister l'énergie en tant qu'objet et support d'une pratique ? Et, à travers eux, comment l'énergie se donnera-t-elle à voir aux élèves ? C'est de ces questions que traitent les pages qui suivent. En m'appuyant sur l'enseignement que j'ai reçu du *shiatsu*, j'étudierai comment les professeurs donnent corps et sens au *ki*. Dans un premier temps, je reviendrai sur la technique telle qu'elle est pratiquée et enseignée au Japon. On verra ensuite comment, à travers l'enseignement pratique du *shiatsu* et les discours qui le soutiennent, les professeurs ancrent le *ki* dans le corps. Dans un troisième temps, j'analyserai les discours qui entourent la théorie enseignée et montrerai comment ils inscrivent l'énergie dans l'univers familier des élèves. Enfin, si l'énergie se présente alors comme un outil possible de reconstruction du monde, je me demanderai comment ces derniers, encore au début de leur apprentissage, parviennent à s'en saisir.

12. Cf., entre autres, LATOUR et WOOLGAR, 1988, dans lequel les auteurs montrent que la vérité d'un fait scientifique est construite par les stratégies des différents chercheurs, le matériel dont dispose le laboratoire, les traductions opérées aux différents moments de la recherche, le savoir-faire des techniciens, etc. Dans cette perspective, les faits ne préexistent pas à leur découverte et les scientifiques, plutôt que d'être des « découvreurs », deviennent des « créateurs ».





2. De l'émergence de l'énergie dans l'enseignement du shiatsu

Le premier cours, on l'a vu, place l'énergie au cœur de la transmission du *shiatsu*. Qu'en est-il au Japon ? Se montre-t-elle aussi indissociable de la pratique de la technique ? Et offre-t-elle un contact aussi immédiat que le professeur le laissait entendre ?

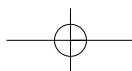
a) *Le shiatsu et l'énergie, du Japon à la France : histoires croisées*

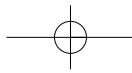
Le *shiatsu* se codifie au Japon au début du XX^e siècle, et relève de la médecine populaire. Certes, depuis le début de l'ère Meiji (1868), la médecine occidentale est devenue la médecine officielle du Japon et les Japonais y ont recours. Néanmoins, en ce qui concerne les maux bénins (fatigue, mal de dos, de ventre, etc.), il est d'usage de faire appel à la médecine traditionnelle. Celle-ci « repose essentiellement sur deux axes thérapeutiques : d'une part l'acupuncture et ses corollaires : moxibustion (application de cautères en feuilles d'armoise — *mogusa* — sur les points d'acupuncture) et *shiatsu* [...]; d'autre part, des préparations médicinales à base de plantes [...] » (Briot, 1994 : 314). Les Japonais peuvent faire appel à un thérapeute de *shiatsu*, mais le massage s'exerce plus souvent en famille : « Les petits Japonais apprennent très tôt à pratiquer ce type de massage et il est d'usage que le père, rentrant d'une longue journée de travail, s'allonge sur le ventre et demande à son fils de lui marcher sur le dos afin de libérer les tensions qu'il a emmagasinées pendant le jour » (Loiseleux, 1987 : 53). Akiko, une praticienne japonaise, raconte :

J'ai toujours massé mes grands-parents et mes parents, depuis toute petite. Au Japon, c'est une façon de gagner un peu d'argent de poche. C'est le massage familial, comment dire... c'est plutôt en tapant. Je faisais un peu de massage, mais je ne connaissais pas les méridiens, ni des choses sur la médecine chinoise. Je n'ai jamais raisonné comme ça. J'ai commencé à utiliser les pouces au lycée, parce qu'on se massait comme ça, entre étudiants... Je connaissais les points qui font mal systématiquement, parce que je massais assez souvent. Mais je n'en connaissais pas la signification. Parce que... Au Japon, c'est assez facile de tomber sur une littérature qui explique les points importants¹³. Si l'on achète des aimants¹⁴, par exemple, il y a toujours un prospectus qui montre les points où on peut les placer. Dans les magazines

13. Sur l'influence actuelle des manuels de santé, les *yōjōron*, dans le secteur de la vulgarisation médicale (livres, magazines, documentaires) au Japon, cf. RINGGER, 2001.

14. Collés à même la peau, les aimants sont censés permettre, grâce au magnétisme dont ils sont pourvus, de tonifier certaines régions du corps vides d'énergie.





féminins aussi, on parle toujours des points qu'on peut masser, pour soigner les migraines par exemple.

Le *shiatsu* est donc au Japon une pratique courante qui se passe de support théorique et, comme on le remarque, de discours sur le *ki*. Quand je demande à Akiko, qui a suivi une formation de *shiatsu* en France, si le *ki*, tel qu'il est présenté dans l'enseignement, relevait pour elle de l'évidence, elle répond, embarrassée :

Oui... oui... mais le *ki*, au Japon, c'est dans la vie quotidienne, plutôt [...] Plutôt qu'énergie, on le comprend comme un esprit qu'on gère [...] Je n'y ai jamais pensé exactement, donc si on me demandait de le définir, je ne saurais pas. On l'utilise tellement comme ça, dans la vie quotidienne.

Si la notion est effectivement employée de façon quotidienne, elle ne revêt pas le caractère concret et immédiat que le professeur lui attribuait dans le premier cours. D'ailleurs, c'est lors d'un exercice avec son professeur de première année qu'Akiko se souvient avoir « senti » l'énergie pour la première fois :

Il peut t'envoyer l'énergie. Ça, je l'ai carrément senti. Oui, parce qu'on fait certains exercices, on tient les pieds de la personne, et normalement... Moi, je l'ai fait avec ce professeur, donc normalement c'était moi qui devais envoyer mon énergie vers lui. Et... d'un coup, j'ai senti dans mon bras droit une sorte de chaleur qui montait jusque-là (*elle désigne son coude*). Je l'ai regardé, et il m'a dit « Ah, t'as senti, hein ? » (*rires*) J'ai répondu « Oui. » Ça m'a vraiment étonnée. Il m'a dit que je n'avais pas assez de concentration pour l'envoyer, donc il a dû le faire [...] Il n'y a personne qui m'a montré comme ce professeur.

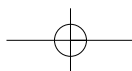
Au Japon, le *shiatsu* est aussi reconnu depuis 1955 en tant qu'auxiliaire médical¹⁵. Le ministère de la Santé en donne la définition suivante, de laquelle le *ki* est encore absent : « La thérapie *shiatsu* est une forme de manipulation, administrée par les pouces, les doigts et les paumes, sans l'aide d'aucun instrument, mécanique ou autre, qui applique une pression sur la peau humaine pour corriger le mauvais fonctionnement interne, favoriser et maintenir la santé et traiter les maladies spécifiques »¹⁶. Le *shiatsu* est donc enseigné dans des écoles sous statut officiel¹⁷. La plus importante est la *Nippon Shiatsu School*, fondée en 1940 par Namikoshi Tokujiro¹⁸. En consultant un ouvrage de ce dernier paru pour la première fois en

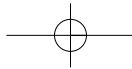
15. Non seulement le *shiatsu*, mais aussi l'*amma* — qui consiste en des rotations appliquées sur les *tsubo* et est généralement pratiqué par des personnes aveugles — et le massage occidental — ou californien.

16. Cité dans MASUNAGA Shizuto, 1985 : 25.

17. Mais il l'est aussi dans des écoles qui n'ont pas de statut officiel.

18. Elle fut la première école de *shiatsu* reconnue au Japon, en 1957.





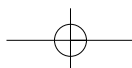
1969, on remarque qu'il ne fait nullement référence au *ki*, et encore moins à la médecine chinoise (Namikoshi, 2001). Sa méthode consiste à donner des conseils élémentaires d'hygiène de vie — bien dormir pour être en bonne santé, par exemple — et à indiquer les points sur lesquels appuyer en fonction de l'effet souhaité — soulager la raideur des épaules, faire monter la tension artérielle, etc. Si l'on peut relier ces points aux trajets des méridiens et, plus largement, à la théorie énergétique chinoise enseignée dans nos cours, il est à noter que le praticien s'exprime exclusivement en termes anatomiques et physiologiques. Namikoshi Tokujiro connaissait donc très certainement la médecine chinoise. D'ailleurs, Kazuo, un praticien japonais formé au *shiatsu* à la *Nippon Shiatsu School*¹⁹, m'explique lors d'un entretien que cette école dispense des cours d'acupuncture, de textes anciens (chinois), d'histoire de la médecine (chinoise et occidentale), de pathologie, d'hygiène, d'anatomie, de physiologie et de psychologie appliquée. Néanmoins, la théorie énergétique chinoise n'est pas explicitée dans l'ouvrage.

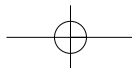
Ajoutons que la présence de ces nombreuses disciplines, d'origines chinoise et occidentale, dans le cursus professionnel des praticiens, peut s'expliquer par le fait que le *shiatsu* n'est pas valorisé au Japon. Comme le souligne Kazuo, il a toujours été considéré comme inférieur à l'acupuncture et à la pharmacopée chinoise. Relier son enseignement à ces disciplines lui accorderait davantage de crédibilité et le distinguerait de la pratique courante dont il est l'objet. Marie, partie apprendre la technique au Japon au début des années 1970, se souvient :

Pour les Japonais, le *shiatsu*, c'était quelque chose qui n'intéressait que les personnes âgées. Une étudiante française qui s'intéresse au *shiatsu*, pour eux c'était quelque chose d'aberrant! (*rires*) Seules les personnes âgées continuaient à recevoir de petits *shiatsu*; ou dans la famille, chacun se faisait un petit *shiatsu* comme ça, instinctivement. Mais on ne manifestait pas d'intérêt, de curiosité, pour ça [...] Que ça puisse intéresser une Occidentale comme quelque chose d'ouvert, qui apporte un plus, ils trouvaient ça étonnant.

L'attrait des Occidentaux pour la technique ne semble pas avoir modifié le regard que les Japonais portent sur elle : ainsi, Akiko, devenue praticienne depuis peu, regrette que ses parents acceptent mal son nouveau métier.

19. Il a achevé sa formation en 1966.





20. Cette absence de théorie a dû être d'autant remarquée que, comme certains praticiens le soulignent, leurs professeurs japonais maîtrisaient mal le français.

21. Le mouvement spirituel *New Age* («Nouvelle ère») émerge dans les années 1970 en Occident. Annonçant la fin de l'ère du poison et l'entrée du monde dans l'ère du verseau, il prône un changement de mentalité et revendique la primauté de l'esprit sur la matière. Les expériences intérieures sont recherchées. Elles s'opèrent de plusieurs façons: par la prise de substances psychoactives, la pratique de techniques énergétiques orientales (yoga, *shiatsu*, etc.), le chamanisme, l'hypnose, etc. Il s'agit également de vivre en harmonie avec la nature; c'est pourquoi le *New Age* s'intéresse aux médecines de type holiste et à l'écologie.

22. D'après mes entretiens auprès des praticiens qui ont appris le *shiatsu* au Japon au cours des années 1970, il semble que, par effet de miroir, les différentes écoles au Japon insistent ensuite davantage sur la dimension énergétique de la technique.

23. MASUNAGA Shizuto, 1985. Précisons que l'insistance mise sur le *zen* date des traductions anglaise et française, où le mot semble avoir été ajouté au titre afin de séduire le public occidental. En effet, la dimension *zen* est à peine mentionnée dans l'ouvrage.

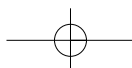
24. C'est d'abord le successeur direct de Masunaga Shizuto, Sasaki Kazunori, qui en assure la transmission hors du Japon, et de nombreux instituts *Iokai* — du nom de l'institut créé par Masunaga Shizuto au Japon — existent dans les pays de la Communauté européenne. Mais ce sont aussi des praticiens isolés, qui ont reçu son enseignement de manière

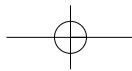
En revanche, l'intérêt occidental pour le *shiatsu* a poussé des praticiens japonais à venir l'enseigner en Europe et aux États-Unis. Le contenu transmis s'en est même trouvé modifié. Ce mouvement se serait amorcé au début des années 1970, époque à laquelle plusieurs praticiens se souviennent avoir découvert la technique au détour de leur apprentissage des arts martiaux. Un professeur explique :

Les professeurs de judo, de karaté, ou d'aïkido, qui venaient en France, étaient très souvent des praticiens de *shiatsu*. Et j'ai commencé la pratique avec un *shiatsu* extrêmement simple. Parce que j'ai appris avec la méthode Namikoshi, où l'approche est vraiment sensitive, où l'on pose la main, mais où il n'y a pas d'approche théorique²⁰.

C'est pendant le mouvement *New Age*²¹ qu'un discours sur l'énergie émerge dans l'enseignement du *shiatsu*²². Les entretiens recueillis, complétés par des recherches bibliographiques, montrent que c'est probablement le praticien Masunaga Shizuto qui, en Europe, met en avant le premier un discours sur l'énergie et la théorie énergétique chinoise, avec le livre *Zen shiatsu*, dont la traduction en anglais date de 1977²³. Dans cet ouvrage, il n'est plus question d'anatomie ni de points, mais de méridiens et d'échange d'énergie entre un «donneur» et un «receveur». L'ajout de cette dimension énergétique ne manque pas de séduire le public occidental: en effet, depuis les années 1980, la méthode de Masunaga Shizuto est certainement la plus représentée en Europe²⁴. Et actuellement, il n'est pas un manuel de *shiatsu* qui ne déploie un discours sur l'énergie²⁵.

Depuis son arrivée en Occident, le *shiatsu* appartient à la catégorie des médecines dites «alternatives»²⁶, comme la majorité des thérapies énergétiques à l'exception de l'acupuncture qui, depuis quelques années, peut être pratiquée dans un cadre médical légal. Enseigner le *shiatsu* en France, c'est donc, à la différence du Japon, transmettre une pratique qui repose sur un savoir non reconnu et qui n'est pas enseignée par la famille. Ici, l'apprentissage résulte d'une démarche volontaire effectuée à l'âge adulte. Et cette technique, plutôt banale au Japon, suscite chez ceux qui l'expérimentent en France une curiosité immédiate, comme on va le voir.





b) *Le désir de connaissance au fondement de la démarche d'apprentissage*

Interrogés sur leur parcours et, plus précisément, sur ce qui les a amenés à apprendre le *shiatsu*, les élèves de première année et les praticiens évoquent, de façon quasi unanime, leur première expérience et expriment, selon des degrés d'intensité différents, le bien-être que leur a procuré une séance de *shiatsu*. Delphine, élève du cours de première année, raconte :

J'ai connu le *shiatsu* parce que je m'intéresse un peu aux techniques de massage. J'ai voulu essayer le *shiatsu* parce que j'avais lu des articles sur cette façon de masser. Et puis en fait, je suis allée dans un institut de soin, parce qu'une personne là-bas pratiquait le *shiatsu*. Donc j'ai expérimenté sur moi, pour voir un peu comment c'était, et puis j'ai été... convaincue tout de suite. Et puis j'ai trouvé que c'était intéressant d'apprendre, et puis après... de pratiquer peut-être aussi!

Il arrive que cette première expérience dépasse le seul bien-être. Pour Emma, jeune praticienne, le *shiatsu* a véritablement amélioré sa condition physique et psychique :

J'ai connu le *shiatsu* après un accident au cours duquel j'ai été brûlée aux mains et aux jambes. Après avoir passé quinze jours à l'hôpital, je suis rentrée chez moi. Je me sentais très fatiguée, et j'étais au bord de la dépression. Mon médecin m'a conseillé des piqûres de vitamines. Ça me faisait du bien, mais je devenais un peu dépendante. Et puis la personne qui me faisait les piqûres m'a conseillé de voir un praticien de *shiatsu*. Selon elle, c'était formidable. J'y suis allée et je me suis sentie bien presque aussitôt, puis beaucoup mieux physiquement et moralement. Quand j'ai vu que ce praticien donnait des cours, je me suis dit que ça me plairait, pour connaître un peu plus le *shiatsu*.

Dans les deux récits, on remarque que l'efficacité de la technique suscite un désir de connaissance chez le novice. Parfois, l'observer sur d'autres suffit. Ainsi, Pierre se souvient :

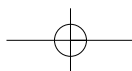
J'ai découvert le *shiatsu* lors d'un stage de bouddhisme. Un des participants soignait des personnes par cette technique. J'ai vu que ça pouvait vraiment être bénéfique pour soigner des problèmes courants, comme les problèmes articulaires dus aux positions de méditation. Ça m'a intrigué et j'ai voulu apprendre, pour en savoir plus.

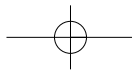
À aucun moment, les discours ne font référence à la conception du corps mise en œuvre dans le *shiatsu*. Selon les

directe ou indirecte, qui en permettent la diffusion.

25. On citera en exemple deux ouvrages aux titres très parlants: *Tao shiatsu. Médecine vitale pour le XXI^e siècle* (ENDO, 1999) et *Yu Sen. La source d'énergie* (RAPPENECKER, 1994).

26. Les qualificatifs donnés aux médecines en marge de la médecine conventionnelle sont nombreux: «douces», «parallèles», «globales», «naturelles», etc. Je préfère ici l'épithète «alternatives», parce qu'elle dénote l'idée de préférence, récurrente dans les discours recueillis.





élèves, c'est l'efficacité de la technique qui les a incités à en faire l'apprentissage. Néanmoins, si l'efficacité est mise en avant dans les trois récits, on peut se demander si elle suffit à le justifier. En effet, comment expliquer ce passage du statut de patient à celui d'élève? Cherche-t-on à apprendre tout ce qui se révèle efficace et procure un mieux-être?

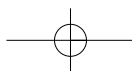
Avant tout, on peut mettre en avant le caractère apparemment accessible de la technique. Comme Delphine l'explique :

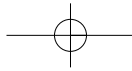
Le *shiatsu* donne envie, parce que tu te dis «ça va être facile, c'est à la portée de tout le monde». Et c'est vrai que ça paraît d'une simplicité enfantine, tu n'as besoin de rien, les gens n'ont même pas besoin de se déshabiller, il n'y a pas d'huile, pas de trucs ou de bidules, ça se fait comme ça, c'est instinctif... et ça paraît très simple, et l'on se trompe lourdement, parce que la technique n'est pas simple du tout, du tout.

Mais surtout, en recherchant plus en amont ce qui pourrait jouer un rôle déterminant dans cette démarche d'apprentissage, on trouve des éléments qui rendent compte de la curiosité des futurs praticiens envers les pratiques et les discours qui leur seront transmis. Ainsi, dans le premier récit, l'élève a «lu des articles sur cette façon de masser». Or, pour en avoir lu, je sais que ces articles exposent toujours brièvement les fondements théoriques de la technique: du moins y mentionne-t-on l'énergie. Le troisième élève pratique le bouddhisme et a, lui aussi, forcément déjà entendu parler de l'énergie. Emma présente, quant à elle, un récit un peu différent. Elle affirme avoir été déçue par la médecine occidentale. On peut donc supposer qu'elle est en quête d'une pratique qui donnerait un sens au corps.

Les élèves ne partent donc pas de zéro: leur parcours laisse entendre qu'ils éprouvent, avant même de les expérimenter, une curiosité pour les pratiques et les discours associés au *shiatsu*²⁷. Dans un second temps, une efficacité immédiate leur procure l'envie d'en «connaître un peu plus» sur la technique. Cette efficacité est, à leurs yeux, indubitable dans la mesure où elle s'enracine dans le corps. Confrontés à un mieux-être qu'ils ne savent encore expliquer, ils témoignent de la volonté d'être initiés par un professeur, détenteur d'outils pratiques et théoriques qui combleront un vide de sens. Ce dernier possède, de son côté, un modèle explicatif capable de rendre compte de la «formidable» efficacité du *shiatsu*.

27. Soulignons ici que l'enquête a permis de dessiner un profil des élèves. D'une part, si les groupes sont composés d'adultes de tous âges, on remarque une majorité de femmes. D'autre part, les élèves ont, très souvent, déjà pratiqué une discipline énergétique — tel le yoga —, un art martial, ou ont une expérience des massages.





Pour lui, c'est dans la manipulation d'une composante du corps encore inconnue des élèves, le *ki*, que réside cette efficacité. C'est ce qu'explique Marc, un professeur, au cours d'un entretien :

Le *shiatsu*, avant tout, c'est une technique de circulation énergétique. Être capable de manipuler l'énergie me permet, quand je fais un *shiatsu*, de faire circuler l'énergie dans le corps du patient ou de la patiente, à travers son corps et le mien. Et donc, on obtient des résultats extraordinaires.

L'espace d'apprentissage sera donc, comme on va le voir, le lieu dans lequel il travaillera, par le biais de procédés multiples, à construire cette évidence. Quelles pratiques et quels discours donnent sa substance au *ki* ?

3. De l'énergie comme une force tangible

La pratique du *shiatsu*, telle qu'elle est enseignée, nécessite la manipulation de l'énergie. Pour cela, l'élève doit apprendre à la « sentir » en lui-même et dans le corps de l'autre. À cette fin, les professeurs emploient de nombreux procédés, qui visent à donner aux élèves les moyens de matérialiser un peu plus l'énergie, et de lire dans le corps le signe de sa présence.

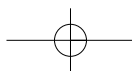
a) *Le ki est là*

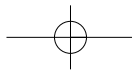
Malgré la curiosité des élèves pour le discours qui leur est transmis, il arrive que certains refusent d'admettre l'existence de l'énergie²⁸. Pour certains professeurs, cette résistance, en France, constitue une différence radicale avec le Japon :

Le Japonais ne met pas en doute un seul instant l'existence de l'énergie. Par contre, en France, quand je parle de l'énergie pour la première fois à des élèves, ils me regardent l'œil rond, et il y en a un qui m'a dit l'autre fois : « Oui, enfin bon, ça c'est une explication, mais on pourrait aussi bien parler de génies ! » J'ai répondu : « Non, non, non, non. L'énergie, je la démontre. » Alors dans mes cours, voilà comment je fais. Je me mets en position *zazen*²⁹. Et puis je demande à quelqu'un qui reste debout de poser ses mains sur mes épaules et, sans me secouer, de me pousser avec le plus de force possible vers l'arrière pour me renverser. Si l'on se place d'un point de vue géométrique, je pèse soixante-dix-huit kilos, si le type en pèse aussi soixante-dix-huit, il doit me renverser. Alors, la première fois, il me renverse sans difficulté. Ensuite, je mets l'extrémité de mes index contre ses avant-bras, il me pousse,

28. Néanmoins, de tels cas font figure d'exception. Pendant mes deux années d'apprentissage du *shiatsu*, je n'ai jamais été confrontée à cette résistance de la part des élèves que j'ai côtoyés.

29. Autrement dit, dans la position du lotus.



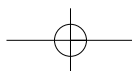


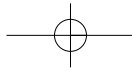
et là il ne me renverse plus. Il se fait aider par une ou plusieurs autres personnes, mais je ne tombe pas. Pourquoi? Je n'ai pas d'efforts physiques à faire, c'est un effort de concentration: j'amène toute mon énergie dans le *tanden*³⁰, je relie ce point au sol, et je me sers de l'énergie des autres pour m'ancrer encore plus au sol. Donc plus ils appuient fort, plus je suis ancré. [...] Dans mes cours, j'oblige mes élèves à se mettre en *zazen*, je pousse sur eux, ils viennent pousser sur moi, et toujours je leur dis: «Voilà. Tu es plus grand que moi, tu es plus fort que moi, et pourtant tu ne peux pas me renverser. Tu te mets dans la même position, et moi je te renverse. Il y a quelque chose qui intervient: c'est l'énergie.»

Par cette expérience, le professeur met en scène un phénomène inexplicé — la résistance du corps à une force physique d'intensité supérieure à la sienne — et le relie explicitement à la notion d'énergie. Il construit à travers le corps la présence de cette composante invisible qu'est le *ki*. Il inscrit l'expérience dans le registre scientifique en la qualifiant de «démonstration» puisque, comme le souligne Jean Pouillon, «La science démontre. Ainsi s'oppose-t-elle à la croyance qui se passe de démonstration ou vise l'indémontrable» (1993: 27). Néanmoins, ne confère-t-il pas à l'expérience un caractère scientifique qu'elle ne peut avoir? Cela expliquerait que, comme il le reconnaît lui-même dans la suite de l'entretien, «certains élèves refusent d'admettre l'existence du *ki*, ils disent: "il y a un truc, là".» La signification attribuée à la réussite de l'expérience procède en effet d'un saut logique que tous ne sont pas prêts à accepter, car si le professeur montre bien qu'«il y a quelque chose», il ne démontre pas la présence de l'énergie. Pour les élèves qui, au contraire, acceptent de faire le saut, l'opération pourrait s'expliciter selon la formule développée par Octave Mannoni: «Je sais bien... mais quand même» (1969). Car pour eux, il se passe quand même quelque chose d'incroyable qui exige une explication — qui sera donnée en termes d'énergie.

Les professeurs emploient d'autres procédés pour «faire sentir» l'énergie aux élèves de façon beaucoup plus immédiate, par des exercices corporels. Ainsi, dans un des deux cours de deuxième année, les élèves s'exercent à «sentir», en eux-mêmes et sur les autres, le trajet du méridien du poumon — qui va d'un point situé sur le poumon jusqu'au pouce. Si l'élève ne parvient pas à sentir le trajet sur son propre bras, le professeur exerce alors deux pressions simultanées sur les

30. Le *tanden* est un point situé trois doigts sous le nombril. Pour les Japonais, il est le siège du *ki*.





premier et dernier points du méridien, tout en étirant le bras de l'élève. L'efficacité de ce procédé est saisissante : pour l'avoir moi-même expérimenté, j'ai « senti » se dessiner à l'intérieur de mon bras une ligne dont le trajet paraissait semblable à celui qu'est censé emprunter le méridien du poumon.

Quoique différents, les deux expériences exposées ci-dessus ont un point commun : elles permettent aux professeurs de relier des sensations physiques à la présence d'une composante invisible. Dans la première, la résistance du corps du professeur est associée à l'action de l'énergie. Dans la seconde, la sensation physique éprouvée sur le bras est reliée à un trajet spécifique qu'elle emprunte. Ainsi, à ceux qui n'« admettent » pas ou ne « sentent » pas sa présence, les professeurs montrent que le *ki* est bien là.

b) *À la découverte de l'énergie*

Si tel est le cas, encore faut-il que leurs élèves en fassent par eux-mêmes l'expérience, à travers l'apprentissage pratique du *shiatsu*. Lors d'un entretien, mon professeur de première année explicite son point de vue :

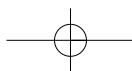
Moi, je crois que l'énergie, vous allez la découvrir en pratiquant. C'est aussi la tradition japonaise qui n'est pas de dire tout mais qui est de faire, de mettre en condition l'élève pour qu'il trouve lui-même telle ou telle sensation, tel ou tel mouvement, et obtienne tel ou tel résultat. Et ça doit être l'objet d'une maturation chez l'élève. Je pense que ça vient au fur et à mesure.

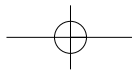
Dans cette perspective, nombreux sont les professeurs qui se refusent à transmettre le moindre contenu théorique à leurs élèves pendant la première année³¹, ainsi que l'évoque Marie, qui suit un autre cours de première année :

La méthode du professeur s'étale sur trois ans, et la première année tu ne fais qu'apprendre à toucher. Donc il n'y a pas de théorie, rien, on ne fait que toucher. Et on mime ce que le professeur est en train de faire, mais sans aucune théorie, donc on ne sait pas ce qu'on fait. On ne travaille que le toucher, comme ça, et à l'instinct.

Ce qui est souvent perçu — et présenté dans les cours — comme l'apprentissage d'un toucher d'ordre « instinctif » repose en fait sur la maîtrise de pratiques dites « essentielles »

31. Mon professeur de première année, quant à lui, consacrait une heure du cours à la pratique du *shiatsu* et une demi-heure aux aspects théoriques de la médecine chinoise.

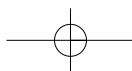


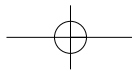


au processus de « découverte » de l'énergie. Les professeurs insistent sur trois éléments primordiaux. Premièrement, comme dans les arts martiaux japonais, l'élève doit apprendre à travailler en respirant par le bas-ventre (*hara* en japonais), supposé être le centre à partir duquel l'énergie se diffuse et circule dans le corps. Si la pression se fait au moyen des pouces, le donneur est censé l'exercer à partir du *hara*, c'est-à-dire non pas par la force des bras, mais avec le poids du corps. Ainsi, il sera capable de faire circuler son énergie jusque dans ses pouces, puis dans le corps du receveur. Deuxièmement, l'élève s'habitue à se positionner en *seiza* — assis sur les talons — ou en fente, à garder le dos droit afin de conserver une posture ferme. Il doit placer ses bras de façon perpendiculaire ou parallèle au corps du receveur, garder les épaules détendues tout en ayant les bras raides, pour bien doser la pression, « sentir » l'énergie de l'autre et permettre la circulation énergétique entre son corps et celui du receveur. Il doit toujours garder un genou à terre. Troisièmement, le *shiatsu* se pratique au sol et le praticien, qui travaille sur l'ensemble du corps du patient, change souvent de position : la pratique du *shiatsu* est donc très physique ; l'élève doit apprendre à se mouvoir en toute fluidité autour du corps du receveur, pour ne pas bloquer la circulation de l'énergie dans son corps.

Lors d'un cours, la « mise en condition de l'élève » se déroule de la façon suivante. Les professeurs montrent un enchaînement de mouvements en demandant un « cobaye » parmi les élèves. Ceux-ci observent, puis se mettent deux par deux et répètent cet enchaînement en silence. Ensuite, les professeurs invitent les élèves à mettre des mots sur les sensations « ressenties », tant en pratiquant qu'en recevant. Le donneur a-t-il « senti des choses » sous ses pouces ? Comment le receveur juge-t-il la qualité des pressions ? En a-t-il senti des effets à des endroits particuliers ? L'insistance porte donc sur l'intérieur du corps et le donneur est toujours sanctionné par les impressions du receveur³². Pour ceux qui « sentent des choses », introspection à laquelle ils sont constamment incités par les professeurs, les sensations pourront servir de support à l'explication en termes d'énergie. Si les élèves affirment « ne rien sentir », ils assurent que « ça va venir ». Néanmoins, on remarque qu'ils répondent souvent aux difficultés — à sentir

32. Il est significatif que, lors du passage de l'examen de praticien, l'élève soit évalué par deux examinateurs : un premier, qui observe sa manière de travailler ; un second, qui reçoit le *shiatsu*.



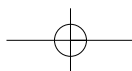


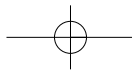
le trajet d'un méridien par exemple — en termes techniques : pour «sentir» quelque chose sous ses pouces, l'élève doit, répètent-ils, conserver une posture ferme mais détendue et respirer par son bas-ventre. L'acquisition de cette technique est mise en avant dans le discours des professeurs. C'est, selon eux, grâce à elle que l'élève développera le toucher énergétique du *shiatsu*. Le corps est donc envisagé comme un instrument capable de repérer puis de manipuler le *ki*. Le fait de présenter comme nécessaire sa préparation — et de la justifier, comme c'est parfois le cas, par la référence exotique à une «tradition japonaise» — anticipe les doutes susceptibles de survenir chez celui qui ne «sentirait rien», et qui en déduirait donc qu'il n'y a rien. Pendant le cours, l'apprentissage est d'emblée présenté comme une «maturation», une quête de longue haleine, et l'absence de sensations est imputée à un usage encore maladroit du corps. C'est en l'utilisant de façon adéquate et en se montrant attentif, certifie le professeur, que l'élève réussira à sentir le *ki*, en lui et dans le corps de l'autre.

c) *L'entretien et la protection de son énergie*

Pendant les cours, la pratique du *shiatsu* est définie comme un «échange énergétique» entre le donneur et le receveur. Si l'élève doit apprendre à manipuler l'énergie dans le corps de l'autre, cela ne suffit pas pour donner un bon *shiatsu*. Il doit aussi être capable de faire circuler l'énergie dans son propre corps.

Pour cela, la plupart des professeurs commencent leurs cours par des exercices corporels supposés «réveiller le corps et faire circuler l'énergie». Il s'agit essentiellement d'étirements qui ont pour objectif de stimuler la circulation énergétique dans les méridiens. Au cours de ces exercices, les élèves ressentent de la chaleur dans leur corps, signe, pour les professeurs, que l'énergie circule. Au contraire, la raideur de certains est interprétée comme l'indice de blocages énergétiques. Car, expliquent-ils, la souplesse est le signe extérieur que l'énergie circule à l'intérieur du corps en toute fluidité. Inversement, plus la personne se montrera souple, mieux son énergie circulera. Les professeurs conseillent donc de réaliser régulièrement des exercices corporels en dehors des cours afin de «faire circuler le *ki*». Ils recommandent souvent la





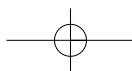
pratique d'un art martial, dont les exercices centrés sur le *hara* leur permettront plus particulièrement de «travailler le *ki*» et ainsi de «se recharger en énergie».

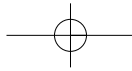
Parce qu'il peut «se recharger en énergie», le praticien de *shiatsu* est susceptible, également, de s'en vider. Un de mes professeurs de deuxième année insiste sur cet aspect pendant un entretien :

Le *shiatsu* peut être fatigant, mais ça dépend vraiment de la façon de travailler, de la posture [...] C'est pourquoi je suis très exigeant la première année en ce qui concerne la posture, parce qu'on ne s'en rend pas compte au départ, et après ça devient très important. Et si c'est raté, c'est raté pour toute la vie, car on prend de mauvaises habitudes. On se vide complètement de son énergie soi-même, et de plus on est moins efficace.

L'extrême codification de la posture du corps a donc aussi pour objectif de préserver l'énergie du donneur, ceci afin de faire profiter au mieux le receveur des bénéfices du *shiatsu*. La fermeté de la posture et la respiration par le *hara* sont présentées comme autant de moyens censés permettre au donneur d'utiliser son énergie à bon escient. Car le risque de cette «rencontre énergétique entre deux personnes» est que l'énergie du donneur soit «absorbée» par celle du receveur. Et c'est aussi parce que l'énergie circule entre les deux corps que les professeurs rappellent constamment aux élèves de garder un genou au contact du sol : c'est «la prise de terre», qui permet au donneur de «ne pas garder en lui les tensions du receveur». Dans cette même perspective, ils insistent sur la nécessité de se laver longuement les mains à l'eau froide, en faisant soigneusement couler l'eau depuis les avant-bras, après avoir donné un *shiatsu*.

Au cours de ces pratiques assorties de métaphores sur le corps, l'élève apprend donc à concevoir son corps comme un contenant rempli d'énergie qu'il doit entretenir pour garantir l'efficacité de sa pratique. Si le *shiatsu* est une technique de soin sur autrui, l'attention est également portée sur le corps de l'élève pendant le cours. L'énergie est fragile et circule d'un corps à l'autre. Le receveur peut l'enlever au donneur, mais il peut aussi, telle une batterie, se vider et se recharger. C'est ainsi que les professeurs rendent familière une notion étrangère. On note qu'ils jouent sur les degrés d'éloignement et de proximité : dans le paragraphe précédent, le *ki* se mon-





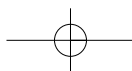
trait inaccessible — par référence à la «tradition japonaise»; ici, il se rapproche à travers des métaphores triviales associées à l'énergie, sa traduction courante.

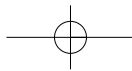
d) *La reconnaissance de l'énergie*

Pendant les exercices corporels, on l'a vu, la souplesse et la chaleur sont pour les professeurs autant de signes qui témoignent de la circulation de l'énergie. L'enseignement du *shiatsu* fournit aux élèves différents moyens de reconnaître le *ki*. Ainsi, dans l'apprentissage du diagnostic énergétique, l'élève doit exercer des pressions digitales sur le bas-ventre (*hara*) ou sur le dos du receveur afin d'y repérer les zones *kyo* (vides d'énergie) et *jitsu* (en excès d'énergie). Les professeurs expliquent que ces caractéristiques traduisent, selon les méridiens avec lesquels ces zones sont en correspondance, le dysfonctionnement de tel ou tel organe. Pour un point *jitsu*, il y a toujours un point *kyo*, soulignent-ils. Les zones *kyo* sont souvent molles au toucher: le pouce s'y enfonce. Elles peuvent aussi être froides. Au contraire, les régions *jitsu* sont plutôt tendues et ont tendance à être très chaudes. Ensuite, l'élève doit pouvoir rétablir la circulation énergétique dans le corps du receveur. Il «dispersera» l'énergie *jitsu* par des pressions rapides et superficielles. Il pourra aussi appliquer une pression légère sur un point *jitsu* et attendre que celui-ci «s'ouvre» progressivement sous son pouce — autrement dit, qu'il oppose une moindre résistance à sa pression. Les points *kyo* seront «tonifiés» par des pressions plus longues: il faudra aller chercher l'énergie en profondeur et attendre qu'elle «remonte» — ce qui se traduira par une plus grande fermeté sous les doigts. C'est ainsi que l'élève apprend peu à peu à décoder certaines sensations ressenties dans le corps de l'autre selon une nouvelle symbolique. Un professeur explique :

Mes élèves font de la théorie et de la pratique. Puis ils commencent à pratiquer. Et, au fur et à mesure qu'ils pratiquent, ils remplacent la théorie par de l'intuition. Une patiente arrive, l'élève pose la main sur son dos, il sent des points durs, des points mous. Il va en déduire qu'il y a des endroits où l'énergie s'est accumulée et va donc agir en conséquence.

S'il s'agit pour l'élève de reconnaître — et de caractériser — l'énergie, cette quête n'est jamais solitaire. Elle est toujours



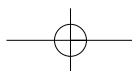


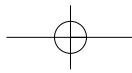
guidée par la voix du professeur. Celui-ci relie explicitement des sensations à une explication formulée en termes d'énergie. Il joue toujours un rôle de médiateur essentiel, nommant ce qui relève pour l'élève du domaine du ressenti — la résistance, ou non, d'un point à la pression ; sa chaleur. Il matérialise l'énergie en la présentant à travers des catégories qui semblent aller de soi, tant elles sont courantes. D'ailleurs, un des professeurs qualifie ce processus d'interprétation de simple déduction, gommant par là l'acte de transmission du savoir. Il s'agit pour lui de reconnaissance immédiate, spontanée, bref, de toucher intuitif. Pourtant, comme les zones *kyo* et *jitsu*, les endroits durs, ou mous, sont à identifier par l'élève. En effet, un point ne se présente jamais comme tel : tout dépend de la zone corporelle touchée, de la masse musculaire de la personne. De plus, les professeurs précisent qu'un point peut être dur en surface et mou en profondeur, ou l'inverse. Au final, reconnaître ces zones constitue déjà une interprétation des sensations. Mais ce sont là des clefs interprétatives moins exotiques et plus familières que le *ki*.

Les pratiques étudiées jusqu'alors montrent par quels procédés les professeurs lisent et apprennent à lire la présence du *ki* dans les sensations. Parce que le *shiatsu* est une technique de soin par le corps, la reconnaissance de l'énergie doit s'opérer par le corps. Et c'est en mimant et en répétant toujours les mêmes gestes que les élèves sont supposés développer le toucher énergétique requis pour la pratique du *shiatsu*. Néanmoins, l'apprentissage pratique s'accompagne aussi de discours qui fournissent continuellement, par le biais de métaphores et de catégories triviales, des outils de reconnaissance. Si l'énergie ne se manifeste jamais aux élèves de façon immédiate, la théorie énergétique chinoise telle qu'elle est transmise pendant leur apprentissage entend leur offrir des gages de sa présence, comme on va le montrer.

4. *La participation de l'énergie au monde de l'élève*

La théorie énergétique chinoise est présentée, pendant les cours, comme un support fondamental dont la connaissance distingue l'amateur du professionnel. Selon les professeurs, elle aide le praticien à formuler un « bilan énergétique » et lui





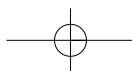
permet de traiter son patient de façon plus efficace. L'élève devra donc, expliquent-ils, connaître les rudiments de la théorie des « cinq éléments », qui insère les méridiens au sein d'un système de correspondances multiple. Les méridiens ont chacun un horaire et une saison de « plénitude énergétique » qui définissent des lois de circulation énergétique. Ils sont associés deux à deux selon un élément qui représente des qualités différentes de l'énergie et attribue à chaque couple une fonction spécifique dans le corps, une couleur, une saveur qui le stimule, une caractéristique psychologique et une correspondance avec des tissus spécifiques, des fonctions sensorielles et des orifices du corps³³. Les désordres dont le patient se plaint, ses goûts alimentaires, son teint, son tempérament, seront compris comme autant de signes qui indiqueront au praticien les méridiens par lesquels traiter son patient. Ils s'ajouteront à ceux perçus par le toucher.

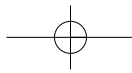
La théorie énergétique chinoise, dont j'ai énoncé sommairement quelques principes, est d'une complexité extrême. Néanmoins, les professeurs, au moyen de procédés rhétoriques pluriels, parviennent à rendre évidente, à travers elle, la présence de l'énergie.

a) *Les procédés rhétoriques qui font exister le ki*

Exposant la théorie chinoise sur les trois types d'énergie dont tout être humain est, selon la théorie énergétique chinoise, pourvu, ils fournissent en parallèle des éléments qui permettent à l'élève de procéder à des analogies qui font sens pour lui. Ainsi, l'énergie *yong* est l'énergie nourricière destinée à entretenir l'équilibre des viscères. Elle provient de l'air que l'homme respire et des aliments qu'il ingère. De là l'importance, de bien respirer et de bien se nourrir. On remarque qu'elle renvoie spontanément à l'énergie qu'on brûle par des exercices musculaires et à l'oxygène qui leur est nécessaire. L'énergie *oé* est, quant à elle, de nature défensive : elle permet de résister aux agressions externes et, en particulier, à toutes les variations météorologiques qui attaquent l'organisme. Elle circule dans huit méridiens dits « merveilleux » quand l'énergie *yong* est perturbée. Son rôle peut être comparé à celui du système immunitaire. Enfin, « l'énergie ancestrale » relève de l'inné : transmise de façon héréditaire, elle s'énonce comme le

33. Les correspondances sont beaucoup plus nombreuses dans la théorie des cinq éléments. Les professeurs de *shiatsu* n'enseignent que celles qui leur semblent utiles au diagnostic énergétique.



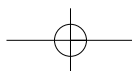


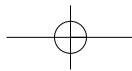
«patrimoine génétique» d'un individu, entendu comme le «capital énergétique» dont il dispose dès sa naissance. Elle se situe dans les reins. C'est l'énergie dans laquelle l'homme puise chaque fois qu'il est malade, fatigué, ou qu'il demande un grand effort à son corps. D'ailleurs, soulignent les professeurs, l'expression populaire «avoir les reins solides» ne renvoie-t-elle pas à la capacité de résistance dont fait preuve une personne confrontée à des événements difficiles? Cette énergie n'est pas renouvelable, d'où la nécessité de mener une vie saine afin de la préserver le plus longtemps possible. Son épuisement se traduit par les phénomènes de vieillissement et se conclut par la mort. Selon la théorie énergétique chinoise, cette énergie ancestrale est reliée aux oreilles. C'est pourquoi, nous explique-t-on, lorsque l'ouïe baisse, à moins qu'il ne s'agisse d'une pathologie particulière, c'est le signe que l'énergie des reins baisse elle aussi et que l'on commence à vieillir.

En faisant ainsi référence à la fois au savoir biologique — largement diffusé en France par l'institution scolaire —, à des expressions populaires et à des figures habituelles de la vie quotidienne, les professeurs inscrivent donc l'énergie dans l'univers familier de l'élève. Mais, en même temps, ils créent un monde nouveau, dans lequel la théorie énergétique chinoise, loin de se dissoudre, représente l'aboutissement possible de cet univers familier.

b) *Les manifestations du ki dans le savoir populaire*

Un point d'ancrage important du discours explicatif des professeurs réside, comme on vient de l'entrevoir, dans la reprise d'expressions courantes de la langue française, qu'ils relient à la théorie énergétique chinoise. Ainsi, ils mettent en relation, quand cela est possible, les méridiens avec des dictons ou des expressions idiomatiques françaises. Par exemple, pour justifier que le trajet du méridien de l'estomac passe sous le talon, l'un d'eux évoque l'expression «avoir l'estomac dans les talons», c'est-à-dire avoir faim. Et, pour prolonger l'analogie, il souligne: «les Chinois conseillent à leurs enfants de bien marcher sur les talons afin de stimuler leur appétit». C'est là un moyen de lier les deux cultures entre elles: le savoir de l'une s'ajoute au savoir de l'autre.





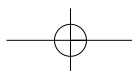
Une autre façon de relier le savoir chinois au bon sens populaire consiste à faire appel à la correspondance psycho-organique postulée par la théorie des cinq éléments. Chaque élément, et donc chaque couple d'organes, est associé à une fonction psychologique, ce qui signifie qu'une atteinte organique entraîne une altération du psychisme de la personne, et vice versa. Par exemple, une atteinte durable aux poumons, dont le méridien est attaché à la tristesse, est susceptible de déclencher la mélancolie. Et à l'inverse, une très grande tristesse pourra perturber le système respiratoire. Les professeurs de *shiatsu* insistent tout particulièrement sur cette correspondance psycho-organique. Cependant, pendant les cours, c'est l'influence du psychisme sur le corps qui est davantage explicitée. Ainsi, ils citent fréquemment l'expression «ne pas digérer quelque chose», qui renvoie communément à l'estomac. Or, expliquent-ils, l'estomac est rattaché à l'élément Terre, auquel est associée la rumination. Et n'est-ce pas effectivement cette rumination qui ronge celui qui prétend «ne pas digérer quelque chose»?

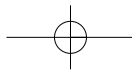
Cette mise en relation des expressions courantes et de la théorie chinoise communique un sentiment d'évidence quant à la présence du *ki*, en ce qu'elle caractérise la médecine chinoise classique comme étant fondée sur le bon sens³⁴. Ce procédé paraît particulièrement efficace car, pendant les entretiens, nombreux sont les élèves et les professeurs qui évoquent la dimension «authentique» que recouvre à leurs yeux la théorie énergétique chinoise. Au cours de l'exposé de cette théorie, les professeurs jouent sur deux registres de discours, le trivial et le merveilleux. La sagesse extrême-orientale rejoint en effet la sagesse populaire et inscrit la présence de l'énergie dans le monde familier de l'élève. Mais parce qu'elle en constitue les prolongements possibles, elle se présente aussi comme un outil de reconstruction du monde qui ne détruira en rien l'univers familier de l'élève. Comment ce dernier s'en saisira-t-il?

5. «*Il y a bien quelque chose*»

Pendant les cours, rares sont les fois où le corps reste silencieux lors des échanges de *shiatsu* entre élèves. En deuxième

34. Si cette mise en relation est opérée au cours de l'enseignement, un des enseignants, M. ODOUL, membre de la Fédération française de shiatsu traditionnel, en a fait un livre, qui est devenu un best-seller (1994).





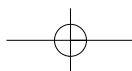
année, Anna, qui s'exerce sur moi, murmure soudain d'un ton interrogatif: «Je ne sais pas si ce sont mes pouces qui pulsent, ou si ça vient de toi... Enfin je sens quelque chose.» Philippe s'écrie, alors qu'il répète un enchaînement: «Je sens de l'énergie qui diffuse!... Enfin de l'énergie, je n'en sais rien. Je ne sais pas ce que c'est, mais je sens quelque chose qui diffuse, qui circule.» Contrairement aux professeurs, les élèves ne relient pas encore avec certitude leurs sensations à la présence de l'énergie, mais ils semblent avoir effectué un premier pas en acceptant la possibilité de sa présence. Car, malgré les doutes manifestes, il y a bien une sensation, véritable indice «qu'il y a quelque chose». Les professeurs réussissent donc à conforter les élèves dans l'idée qu'«il y a bien quelque chose». Mais parce que l'énergie n'est jamais vraiment dévoilée, il revient toujours à l'élève de décider, à un moment donné, s'il le souhaite, de croire, c'est-à-dire, pour reprendre une formulation de Jean Bazin (1991: 508), de passer de la formulation d'une «hypothèse qui pourrait rendre compte de ce qui se passe» (et si c'était le *ki*?) à l'expression d'une certitude (c'est le *ki*).

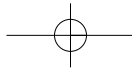
Et ces doutes gênent-ils les élèves pendant leur apprentissage du *shiatsu*? Il ne semble pas. De ceux que j'ai rencontrés, aucun n'a abandonné sa formation et tous ont témoigné, à un moment donné de leur apprentissage, de l'envie de vivre un jour de leur pratique du *shiatsu*. En fin de compte, comme le dit Marie, énergie ou pas, il se passe quand même «quelque chose»:

Tu appelles ça comme tu veux, mais bon, les trajets dont on nous parle... il se passe quelque chose quand même, quand tu mets un pouce à un endroit, et puis l'autre pouce à un autre endroit, si tu fais attention, si tu te concentres sur les endroits où tu as posé tes doigts et sur ce qui se passe à l'intérieur, il y a des trucs qui se passent. Donc... c'est de l'énergie, ça vient du sang, je ne sais pas, mais il y a bien un truc qui se passe. Donc il y a forcément un trajet qui signifie quelque chose. Mais je ne sais pas moi. Enfin ça le fait. Ça le fait. Je ne sais pas comment le dire autrement.

Et, dit-elle en dernier ressort, c'est le bien-être ressenti par le receveur qui constitue l'épreuve de vérité:

Quand c'est bien fait, tu ressens un tel bien-être que tu ne vas pas contester le fait que, visiblement, la personne qui a su le faire t'a procuré un bien-être





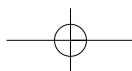
quelque part, juste en faisant quelque chose d'assez précis qui a dénoué des tensions, enfin je ne sais pas quoi, mais... Ça le fait.

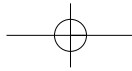
Comme la «formidable» efficacité ressentie lors du premier *shiatsu* et comme pendant la démonstration effectuée par le professeur, il se passe toujours quelque chose qui exige une explication et suscite le désir de connaissance.

Il semble plutôt que l'embarras apparaisse quand il faut se justifier aux yeux de ceux qui ne croient pas au *ki*. Ainsi, lors d'un cours de première année, Anna fait part d'une discussion qu'elle a eue avec son fils: «Tu pratiques le *shiatsu*, mais qu'est-ce qui te dit que les méridiens existent vraiment?» lui a-t-il demandé. Incapable, sur le moment, de lui répondre par un quelconque argument, elle demande, paniquée, au professeur: «Alors qu'est-ce que je peux répondre à mon fils quand il me pose une question pareille?» Elle ne remet pas en cause l'existence de l'énergie, mais demande au professeur de lui fournir des éléments de réponses suffisamment convaincants pour que son fils, qui n'a jamais expérimenté un *shiatsu*, accorde du crédit à la technique.

Le professeur répond alors par quatre arguments. Premièrement, l'existence des méridiens est «consacrée par la tradition chinoise». Deuxièmement, «elle a déjà été vérifiée par des observations scientifiques». En effet, «en injectant des liquides colorés dans le bras, on a vu sur une radio se dessiner des trajets de méridiens». Troisièmement, «il a été montré qu'un *shiatsu* modifiait la formule sanguine». Enfin, «avec un microscope très puissant, on voit un creux à la place des *tsubo* (les points). Ce qui est logique, ajoute-t-il, car ils sont symbolisés par une jarre.»

Il n'est pas nécessaire de s'attarder sur la légitimation par la «tradition chinoise», avancée dès le premier cours de *shiatsu*. Nous savons déjà que l'enseignement qui en est fait procure à l'élève le sentiment qu'elle est «authentique». Plus inédits sont les arguments suivants, qui font référence à des expériences scientifiques et se présentent comme une véritable accumulation de preuves, même si celles-ci ne sont jamais précisées. Mais ni le professeur, qui semble bien dire tout ce qu'il en sait, ni les élèves, qui ne posent aucune question, ne semblent préoccupés par de telles interrogations. On remarque aussi que le quatrième argument, concernant la



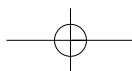


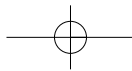
possibilité de voir les *tsubo*, ne semble guère émouvoir les élèves ou aiguïser leur curiosité. Peut-être parce qu'alors l'existence de l'énergie se constituerait à leurs yeux comme un savoir, et banaliserait du même coup l'attrait de ce qui présenté, pendant l'apprentissage, comme une véritable quête? Le simple fait de savoir que de telles expériences existent paraît satisfaire les élèves comme les professeurs. Il est d'ailleurs caractéristique qu'elles ne soient mentionnées qu'en dernier recours, lorsqu'il s'agit de se justifier face à celui qui remet en question l'existence de l'énergie.

*
* *

L'énergie se déploie au fil de l'enseignement du *shiatsu* au moyen d'une mise en scène ritualisée du corps et d'un jonglage habile sur différents registres de discours. Ce sont autant de procédés dont le but est de produire chez l'élève un sentiment d'évidence face à cette notion étrangère.

Le processus de reconnaissance de l'énergie, présenté comme fondamental dans cet apprentissage, s'opère, on l'a vu, par une mise en condition du corps contraignante qui, comme toute technique corporelle, le façonne. Ce modelage apparaît comme nécessaire en ce qu'il permet de faire circuler l'énergie en soi-même et dans le corps de l'autre, et de réaliser ainsi «l'échange énergétique» au cœur du *shiatsu*. Pendant l'apprentissage pratique, les professeurs ont recours à des métaphores triviales sur le corps et l'énergie afin de fournir aux élèves des outils de reconnaissance moins exotiques que le *ki*. Plus largement, à travers la transmission pratique et théorique, surgit l'énergie par le biais de discours multiples, qui jouent à la fois sur les dimensions exotiques et accessibles du *ki*; sur sa banalité en même temps que sur sa sophistication, à travers la théorie énergétique chinoise; sur ses aspects actuel et «traditionnel»; enfin, sur son caractère officiel ou la disqualification dont elle peut être l'objet. Aux correspondances avec la médecine chinoise classique, les professeurs ajoutent des correspondances avec le savoir populaire. Et finalement, ils parviennent à faire tenir ensemble tous ces contrastes qui coexistent dans un monde élargi.

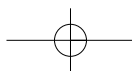


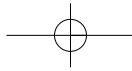


Parce que l'énergie ne s'offre jamais aux élèves dans un contact immédiat, ce sont ces multiples discours qui leur permettent de rendre légitime et plausible son existence. Finalement, qu'ils la «sentent» ou non, ils en admettent la présence. Car reste, en dernier ressort, l'efficacité de la technique, celle-là même qui les a poussés à apprendre le *shiatsu*. À écouter les professeurs, l'énergie est partout. Elle sature l'espace d'apprentissage. Elle est protéiforme : le mou, le dur, le chaud, le froid, la fatigue, la souplesse, la vieillesse, tout devient signe de sa présence. Par la façon dont elle est enseignée, par les procédés qui la font exister comme une évidence, elle participe désormais au monde de l'élève. Et par les grandes qualités interprétatives dont elle est pourvue, on pressent qu'elle pourra déborder l'espace d'apprentissage afin d'investir progressivement le quotidien et devenir un véritable outil de reconstruction du monde. C'est aussi ce que laisse entendre le récit des professeurs interrogés sur la façon dont ils ont connu le *shiatsu*. En effet, tous répondent à cette question par des récits de rupture, qui mettent en scène une rencontre qui a changé leur vie : «révélation», «point de choc», «ma vie a basculé», «j'ai découvert une autre dimension»... Tels sont les termes par lesquels ils caractérisent cette rencontre. Ils rendent compte d'un «avant» et d'un «après» qui effacent le processus de transmission à l'œuvre dans la construction d'une évidence.

Épilogue : et l'université s'en mêle

Mon mémoire de maîtrise est soutenu en 2001, à la grande satisfaction de mon professeur de première année qui veut le faire publier sous la forme d'un petit livret que la fédération proposera à ses adhérents. Je suis perplexe : dans ce mémoire, j'ai analysé les discours sur l'histoire du *shiatsu* pour montrer comment ils conféraient à la technique un caractère extraordinaire, comparé la façon dont se construisait l'espace d'apprentissage dans deux cours, montré comment ils constituaient un cadre dans lequel le toucher était autorisé, exploré les doutes des élèves face à l'existence de l'énergie et expliqué la façon dont la théorie énergétique chinoise était enseignée. Restituer l'étude aux personnes qui y ont contribué est une chose. Mais en quoi ce travail pourrait-il intéresser plus





largement les adhérents de la fédération? Pour le professeur, il se différencie des manuels de *shiatsu* et intéressera certains adhérents. Certes, il n'en fera pas son livre de chevet, mais l'approche lui semble originale et permettra aux élèves de voir comment se déroulent d'autres cours que les leurs.

Une centaine d'exemplaires sont tirés et l'annonce en est faite dans *La lettre du shiatsu*, le journal de la fédération. À ma grande surprise, certains professeurs conseillent mon mémoire à leurs élèves se préparant à l'examen de praticien, notamment à propos des aspects historiques du *shiatsu*. Plus étonnant encore, un professeur m'informe qu'il utilise mon «historique» du *shiatsu* dans ses propres cours! Ainsi, ce travail universitaire, qui n'est qu'une modeste contribution, s'est vu ajouté aux nombreux discours qui caractérisent le *shiatsu*.

Références

BAZIN, Jean

- 1991 Les fantômes de Madame du Deffand: exercices sur la croyance, *Critique*, XLVII, 529-530 (juin-juillet): 492-511.

BRIOT, Alain

- 1994 Médecine moderne, in Augustin Bercque (dir.), *Dictionnaire de la civilisation japonaise* (Vanves, éditions Hazan): 314-317.

DESCELLIERS, Julie

- 2001 *L'apprentissage d'un nouveau rapport au corps: l'exemple du shiatsu en France*, mémoire de maîtrise d'ethnologie, Université Paris X-Nanterre.

ENDO Ryokyu

- 1999 *Tao shiatsu. Médecine vitale pour le XXI^e siècle* (Paris, éditions Guy Trédaniel) [1^{re} éd. angl., 1995].

LATOUR, Bruno, et WOOLGAR, Steve

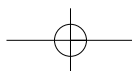
- 1988 *La vie de laboratoire. La production des faits scientifiques* (Paris, La Découverte) [1^{re} éd. angl., 1978].

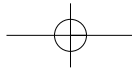
LOISELEUX, Isabelle

- 1987 *Le corps au Japon: expression sociale et religieuse*, mémoire de maîtrise d'ethnologie, Université Paris X-Nanterre.

MANNONI, Octave

- 1969 Je sais bien mais quand même, in *Clefs pour l'imaginaire ou l'autre scène* (Paris, Le Seuil): 9-33.





MASUNAGA Shizuto

- 1985 *Zen Shiatsu. Comment équilibrer le yin et le yang pour une meilleure santé* (Paris, éditions Guy Trédaniel) [1^{re} éd. angl.: Japan Publications, 1977].

NAMIKOSHI Tokujiro

- 2001 *Shiatsu. Thérapie japonaise de pression avec les doigts* (Paris, Le Courrier du Livre) [1^{re} éd. angl.: Japan Publications, 1969].

ODOUL, Michel

- 1994 *Dis-moi où tu as mal, je te dirai pourquoi. Les cris du corps sont les messages de l'âme* (Paris, éditions Dervy) [rééd. 1996, 2000].

POUILLON, Jean

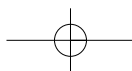
- 1993 Le cru et le su, in *Le cru et le su* (Paris, Seuil): 17-36.

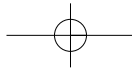
RAPPENECKER, Wilfried

- 1994 *Yu Sen. La source d'énergie* (Puisseaux, Pardès) [1^{re} éd. all.: 1990].

RINGGER, Beat W.

- 2001 Pratiques et savoirs au Japon aux XVIII^e et XIX^e siècles: conduite individuelle ou comportement sociétal?, in Lucien Sfez (dir.), *L'utopie de la santé parfaite* (Paris, Presses universitaires de France): 185-201.





Impression numérique
par l'Imprimerie de la Manutention
à Mayenne (France)

Achévé d'imprimer : avril 2006



Directeur de la publication : Raymond Jamous

