

L'histoire du Amma

De l'orient

Prenant sa source en Chine, via la Corée, le amma est apparu au Japon il y a environ 1500 ans.

C'est un "Kata" (enchaînement précis et codifié de manœuvres), pratiqué au sol ou sur table, qui comporte, entre autres, environ 3000 points de stimulation sur l'ensemble du corps.

Le amma fut pendant longtemps le seul massage reconnu au Japon.

Enseigné dans les écoles spécialisées, il faisait l'objet d'une licence d'état.

À la fin du XVIII^e siècle jusqu'à la moitié du XX^e, il fut, par décret, exclusivement pratiqué par des aveugles ce qui leur permettait de gagner leur vie.

Afin de contourner la loi, certains praticiens qui n'étaient pas non-voyants ont changé le nom. C'est ainsi qu'est né le shiatsu (pression avec les doigts) bien plus connu aujourd'hui.

En 1940 Torujiro Namikoshi a ouvert la Japan Shiatsu School. En raison de ses compétences en marketing, le shiatsu est devenu le mot le plus couramment utilisé pour désigner "massage" au Japon.

Le shiatsu fut reconnu par le gouvernement japonais comme un style de massage séparé du amma en 1964.

Vers l'occident

Le amma assis a été développé en occident par David Plamer (USA). Il est également le concepteur de la chaise ergonomique de massage créée en 1986.

En 1982, David Palmer reprend l'école de son maître Takashi Nakamura et crée le protocole du amma assis sur chaise afin d'apporter de nouveau ce service à l'extérieur comme le faisait les aveugles depuis plus de 80 ans au Japon.

Il démarcha les entreprises de la Silicon valley en leur proposant ce service directement sur leur lieu de travail.

Le succès fut immédiat !

Ce massage répondait parfaitement aux attentes et aux besoins des employés en soulageant efficacement les tensions que ressentait les informaticiens dans leur corps. En effet, la position devant un ordinateur entraîne de nombreuses crispations. Ces tensions remontent dans les épaules, s'étendent à la nuque et à la tête puis vers le bas du dos.

Très vite, David Palmer a démontré l'intérêt de masser le personnel au bureau, cette méthode amenant gains d'attention,

de productivité et de bonne humeur.

Face au succès de sa technique, il décida en 1989, de se consacrer exclusivement au développement du massage assis et à la formation des praticiens.

Aujourd'hui David Palmer dirige [Touch Pro International](#) à San Francisco et poursuit son objectif :

Rendre le toucher accessible au plus grand nombre.