

# La Lettre

“de l’Institut Français de Shiatsu”

ÉDITORIAL

## Retour aux sources...

Lettre trimestrielle de  
l’Institut Français  
de Shiatsu

N°58 - ETE 2016-  
8 € -  
le 07 juin 2016.



Directeur de la publication:  
Michel Odoul  
Imprimé par l’I.F.S.

Abonnement plein tarif: 30 €  
Tarif préférentiel réservé aux  
adhérents du Centre: 20 €  
Les abonnements sont souscrits  
pour une série complète, à compter  
du numéro de septembre-décembre  
de l’année.

Dépôt légal à la date de  
l’impression  
ISSN 1633-6186

Institut Français de Shiatsu  
106 rue Monge  
75005 PARIS  
Tél.: 01.45.87.83.17.  
Fax: 01.45.87.65.96.

s.a.r.l. au capital de 7.622 €.  
R.C.S. Paris B 433 989 787

[www.shiatsu-institut.fr](http://www.shiatsu-institut.fr)  
[www.reflexologie-institut.fr](http://www.reflexologie-institut.fr)  
page facebook

La reproduction partielle ou totale  
des articles de cette lettre est  
interdite sauf autorisation  
préalable.

Ainsi que je l’avais évoqué dans l’éditorial de la Lettre de printemps, nous sommes partis en voyage au Japon. Ce voyage a été très important, dans son contenu et dans son esprit. Vous pourrez découvrir dans le dossier spécial de cette Lettre, combien il fut riche en informations.

Bien évidemment le lien entre le Japon et la pratique que nous enseignons à l’Institut sont manifestes et pour cette simple raison, ce voyage coulait de source. Mais, de plus, il ne s’est pas déroulé à n’importe quel moment: il a eu lieu l’année des 20 ans de l’Institut, l’année de la publication complète des trois tomes de Shiatsu Fondamental, l’année de mon troisième défi uranien, le mois de mon anniversaire, etc., c’est-à-dire au moment d’une convergence cohérente d’éléments essentiels pour le projet qui est le mien à travers l’Institut et tous mes écrits.

Ce voyage a été une clé majeure pour pérenniser l’ensemble et conforter sa légitimité. Ce retour aux sources qu’il représente, est une ouverture vers un projet dont la dimension est encore difficile à objectiver mais sera sans commune mesure avec aujourd’hui.

Soyons clairs, il ne s’agit ici aucunement de dimension économique ou de notoriété. Il s’agit de dimension de contenu. Il s’agit de l’essence même du Shiatsu, dans ce voyage, que ce soit dans les champs philosophique et spirituel, tel que je les ai définis dans le tome 3 de Shiatsu Fondamental, ou bien dans le champ purement technique. Car il a émané de notre rencontre avec les maîtres japonais, un respect mutuel et une curiosité saine particulièrement stimulants. Ce voyage est donc à la fois un retour aux racines de notre art mais

également un point de départ. La proposition de vie ainsi rencontrée ne peut être ignorée. Nous sommes en plein dans « sakura » et son potentiel de vie. Nous sommes dans la symbolique d’Amateratsu qui doit sortir de la grotte où elle s’était réfugiée et ainsi ramener la lumière.

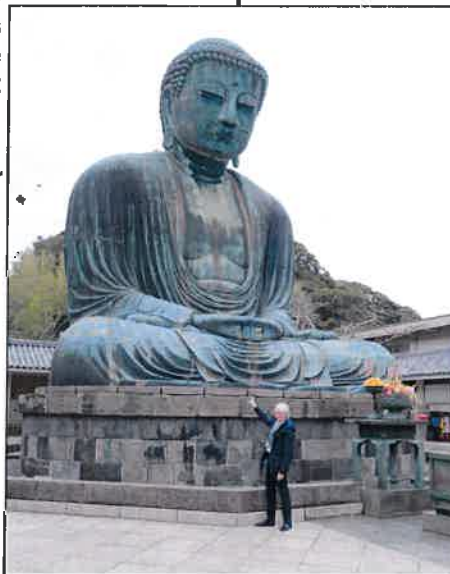
Ce voyage fut un retour aux sources, certes, mais il fut également une nouvelle source. Le mythe a été au-delà de l’attente et la profonde et sincère hospitalité du peuple japonais a rendu possible une prise de conscience, plutôt inattendue: « nous sommes nous aussi des gens de valeur, dignes de notre pratique ».

Car il s’avère qu’elle est d’une qualité et d’une richesse qui interpellent les experts. Ils ont autant envie d’apprendre de nous, que nous avons à apprendre d’eux.

Nous pouvons donc être fiers de ce que nous pratiquons et enseignons, mais cela doit se faire au bon niveau, celui de « l’humble fierté ». Car c’est elle qui nourrit le geste de la juste présence. Sinon, comme en calligraphie, la main et le poignet, trop volontaires et sûrs, ne produisent qu’une flaque sur la feuille de papier de riz, traduisant ainsi, sans doute, la même inflation de notre égo. Le geste doit respirer, le vouloir disparaître et l’intention se construire non pas vers un but « symptomatique » mais vers un infini qui nous tire



Paix et harmonie à Kamakura



Le Grand Buddha de Kamakura

vers le haut.

Que de philosophie direz-vous! Peut-être, mais n’est-ce pas cela qui inspire? Nous avons tout un été pour méditer cette proposition et ainsi nourrir notre « invisible intérieur », celui que le Japon sait si bien magnifier.

Michel Odoul.



*J'aspirai comme un rayon de lumière et d'espoir pour les autres.*

*Nobuyuki Fujisaki.*

DOSSIER *Spécial Japon*

# Impressions japonaises.

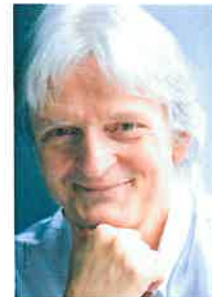
à la rencontre des origines...

Un dossier proposé par Michel Odoul.



Le dossier qui suit vous propose un bilan du voyage que nous venons d'effectuer au Japon. La synthèse qu'il représente est importante à de nombreux titres car elle met en perspective ce qui est enseigné à l'Institut, que ce soit en terme de contenu ou d'esprit de ce qui est enseigné. Il permet de se rassurer et de conforter la démarche qui est la nôtre depuis de nombreuses années.

Alors bonne lecture.



## Impressions japonaises.

C'est avec un plaisir non dissimulé que je suis parti pour le Japon, juste à l'époque magique des sakura que j'évoquais dans la Lettre de mars 2016. Ce plaisir est bien évidemment celui d'aller dans un pays qui recèle des trésors de beauté mais également et sans retenue celui de retourner au mythe. Le Japon est la terre d'origine des deux pratiques qui ont changé ma vie, l'Aïkido et pour ce qui concerne l'Institut, le Shiatsu.

Ce n'est pas anodin d'aller à la rencontre d'un mythe. La déception peut parfois être grande lorsque la réalité rencontrée n'est pas à la hauteur, voire pire, pas du tout celle qui avait été fantasmée. Il me fallait rester clair et objectif, autant que faire se peut, afin de ne pas vouloir absolument présenter une image idyllique et par conséquent fautive de la réalité de notre pratique dans son pays d'origine. Ce dossier va tenter de respecter cette proposition afin que vous puissiez vous faire une idée la plus juste possible.

J'ai eu la chance, grâce à l'amitié de Frans Coppers que j'ai connu à l'époque où il était dirigeant de la Fédération Européenne de Shiatsu (E.S.F.) d'être introduit auprès de Nobuyuki Fujisaki, président de la Zen Shiatsu Association à Tokyo. Celui-ci nous fit l'honneur de nous recevoir dans son école, pendant une formation.



Enseignement de Nobuyuki Fujisaki.



*C'est le travail du praticien d'être sincère en partageant sa connaissance avec ses patients.*

*Shizuto Masunaga.*

**Impressions japonaises ... suite...**

Nous avons ainsi pu assister à un cours « avancé » lors duquel les élèves étaient encadrés par Nobuyuki Fujisaki et son épouse Masami, également formatrice. L'atmosphère à la fois studieuse, attentive et détendue nous rappela un peu la « rue Monge » et nous permit de nous sentir aussitôt à l'aise.



**Enseignement de Nobuyuki Fujisaki, assisté de Masami Fujisaki, son épouse.**



**Une pédagogie bienveillante et précise.**

L'accueil fut chaleureux et bienveillant à notre égard puisqu'il se termina par une fête organisée en notre honneur. Chacun des élèves avait préparé pour l'occasion, le meilleur de ce qu'il savait faire. Sushis, sashimis, boeuf grillé, riz, gâteaux au haricot rouge furent servis à profusion, avec générosité et envie sincère de toucher nos cœurs, au sens noble du terme. Et de fait, le seul frein à notre plaisir, fut un décalage horaire assez présent pour nous car nous étions arrivés seulement la veille.

*Un shiatsu honnête, sincère, simple, est bien meilleur que la seule technique shiatsu orientée professionnelle.*

*Shinzaï Ota.*



## Impressions japonaises ...

suite...



**Un accueil chaleureux, un vrai respect mutuel et un appétit de connaître le « Shiatsu français ».**

La soirée se termina par une cérémonie du thé, réalisée par l'épouse de l'un des élèves. Ce fut un vrai moment de partage et d'échange d'informations sur nos pratiques respectives, Fujisaki Senseï et ses élèves étant très curieux de connaître la place du Shiatsu en France. Je reviendrais un peu plus loin sur ces échanges.

*Le shiatsu donnera une vitalité nouvelle à l'employé de bureau et stimulera en lui l'esprit d'entreprise... Il permettra à l'enseignant de transformer des cancracs en élèves très doués et à l'épouse d'avoir un mari heureux et en bonne santé »... Toru Namikoshi.*



## Impressions japonaises ...

suite...

Nous avons également eu la chance, le lendemain, de rencontrer Masunaga Haruhiko Senseï, le fils de Shizuto Masunaga et dirigeant de l'école Iokai. La rencontre fut cordiale et sincère et là aussi les échanges furent fort intéressants et étonnants sous certains aspects.



**Accueil également très chaleureux chez Haruhiko Masunaga, fils du fondateur de l'école IOKAI ».**

Nous avons enfin pu visiter la « clinique » (centre de soins Shiatsu) puis la Japan Shiatsu School (l'école fondée par Toru Namikoshi) et rencontrer Yuji Namikoshi, le petit-fils du fondateur.



**Entrée de la Shiatsu Clinic de Tokyo avec la statue en bronze du fondateur de l'école NAMIKOSHI.**

Ces rencontres avec les représentants des principaux courants japonais furent édifiantes et ont conforté ce que nous écrivions déjà dans le dossier d'enquête que nous avons conduite en 2004 (voir dossier Hors-série sur le Shiatsu, disponible sur le site de l'Institut).



## Impressions japonaises ...

suite...



**Entrée de l'immeuble, siège de l'école NAMIKOSHI à Tokyo.**

### Mythe et démythification, humilité et fierté?

Le premier constat est celui de la taille des écoles. Le courant « ostéo-articulaire » développé par Toru Namikoshi est indéniablement puissant et son école se déploie dans un immeuble tokyoïte de plusieurs étages. Le courant Masunaga, que ce soit à travers l'école Iokaï ou à travers la Zen Shiatsu Association, est moins important et reste à l'échelle d'un enseignement « maître/élève ». Par conséquent, en terme d'économie d'échelle, le Shiatsu ne semble pas vraiment plus développé, économiquement parlant, qu'en France, même si tout japonais qui se respecte connaît le Shiatsu. Dans cet ordre d'idée, l'Institut peut être fier de sa dimension et de ce qu'il représente, sa taille et son image dépassant celle des écoles précitées. Mais face à la dimension structurelle et économique de l'école Namikoshi, il nous faut encore faire preuve d'humilité.

Dans tous les cas de figure, l'enseignement de l'Institut n'a en rien à pâlir vis à vis d'aucune de ces écoles, en termes de contenu et de dimension de ce contenu. Ce constat est sain, sans flagornerie et reconnu par les écoles japonaises qui n'ont pas de complexe ou de peur territoriale. Elles sont curieuses, avides de savoir et d'envie de partager, prêtes à dévoiler leurs contenus et à entendre ce que les autres ont à proposer. A tel point d'ailleurs que Nobuyuki Fujisuki Senseï m'a confié l'ensemble de ses documents pédagogiques.

### La place du Shiatsu au Japon.

Vous avez certainement lu, dans la Lettre de l'Institut ou dans différents ouvrages, que le Shiatsu est la « deuxième médecine officielle » au Japon. Ce statut et cette reconnaissance doivent être précisés. Le Shiatsu peut en effet bénéficier de prises en charge équivalentes à celles de notre sécurité sociale ou de nos assurances maladies, mais à condition d'avoir été prescrit par un médecin. En cela il est une pratique officiellement reconnue et intégrée dans le giron du Ministère de la Santé. Cette prescription est souvent faite dans le cadre de l'accompagnement d'un traitement classique ou s'inscrit dans une logique « complémentaire » de type ostéopathie ou kinésithérapie. En dehors de cela, les consultations doivent être prises en charge par le patient lui-même, à titre privé, que ce soit pour du « Shiatsu de confort » ou du « Shiatsu thérapeutique ». On pourrait dire, pour simplifier que le Shiatsu occupe, au Japon, une position assez similaire à celle de la kinésithérapie en France.

Pour le reste, et à condition de respecter le cadre légal, la pratique professionnelle du Shiatsu est autorisée et peut être revendiquée. Il suffit pour s'en persuader d'aller visiter la « clinique Shiatsu » Namikoshi à Tokyo. Banderoles de grande taille, statue en bronze du fondateur, etc., la publicité et les annonces sont sans retenue (voir page suivante).

治療料金	
全身指圧 (Shiatsu)	
・標準 (Standard)	6,000円
・ロング (Long)	8,000円
初診料 (First Visit Examination)	1,500円
オプション一覧 (Optional Charges)	
頭 (Head)	1,000円
顔 (Face)	1,000円
背・肩 (Back/Shoulder)	1,500円
背中 (Upper Back)	1,500円
脇 (Armpits)	1,500円
手 (Hands)	2,000円
足 (Feet)	2,000円

**Affichage des tarifs de consultation en Zen Shiatsu.**



# Impressions japonaises ...

suite...



Entrée sur rue de la Shiatsu Clinic NAMIKOSHI à Tokyo.

## Le statut des praticiens et leur formation.

Au Japon, le statut du praticien est réglementé. Afin de pouvoir bénéficier de ce statut, tout praticien Shiatsu doit avoir suivi un cursus de formation de base, imposé par les instances officielles. Il s'agit d'une sorte de tronc commun de 3 années lors desquelles il apprend obligatoirement les différents courants de Shiatsu « agréés ». Par exemple, lors de notre rencontre avec les élèves de la Zen Shiatsu Association, étaient présents des élèves de l'école Namikoshi, venant compléter leurs heures de formation dans un style différent de celui de leur école.



Certifications de Nobuyuki Fujisaki.

En dehors et au-delà de ces trois années, chaque école peut compléter ses contenus pédagogiques avec des techniques propres et revendiquer ainsi la particularité de son style. Les contenus détaillés n'ont pas changé depuis notre dossier précédent sur le Japon. Il y a toujours les mêmes grandes sections dont l'anatomie, la physiopathologie ou la psychologie. Une formation complète en Shiatsu, qui s'échelonne en général sur 3 à 5 ans coûte entre 35 et 50.000 €, ce qui s'avère un peu plus onéreux qu'en Europe et en France en particulier.





## Les tendances et les courants actuels.

Pour évoquer les tendances du Shiatsu de nos jours au Japon, il est intéressant d'observer ce qui se passe dans le courant « Masunaga ». On pourrait en effet penser que celui-ci est unanime. Il n'en est rien. L'enseignement de Shizuto Masunaga a été majeur pour la création du courant du « Shiatsu des méridiens » et de nombreux élèves et enseignants s'en sont nourris. Mais les différentes rencontres que nous avons pu faire nous ont révélé l'existence de « chemins personnels », principalement liés à des changements de mentalité et « d'époque ». Ce qui est tout à fait logique et compréhensible, le monde moderne ayant apporté une « pression du temps » et une individualisation croissantes, même au Japon.

Cependant, parallèlement à cette évolution, des égos puissants, friands de reconnaissance et désireux de revendiquer leur propre style, existent aussi, tentant ainsi peut être de « tuer le père ». Il semble malheureusement que ce ne soit pas toujours de façon très « juste ». On peut citer l'exemple du courant européen « lokaï » qui utilise le nom de l'école originelle, dirigée aujourd'hui par le fils de Shizuto Masunaga, Haruhiko Masunaga. Or ce dernier nous a clairement et précisément affirmé que ce courant n'a rien à voir avec le vrai lokaï, dont il utilise, pour ne pas dire plus, de façon induite la « marque » lokaï. Que penser de ces propos, dans la bouche d'un japonais pourtant tellement habitué au non-dit et à la non expression directe et précise des choses, en particulier négatives ou critiques? Ils traduisent une vraie déception voire colère et d'ailleurs, une tristesse certaine émanait du visage de Haruhiko Masunaga lorsque nous évoquions la question. Cette déclaration ne nous a cependant pas outre mesure surpris. Elle n'a fait que confirmer ce que la veuve de Shizuto Masunaga avait déclaré à Sayori Okada, qui avait mené pour nous en 2004 l'enquête sur la pratique du Shiatsu au Japon.

## La Zen Shiatsu Association à Tokyo.

Les choses sont beaucoup plus claires et annoncées de façon transparente par Fujisaki Senseï. La Zen Shiatsu Association est sans ambiguïté issue du courant Masunaga. Zen Shiatsu est d'ailleurs le titre d'un des ouvrages ayant rendu célèbre en France, Shizuto Masunaga, fondateur du courant lokaï. Elle reconnaît et même revendique la filiation. La « divergence de chemin » n'est pas liée au contenu de la pratique et un respect profond et juste est en permanence exprimé vis à vis de Shizuto Masunaga. Fujisaki Senseï répète fréquemment que Masunaga Senseï « avait tout compris ».



**Cartographie des méridiens selon Masunaga et planche de Zen Shiatsu affichées à la Zen Shiatsu Association.**





## Impressions japonaises ...

suite...



La divergence est plus formelle et « d'époque » que vis à vis des fondamentaux de la technique du « Shiatsu des méridiens ». Ce qui a conduit en effet Fujisaki Senseï à constituer un courant propre, est une véritable rupture culturelle avec les habitudes pédagogiques archétypiques japonaises. Il ne voulait plus de la relation traditionnelle de « maître à élève » dans laquelle le maître montre une fois le geste et n'explique rien, exigeant de l'élève de reproduire le geste sans commentaires ni questions. Débordant d'envie de comprendre « pourquoi » et désireux d'avoir des réponses à ses questions, Fujisaki Senseï dut faire un constat simple: il n'aurait pas de réponse directe à ses questions, de la part de Masunaga Senseï!

C'était le monde à l'envers et dans un éclat de rire général, je lui ai dit qu'en fait il était certainement plus occidental que japonais. Il ne lui resta plus qu'une seule option: chercher lui même et pour cela développer sa propre école, ce qu'il fit assez rapidement car de nombreux élèves de Iokaï ressentaient la même chose que lui. Son but revendiqué est double. Tout d'abord il souhaite révéler la vraie connaissance qui fut celle de Masunaga Senseï et la transmettre sans « filtre ». Ensuite, il souhaite apporter à la technique de « Shiatsu des méridiens » ses lettres de noblesse en lui donnant des références rationnelles précises. Un vaste programme et un long chemin! Je me suis senti assez proche de lui... et je pense que nous aurons beaucoup à nous apprendre. En effet, quelque soit le courant concerné, le Shiatsu japonais a beaucoup de mal à mettre en mots les dimensions subtile et psychique. Alors vivement que « Dis moi où tu as mal » soit traduit en japonais. J'y travaille!

### Tradition et modernité.

Tout ce qui précède peut sembler étonnant. Nous qui sommes construits à travers des certitudes et des vérités uniques, avons sans doute du mal à comprendre comment une pratique de soins puisse être ainsi multiple tout en restant fiable et crédible. Alors que peuvent bien signifier ces différences de style et sont-elles compatibles avec l'idée que nous nous faisons d'une science ou d'un art? N'oublions pas que le Shiatsu est une science du vivant et du subtil, c'est à dire du mouvement et du mobile, de l'insaisissable qui échappe lorsqu'on croit le tenir et dont le propos est avant tout de canaliser des flux plutôt que d'agir sur de l'organique. En cela le Shiatsu est de facto une pratique « vivante » et par essence mobile et évolutive.

Le fait qu'elle ait été développée et soit pratiquée par des japonais n'enlève rien à cela. L'exemple des arts martiaux a été frappant sur cette question: tous ceux qui se sont uniformisés sont « morts », c'est à dire ont perdu leur âme. Nous avons trop tendance à croire qu'une société comme le Japon ne peut être que tradition et de ce fait se doit d'être unique. La conservation de nombreux rituels, l'hyper-codification des relations entre les individus, la hiérarchisation sociale et le côté policé et lisse des expressions peuvent le laisser croire. Mais en fait il s'avère que le Japon est une terre de paradoxes où le chaos côtoie l'organisé, où l'ancien rencontre la modernité extrême, où le polissage des codes sociaux cache une brutalité indéniable. Je n'en voudrais pour preuve que quelques exemples criants comme le fait que dans le Shinkansen (ce train ultra-rapide et sophistiqué qui sillonne l'archipel à des vitesses et avec une régularité à faire pâlir un TGV suisse), le contrôleur ou les hôtesses s'inclinent systématiquement pour saluer le compartiment dans lequel ils pénètrent et le saluent à l'identique en le quittant.



**Contrôleur saluant le wagon avant de le traverser dans le Shinkansen Osaka / Tokyo.**

## Impressions japonaises ... suite...



**Maison traditionnelle en plein Tokyo**



**Sanctuaire Shintô sur un toit d'immeuble à Osaka.**

Ou bien encore cet urbanisme tentaculaire qui « respecte » et englobe les temples shintô et bouddhistes au point que certains d'ailleurs n'hésitent pas à créer un sanctuaire au sommet d'un immeuble, ainsi que nous avons pu le découvrir à Osaka. Ce « respect » va jusqu'à ces maisonnettes que leur propriétaires n'ont pas voulu quitter et qui restent, préservées et immuables au milieu de tours de verre ou d'immeubles de béton.

Ou bien encore les temples bouddhistes du Mont sacré « Koya san » dont les moines surfent sur le net, parlent anglais, ne vous servent que des plats végétariens, vous invitent à participer en silence à leurs rituels et vous vendent des « charmes » qui vous protègent de la mauvaise fortune voire vous permettent de faire fortune! Et dans les chambres au décor raffiné, une télévision et un téléphone trônent dans une niche « sacrée » et dans une autre, une boîte de kleenex américains cotoie un superbe kakemono.



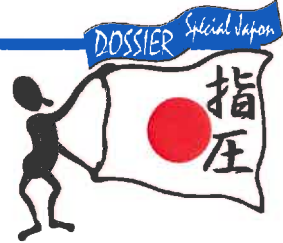
**Intérieur d'une chambre au monastère bouddhiste Fudo In sur le Mont Koya San.**

Ou bien encore ces relations distancées, mâtinées de courbettes et de remerciements permanents et polis alors qu'on se bouscule et s'entasse de façon incroyable dans les trains de banlieue et les métros ou que l'on se côtoie dans le plus simple appareil dans les onsen (bains chauds publics)!



## Impressions japonaises ...

suite...



Ou bien pour terminer, de façon non exhaustive, la fête de l'Hanami, cette célébration de la floraison magnifique des cerisiers lors de laquelle tous les japonais quittent la jungle du travail et de la ville tentaculaire pour partager cette fragile neige de pétales qu'ils vivent comme une parenthèse heureuse et pacifiante.



Hanami, la fête des sakuras.

Le Japon est tout cela et le Shiatsu participe du Japon. Alors les styles se côtoient, s'affrontent dans le sens noble du terme afin de savoir ce que chacun « a dans le ventre ». Les styles progressent et évoluent ainsi, comme la lame du sabre qui est sans cesse polie.

### Les perspectives.

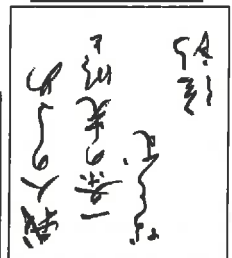
Les perspectives qui se présentent sont très ouvertes, à l'image de l'accueil que le domaine du Shiatsu japonais et des Maîtres actuels des courants Namikoshi, Masunaga et Zen Shiatsu nous ont réservé. D'ores et déjà, Haruhiko Masunaga a exprimé le désir de venir à l'Institut et a proposé de le faire dès l'année prochaine. Nobuyuki et Masami Fujisaki ont clairement exprimé le souhait de développer des relations d'échange avec les élèves et les formateurs de l'Institut. Cela pourra se faire de différentes façons, que ce soit à travers des formations ou des échanges de données. Alors je crois que le futur va voir naître des liens de pratique et d'échange particulièrement riches et profonds. C'est une des perspectives qui me semble réaliste et concrètement intéressante pour notre Institut et pour les écoles japonaises.

Une seconde perspective est que les échanges avec en particulier la Zen Shiatsu Association soient porteurs d'évolution pour le domaine lui-même. En effet, la volonté précisément et clairement exprimée par Nobuyuki Fujisaki, est de « comprendre » pourquoi le Shiatsu fonctionne et est aussi efficace, afin de lui donner, au-delà des lettres de noblesse qui sont déjà les siennes, des références et une rationalité incontestables. Ce projet rencontre totalement le nôtre et cette volonté de sérieux, de professionnalisation et de rationalisation est aussi celle de l'Institut. C'est une des raisons qui nous ont conduits à mener à bien, à la fois une structuration profonde de l'Institut et de son

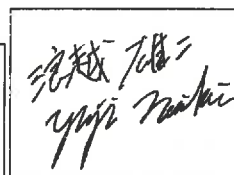
enseignement et à titre personnel à l'écriture « pharaonique » des 3 tomes de « Shiatsu Fondamental ». Ce travail de synthèse fut particulièrement exigeant et représente une somme de données majoures.

D'ailleurs les Maîtres japonais ont saisi l'importance de cet ouvrage que j'ai été particulièrement fier de leur offrir. Chacun m'en a dédié un tome, avec simplicité et dans une vraie reconnaissance.

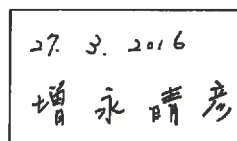
### Fujisaki Senseï



### Namikoshi Senseï



### Masunaga Senseï



### Dédicaces des trois Maîtres rencontrés.

Il trône d'ailleurs depuis en bonne place dans la bibliothèque de la Zen Shiatsu Association. Ce gage de confiance et cette reconnaissance « de facto » sont certes satisfaisants pour moi mais surtout un vecteur qui vient conforter un sentiment qu'il nous faut tous avoir : la fierté d'une pratique qui s'appelle le Shiatsu et celle d'un enseignement de très grande qualité à l'Institut.

Michel Odoul.





## ~ TEMOIGNAGE ~ ~ TEMOIGNAGE ~

Le « hasard » faisant bien les choses, j'ai reçu de la part de Karine Le Gratiet, élève à l'Institut, un témoignage personnel sur un stage qu'elle avait suivi au Japon. Il arrive à point nommé, juste au moment où je réalise le dossier de la présente Lettre et vient apporter l'éclairage de son vécu personnel. Une expérience intéressante.

Lisez plutôt.

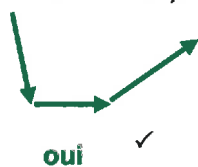
### Voyage au pays de l'école Namikoshi.

J'ai eu l'opportunité, en novembre 2015, de participer à un stage de Shiatsu, ouvert aux élèves « étrangers », dans le cadre de l'école Namikoshi à Tokyo.

A bord de l'avion en partance pour Tokyo je m'interroge sur le fait de partir « approfondir » mes connaissances en shiatsu dans une école qui n'est pas la mienne. Le shiatsu Namikoshi est-il si différent de celui du courant Massunaga ou de celui de Nakasono? Il n'en est rien finalement pour les techniques de pression et de placement. En revanche l'intention et les protocoles sont différents.

Le stage se déroulait sur 5 jours et l'objectif était de nous apprendre « les techniques fondamentales du shiatsu Namikoshi ». Nous avons commencé le premier jour par du « self-shiatsu » afin d'effectuer les repérages anatomiques sur nous-même. Ce n'est que le deuxième jour que les « conditions » pour pratiquer un « bon shiatsu » nous ont été énoncées :

- ✓ Rester très attentif au fait que la pression exercée doit toujours être perpendiculaire par rapport au plan traité ;
- ✓ Il faut toujours rechercher la bonne profondeur et adapter la longueur de la pression. Surtout il faut veiller à ne pas avoir un effet rebond (ceci implique de maintenir la pression maximale permise par le receveur avant de relâcher).



Rester concentré tout au long du travail sur chaque point stimulé et rester attentif aux réactions du receveur. Afin d'être efficace et agréable, la pression doit être exercée avec tout le corps et non en force (avec les muscles) ce qui génère des tensions chez le receveur.

- ✓ Le praticien ne se cale pas sur le rythme des respirations du receveur. Laissez le receveur s'adapter au rythme « choisi » par le praticien.

Au cours de ce deuxième jour j'ai découvert :

- ✓ le travail shiatsu en position latérale (adapté aux femmes enceintes(!), aux personnes âgées, à ceux pour qui la position ventrale est impossible),
- ✓ que le protocole commence toujours par le côté gauche du receveur : celui du cœur (ndlr : ceci est normal car le travail ne prend pas en compte la dimension énergétique. De ce fait, étant donné que les pressions peuvent être douloureuses ou « bousculantes », comme en Réflexologie Chinoise, on commence par le côté gauche afin de « soutenir le cœur »).

Selon Yuji Namikoshi, le petit-fils du fondateur, le courant Namikoshi ne tient pas compte des principes énergétiques de la médecine traditionnelle chinoise car ceux-ci sont intégrés dans la vie quotidienne au travers de l'alimentation, de pratiques « sportives », de l'aménagement des maisons, etc... L'objet, pour lui, est de travailler par pression sur les muscles afin de leur permettre de se relâcher en profondeur. Il insiste ce-



**Le Directeur de l'école et Yuji Namikoshi.**

pendant sur le fait que « l'intention du praticien est capitale ». Le subtil a finalement également sa place dans cette pratique et celle-ci s'est accrue au fil du temps sans que rien ne soit précisé à ce sujet : « *tout ne peut être expliqué, ressentez, observez. Adaptez vos pressions au receveur* » dit Yuji Namikoshi. « *En fonction de quoi ?* » demandèrent certains stagiaires. Le cours s'est poursuivi sans qu'aucune réponse ne soit donnée, comme si la question n'avait pas été posée ou entendue.

Chaque jour nous pratiquons face à un idéogramme indiquant la nécessité de rester concentré, « rassemblé ».



**Concentration, unité.**



Les protocoles se sont succédés en fonction de la partie du corps traitée et de la position du receveur. Les assistants portaient toujours une grande attention aux pressions exercées, au positionnement. La clef selon un « ancien » : « *il faut veiller au maintien des doigts n'exerçant pas la pression. Le secret d'une bonne pression est là ! Pour que la pression soit bonne le petit doigt doit être bien positionné car il assure un bon maintien et un bon contact quand on se déplace de point en point* ».

Selon lui « *l'auriculaire désigne la femme tandis que le pouce est associé au mari* ». (ndlr : ceci est tout à fait cohérent car l'auriculaire (méridiens du Cœur et de l'Intestin Grêle) ce sont les émotions (le féminin) et le pouce (méridien du Poumon, c'est l'armure, la protection (le masculin)).

Au bout de quelques jours, certains stagiaires, s'enhardissant, commençaient à comparer leurs techniques à celles enseignées allant parfois jusqu'à affirmer que la leur était meilleure, ou plus logique. Ils en faisaient la démonstration à leurs partenaires ou aux assistants. La réponse de Yuji Namikoshi eut lieu le quatrième jour. Le cours commença face à un tableau où étaient énoncées les sept règles de l'école que chaque élève doit répéter avant chaque cours théorique, et ce durant les trois années d'apprentissage.

- ✓ Cette salle est un dojo shiatsu.
- ✓ Pendant la pratique on ne bavarde pas.
- ✓ On pratique avec une attitude corporelle adéquate.
- ✓ On s'entraîne en n'hésitant pas à faire et refaire.



**Une salle de cours au Japan Shiatsu College.**

- ✓ On s'approprié l'essence du shiatsu avec le traitement du diagnostic instantané. (cette règle signifie qu'à tout ressenti doit être donnée une « réponse immédiate »).
- ✓ Dans le dojo on ne pratique pas les techniques appartenant à d'autres écoles.
- ✓ On ne fume pas ( ?).

L'objectif du stage était très ambitieux : Yuji Namikoshi souhaitait nous apprendre les principaux protocoles élaborés par son grand-père. Je suis repartie dans le même état d'esprit qu'après chaque stage à l'Institut : vais-je pouvoir réaliser en cabinet ce que je viens d'apprendre ? Suis-je capable ?

Après des heures à reprendre mes notes, le fascicule avec photos et commentaires, et surtout à répéter chaque geste je mesure l'efficacité des techniques enseignées et leur complémentarité avec celles de l'IFS. Ma démarche

face à chaque client est restée la même : entretien, lecture énergétique et psychocorporelle. Je garde la primauté au travail selon les techniques et protocoles de l'IFS mais je ne m'interdis pas de compléter avec les techniques Namikoshi tout comme on peut utiliser des techniques ostéo-articulaires, la réflexologie, ... Elles sont pour moi un outil en plus au service du « shiatsu des méridiens » comme l'appellent certains de mes clients (ndlr : c'est le nom donné par Shizuto Masunaga à son approche).

Karine Le Gratiot.



**Karine recevant son certificat.**

## Citrus Junos, le soleil levant...

Le « hasard » a fait que je suis également allée au Japon en avril. L'art de vivre y est singulier : tout - de la cérémonie du thé au service de nettoyage du Shinkansen (TGV nippon) – tout est d'une rare beauté, d'une efficacité noble et d'un raffinement exquis.

Je vous propose de partager un peu de ce raffinement en découvrant une des fragrances subtiles qui caractérise le pays du soleil levant, au même titre que la délicatesse des fleurs de cerisier et la légère amertume du matcha... Il s'agit d'un agrume, le yuzu, qui est utilisé en cuisine pour ravir les papilles, mais également dans le bain.



Yuzu jaune.

Au Japon, l'art du bain est très différent de l'art du bain tel que nous le pratiquons aujourd'hui en Occident.



Même dans les grands hôtels, conçus sur le modèle occidental moderne, l'art du bain traditionnel continue à exister. Dans toute salle de bains, il y a un pommeau de douche, une petite bassine et un petit siège, du savon et du shampoing à côté de la baignoire. On se lave et se sèche avant de prendre son bain.

L'habitude de prendre des bains très chauds (entre 38°C et 40°C) se lit sur la notice qui rappelle aux baigneurs de fermer la porte de la salle de bains afin d'éviter de déclencher l'alarme à incendie dans la chambre ! Traditionnellement, on prend le « bain au yuzu », appelé « yuzuburo », au solstice d'hiver pour renforcer les défenses immunitaires, pour réchauffer le corps et pour apaiser l'esprit. Les fruits du yuzu sont coupés en deux et mis dans un joli sachet en coton avant d'être immergés dans l'eau très chaude, permettant aux propriétés de la plante de rentrer dans l'organisme par le biais de la peau, par osmose.

Cette tradition des bains hyper-thermaux vient de la nature volcanique des îles qui constituent l'archipel nippon. L'art thérapeutique de se délasser dans des sources thermales volcaniques – les *onsen* – se pratique encore aujourd'hui dans plusieurs régions du Japon. J'ai eu l'occasion d'y prendre goût lors de mon séjour au pied du Mont Fuji et sur l'île de Miyajima. La beauté du paysage n'est pas sans contribuer aux bien-

faits du bain volcanique qui peut se prendre à l'intérieur



ou à l'extérieur.

A certains endroits, l'eau jaillit des roches à plus de 45°C. Elle est fortement chargée en minéraux, notamment en soufre, en magnésium et en fer, d'où les propriétés des diverses sources thermales pour réguler le système nerveux autonome, le système hormonal, les défenses immunitaires et vous garantir une peau sublime !

### Attention !

**Le bain hyper-thermal ayant un but thérapeutique, sa pratique impose également de la prudence. Il est contre-indiqué pour les personnes cardiaques et/ou qui souffrent d'hypertension ou d'hypotension artérielle, ainsi qu'aux femmes enceintes. Enfin ne dépassez jamais 15'.**

Pour profiter de l'expérience des *onsen* (bains aux sources volcaniques) ou des *ofuro* (bain hyper thermique à l'eau du robinet) chez vous, en attendant vous rendre un jour au JKapon, vous pouvez prendre un bain très chaud (environ 38°C) auquel vous aurez ajouté 2 tasses de Sels d'Epsom (du sulfate de magnésium) avant de vous y immerger pendant 15 minutes. En plus d'avoir un effet de purge sur toutes les toxines



- AROMATHEQUE - - AROMATHEQUE - Suite et fin.

de l'organisme, le sulfate de magnésium est un décontractant musculaire exceptionnel. Les bienfaits thérapeutiques de ce bain sont multiples : il favorise l'élimination des toxines qui stagnent au niveau de l'hypoderme sous la forme de cellulite et de rétention d'eau, il augmente la vasodilatation et réduit les inflammations, il permet d'absorber le magnésium par la peau et favorise un bon sommeil réparateur.

Après être sorti du bain, pensez à vous hydrater en buvant de l'eau. C'est aussi le moment opportun pour bénéficier d'un massage des pieds à l'huile essentielle de yuzu ! Pour ce faire, diluez 5 gouttes HE Citrus junos dans 10 gouttes HV Amande douce par pied. Faites pénétrer l'ensemble par un massage profond de la plante du pied. Commencez au niveau du creux du pied par des rotations respectant le sens des aiguilles d'une montre. Ensuite, vous pouvez étendre votre application à l'ensemble du pied en remontant le tendon d'Achille.

Non, ce n'est pas trop, pas pour s'approcher d'une expérience des *onsen*. On ne fait pas un saut à l'*onsen* : on s'y rend pour se faire du bien. Tout est prévu à cet effet avec un massage des pieds à la sortie du bain. Si l'art du bain est un rituel très élaboré et apprécié au Japon, c'est aussi parce que le niveau de stress individuel est à la mesure de l'exigence qu'oblige la culture de l'excellence.

Revenons à l'huile essentielle de Yuzu (HE Citrus junos, fruit) qui provient de la distillation des fruits de cet agrume qui n'est pas tant utilisé pour son jus que pour l'étonnant parfum contenu dans sa chair et son

péricarpe. Il s'agit d'un des rares citrus dont on distille les zestes plutôt que d'en extraire les essences par pression simple. A la différence de l'essence extraite par expression, la forme distillée ne contient pas de furocoumarines. Par conséquent, l'huile essentielle de Yuzu (HE Citrus junos) ne présente pas de risque de photosensibilisation notable.

Cette huile essentielle, à l'odeur vivifiante et piquante, est majoritairement composée de terpènes (environ 76% limonène, 10% gamma-terpinène, 2% alpha-pinène), une grande variété de sesquiterpènes, puis environ 5 % de monoterpénols (environ 2% linalol) et plusieurs sesquiterpénols. Les monoterpènes agissent sur le terrain de la personne afin de renforcer ses défenses immunitaires. Les sesquiterpènes ont des vertus sédatives exceptionnelles. Quant aux sesquiterpénols, ce sont des régulateurs du système auto-immune et hormonal.

Il s'agit donc d'une huile essentielle à la fois tonique et calmante. Tandis que les monoterpènes sont fortement antibactériens par diffusion atmosphérique, ils ont une faible action anti-bactérienne quand ils sont appliqués sur la peau. Leur application cutanée ont une activité immuno-modulante et leur confère des qualités antalgiques. Par contre, à un taux aussi élevé que dans le Yuzu, elles sont agressives pour la peau.

Pour un massage plus étendu, la dilution sera plus forte. Par exemple, pour soulager des tensions chroniques au niveau des muscles du cou, de la nuque et des épaules, vous pouvez faire un massage du haut du dos avec 10% HE Citrus junos et 90% HV Amande douce (pour 10 gouttes HE, vous ajoutez 90 gouttes HV).

Vous pouvez également

**Attention !**

L'huile essentielle de Yuzu doit impérativement être diluée dans une huile végétale à 20% maximum pour une application sur une zone spécifique de la peau. Le massage des pieds, conseillé dans cet article, fait exception à cette règle, car la peau plantaire est beaucoup moins sensible à la dermocausticité des huiles essentielles et le dosage reste modéré.

utiliser cette huile essentielle remarquablement efficace pour améliorer votre capacité à gérer le stress en vous massant les poignets et les avant-bras avec 2 gouttes HE Yuzu diluées dans 8 gouttes HV Amande douce, le matin avant de partir au travail. Et le soir, vous pouvez faire le massage des pieds à l'huile essentielle de Yuzu.

Quelle découverte, cette « pomme d'or », venue du pays du soleil levant !

Elske Miles.



**Dis moi pourquoi cela m'arrive maintenant**

Michel Odoul  
Editions Albin Michel  
Prix : 15,90€

Voici le nouvel ouvrage de Michel autour de la question du sens, celle du moment où les événements nous touchent, parfois nous percutent. C'est une fréquente question qui émerge lors de consultations ou personnellement parlant. Pourquoi tel type de vécu se répète-t-il, selon une fréquence étonnamment régulière? Pourquoi est-ce à tel âge que m'arrive cet accident ou cette rencontre inattendue? Pourquoi est-ce que le mois qui précède ma date anniversaire est-il si souvent « chargé en épreuves », etc.? Voilà autant de questions auxquelles Michel tente de répondre, de façon simple et synthétique à travers la symbolique herculéenne. Ce « héros en nous » est une merveilleuse illustration de ce que sont « les marches de la croissance », constitutives de chaque être humain. Leur contenu revisité et éclairé des liens qui peuvent être faits avec les méridiens d'acupuncture, en devient un livre ouvert de la croissance de tout être humain et en rend la compréhension accessible.

Un livre à lire et à posséder par tous les praticiens, et à découvrir par tous les autres lecteurs car il est le pendant incontournable de « Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi ».

Nelly.

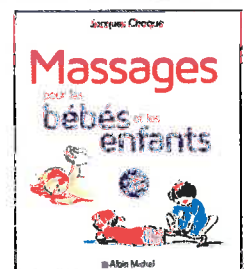
**Massage pour les bébés et les enfants**

Jacques Choque  
Editions Albin Michel  
Prix : 12,90 €

Voilà un livre qui va répondre à la demande de beaucoup d'entre vous. Vous êtes en effet nombreux, praticiens ou non, à demander ce que l'on peut utiliser comme technique de massage pour les bébés et les enfants, sachant les précautions que nous spécifions. Ce livre va vous combler. Simple, didactique et pratique, il présente les approches adaptées aux enfants et aux bébés. Il présente les massages propres à chaque partie du corps, en expose les bienfaits et va présenter de façon ludique des « jeux de relaxation » qui feront un bien fou aux enfants. Alors n'hésitez pas, en dehors des effets sur la production d'ocytocine, l'hormone dite du bonheur, il est un vecteur formidable de l'instauration d'un lien parent/enfant d'une grande richesse.

A posséder absolument et à offrir.

Michel Odoul.

**Les bactéries, des amies qui vous veulent du bien**

Pr Gabriel Perlemuter, Dr Anne-Marie Cassard  
Editions Solar  
Prix : 19,50 €

Notre culture post-pasteurienne, aseptisée, précautionneuse et pudibonde découvre l'importance des intestins et de leurs habitants! Diantre! Et oui, il y a là sans doute un « deuxième cerveau » ainsi que la Médecine Traditionnelle Chinoise le dit depuis plus de trois mille ans. Et oui nous sommes habités par une foule incommensurable de micro-organismes (plus que nous n'avons de cellules) qui sont des « étrangers » qui ne nous veulent que du bien! Cette idée implique de facto une véritable révolution de pensée pour nos sociétés aseptisées et purement bio-mécaniques. Nous devons revoir notre idée de ce qu'est notre immunité, de ce que sont les raisons de notre surpoids, de nos allergies, de nos maladies cardio-vasculaires, etc.

C'est sans une hésitation ce qu'avancent les deux médecins, praticiens hospitaliers, auteurs de cet ouvrage fort riche et intéressant. Et leur réflexion va jusqu'au bout de leur propos puisqu'ils vont jusqu'à pointer aussi du doigt le caractère dommageable des « césariennes de confort » (!!!), rejoignant par là une étude que nous avons évoquée dans une précédente Lettre.

Et quelle belle conclusion que la leur: pour être heureux, rendons nos bactéries qui sont nos hôtes, heureuses! A méditer peut-être...

Michel Odoul.





## - EMISSIONS A SIGNALER - - ARTICLES A SIGNALER -

**France Bleu Normandie** : Le **21 avril 2016**, Annie Le Fléouter a interviewé Michel pour présenter la conférence de Rouen du 26 avril autour du thème « Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi ». L'interview a été présentée le **25 avril 2016**. Ce fut l'occasion, dans le cadre de sa venue à Rouen, à l'initiative de Laure O'Quin, d'évoquer son travail et les bienfaits du Shiatsu.



**RMC** : Michel intervient maintenant chaque mois dans l'émission de Brigitte Lahaie, ce fut le cas les **6 et 24 mai et 2 juin 2016**. Une nouvelle occasion de dialoguer avec les auditeurs, de parler de l'Institut, des praticiens, des conférences et de son nouvel ouvrage.



**Sud Radio** : le **24 mai 2016**, dans l'émission « C'est vous! » présentée par Isabelle Brès, Michel était invité de 16h à 17h sur le sujet du jour (« La confiance en soi ») et sur son nouveau livre « Dis moi pourquoi cela m'arrive maintenant ». Une émission fort intéressante et menée de main de maître par Isabelle Brès.



**Psychologie**: le numéro d'avril 2016 du mensuel Psychologie présente un dossier sur le thème « Ecouter son corps, bien décoder ses messages ». Dans ce cadre, la journaliste « adresse une lettre » à Michel dans laquelle elle lui exprime tous ses remerciements pour l'apport de son travail. Cet article est une vraie reconnaissance du caractère fondamental et précurseur du concept psycho-énergétique dans la question des liens corps/esprit.



**Recto-Verseau**: pour le numéro de ses 30 ans, paru en mars 2016 la revue Recto Verseau propose un dossier sur le thème « Soigner ou guérir ». Dans ce cadre, il a été demandé à cinq personnes référentes de répondre à 3 questions clés. Michel a fait partie des auteurs sollicités pour éclairer la question de leur expérience.



## ~ NOUVEAUTES STAGES. ~ NOUVEAUTES STAGES. ~

### Nouveaux stages à la rentrée 2016/2017

**1/ Création d'un module d'une journée en réflexologie de « Pratique avancée des zones réflexes »** : ce module d'une journée est destiné aux élèves ayant suivi a minima les modules de Podo-réflexologie Appliquée et « Bilans énergétiques.

Les objectifs sont les suivants:

- ✓ Acquérir une capacité d'analyse des résultats du bilan palpatoire des pieds afin d'élaborer une stratégie d'action adaptée (agencement de différentes techniques au sein du même soin, poser la priorité du choix technique, etc.).
- ✓ déterminer l'intensité de stimulation requise, la vitalité de l'organisme, le type de technique adapté, estimer le nombre de soins et leur rythme.
- ✓ identifier les zones réflexes incriminées, surtout lorsque des zones réflexes de différents systèmes se localisent au même endroit sur le pied (ceinture scapulaire ou poumons? / pancréas, gros intestin, lymphes? / intestins ou urinaires? etc.).
- ✓ déterminer si une congestion tissulaire concentre un point d'acupuncture ou une zone réflexe ou les deux.
- ✓ élaborer une cohérence dans le choix des techniques et des zones réflexes.

La date proposée est le **samedi 15 octobre 2016** et le tarif est de 145€.

**2/ Création d'un module de 2 journées de « Signatures »**. Ce module « réducteur de complexité » est destiné aux élèves ayant suivi a minima le module « Points antiques 2 ». Les objectifs sont les suivants:

- ✓ professionnaliser la pratique des Signatures d'acceptation à travers le retour sur les données techniques et théoriques de contenu de ces Signatures, selon les principes étudiés lors des module 1 et 2 de « Points Antiques ».
- ✓ Développer sa pratique en matière d'utilisation des points antiques.
- ✓ Développer ses capacités d'élaboration de contenu selon la portée qualitative recherchée.
- ✓ Professionnaliser sa technicité dans l'utilisation de ces signatures tout en réduisant la complexité de la pratique.

La session proposée aura lieu les **lundi 12 et mardi 13 septembre 2016** et le tarif est de 325 €.

**Les conditions d'inscription aux examens de décembre 2016 seront précisées dans la Lettre de septembre et sur le site en page adhérent.**  
**Aucune inscription ne sera acceptée avant cette publication.**

**NB 1 : pour l'ensemble des examens, aucun document n'est autorisé en dehors d'un dictionnaire de traduction pour les candidats de langue étrangère.**

**NB 2: pour l'ensemble des examens, il faut être à jour d'adhésion au moment de l'inscription, celle-ci étant déposée en banque le jour de la convocation.**

### **Examens de Praticien en Shiatsu de confort.**

*Cet examen se compose d'une épreuve pratique qui porte sur les protocoles du module 1, du module 2 et du module de shiatsu assis. Un observateur et un receveur apprécient la connaissance des protocoles et la qualité du geste. Une épreuve théorique valide la compréhension de la MTC.*

**Le prochain examen a lieu le lundi 12 décembre 2016** et s'adresse aux personnes ayant terminé la MTC au plus tard en mars 2016. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2015 peuvent se présenter à cette session.

### **Examen de Praticien Professionnel en Shiatsu.**

*Cet examen se passe en deux parties: la première partie sanctionne les connaissances et la pratique relative au 2<sup>ème</sup> cycle. Les candidats engrangeront des Unités de Valeur. Ces dernières se cumuleront avec celles obtenues lors de la 2<sup>ème</sup> partie de l'examen, un an plus tard, unités sanctionnant le 3<sup>ème</sup> cycle de shiatsu. Attention, certaines notes ou certaines réponses peuvent être éliminatoires et nécessiter de repasser la 1<sup>ère</sup> partie.*

#### **1<sup>ère</sup> partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 2<sup>ème</sup> cycle.**

**La prochaine session a lieu le lundi 12 décembre 2016**. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 2<sup>ème</sup> cycle de shiatsu et ayant commencé leur cursus de shiatsu depuis au moins 3 ans. Une épreuve pratique portera sur les techniques du shiatsu fondamental et sur les données anatomiques. L'épreuve écrite portera sur des cas de psycho énergétique, de diététique, d'anatomie, de physio pathologies, etc. Elle permet aux personnes ayant échoué en décembre 2015 de se représenter.

#### **2<sup>ème</sup> partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 3<sup>ème</sup> cycle.**

**La prochaine session a lieu le lundi 12 décembre 2016**. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 3<sup>ème</sup> cycle de shiatsu et ayant commencé leur cursus de shiatsu depuis au moins 4 ans et ayant réussi la 1<sup>ère</sup> partie de l'examen de praticien professionnel au plus tard en 2015. Une épreuve pratique et une épreuve théorique aborderont le contenu du 3<sup>ème</sup> cycle mais également de l'ensemble du cursus. Elle permet aux personnes ayant échoué en décembre 2015 de se représenter.



### **Examens de Praticien de Confort en Réflexologie Plantaire.**

*Cet examen se compose d'une épreuve pratique et d'une épreuve théorique. L'épreuve pratique porte sur les protocoles du module 1 et du module 2. Un observateur et un receveur apprécient la connaissance des protocoles et la qualité du geste. L'épreuve théorique valide la compréhension du module de Théorie Générale des Réflexologies. Contenu de l'examen théorique : questions théoriques sur la Réflexologie douce, d'ordre général sur l'ensemble des réflexologies, analyses de cas théoriques proposés. De plus, le candidat doit apporter les fiches techniques de 3 personnes à qui il aura fait plus de 3 soins (modèle de la fiche remise lors du module Théorie Générale). Une interrogation par écrit sera faite sur ces fiches. **Attention, venir sans les fiches demandées est éliminatoire !!!!** L'examen est d'une durée de 2h.*

**La prochaine session a lieu le mardi 13 décembre 2016** et s'adresse aux personnes ayant terminé le 1<sup>er</sup> cycle de réflexologie plantaire douce au plus tard en janvier 2016. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2015 peuvent se présenter à cette session.

### Examen de Praticien Professionnel en Réflexologie Plantaire.

Cet examen se passe en deux parties: la première partie sanctionne les connaissances et la pratique relative au 2<sup>ème</sup> cycle consacré à la Réflexologie Plantaire Chinoise. Les candidats engrangeront des Unités de Valeur qui se cumuleront avec celles obtenues lors de la 2<sup>ème</sup> partie de l'examen, un an plus tard, unités sanctionnant le 3<sup>ème</sup> cycle de réflexologie. Attention, certaines notes ou certaines réponses peuvent être éliminatoires et nécessiter de repasser la 1<sup>ère</sup> partie.

#### 1<sup>ère</sup> partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 2<sup>ème</sup> cycle consacré à la Réflexologie Plantaire Chinoise

La session a lieu le mardi 13 décembre 2016. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 2<sup>ème</sup> cycle de réflexologie dont le module de RP Chinoise au plus tard en juin 2015 et ayant suivi le module de physio pathologies . Une épreuve pratique portera sur les techniques de réflexologie chinoise et sur les données anatomiques. L'épreuve écrite portera sur des cas théoriques de RP Chinoise, des questions sur la MTC, d'anatomie, de physio pathologies, etc. Elle permet aux personnes ayant échoué en décembre 2015 de se représenter.

#### 2<sup>ème</sup> partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 3<sup>ème</sup> cycle.

La prochaine session a lieu le mardi 13 décembre 2016. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 3<sup>ème</sup> cycle de réflexologie et ayant commencé leur cursus de réflexologie depuis au moins 4 ans et ayant réussi la 1<sup>ère</sup> partie de l'examen de praticien professionnel au plus tard en 2015. Une épreuve pratique et une épreuve théorique aborderont le contenu du 3<sup>ème</sup> cycle mais également de l'ensemble du cursus.

### Examen de praticien en aromathérapie, phyto énergétique et olfactothérapie

Contenu de l'examen : questions de connaissances générales sur les huiles essentielles étudiées à l'Institut, sur les données fondamentales de la MTC, sur la phyto énergétique et ses principes, de même pour l'olfacto thérapie, questions de physio pathologies. De plus, 4 cas théoriques proposés devront être analysés.

La prochaine session aura lieu le mardi 13 décembre 2016 et s'adresse aux personnes ayant terminé le cursus d'aromathérapie au plus tard en octobre 2015 et ayant suivi préalablement le module de physiopathologies en septembre 2015. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de juin 2015 peuvent se présenter à cette session.

Attention, même si l'échec ne concerne qu'une partie de l'examen, l'intégralité de l'examen doit être repassée.

### - INFOS SOIREEES DE PRATIQUE - - INFOS SOIREEES DE PRATIQUE -

Merci de vous référer à cette information ou de vous rendre sur la page « adhérents » de notre site. N'oubliez pas de vérifier le jour de la semaine.

#### Soirées de pratique de Réflexologie Plantaire.

Elles ont lieu de 19 h à 21 h.

Merci donc de ne venir qu'à partir de 18h45 au plus tôt, les séances ne débutant pas avant 19h. Cela facilitera à chacun le départ des stagiaires présents et l'arrivée des personnes venant pratiquer.

Les prochaines soirées auront lieu

En juin: les 10 et 15 (dernière soirée avant les vacances d'été).

En septembre: les 14 et 26.

En octobre: le 15 (dernière soirée avant les vacances de la Toussaint).

Merci de venir avec un drap de bain.

#### Soirées de pratique de Shiatsu.

Elles ont lieu de 19h à 21h.

Merci donc de ne venir au plus tôt qu'à partir de 18h45, les séances ne débutant pas avant 19h. Cela facilitera à chacun le départ des stagiaires présents et l'arrivée des personnes venant pratiquer.

Les prochaines soirées ont lieu

En juin: les 8 et 14 (dernière soirée avant les vacances d'été).

En septembre: les 13 et 23.

En octobre: le 12 (dernière soirée avant les vacances de la Toussaint).

**Infos soirées**

**Soirées Shiatsu et Réflexologie de 19 à 21 h.**

Une salle couverte de tatamis est mise gratuitement à disposition des pratiquants de Shiatsu et de Réflexologie. En la présence et sous la responsabilité de l'un des animateurs ou assistant capé de l'Institut, chacun pourra y améliorer sa pratique. Mais ce ne sont pas des cours !

**RAPPEL!**

**Veillez noter les dates qui vous sont communiquées dans cette lettre ou sur le site.**

**La participation à ces soirées suppose le fait d'être à jour de son adhésion.**

**L'Équipe de l'IFS**

**Responsables:**

Michel  
Nelly

**Animateurs de stage**

Jacques Blanc  
Bertrand Caillet  
Ludovic Charton  
Elske Miles  
Michel Odoul  
David Sayag  
Jean Pélissier  
Raphaël Cario  
Jean François Cludy

**Assistant(e)s « Capés »**

Alain, Carolyn, Catherine, Céline, Laure, Valérie.

**Assistants de stages**

Antoine, Babeth, Bernadette, Caroline, Claire(s), Coralie, Elisabeth, Emmanuel, Emmanuelle, Evelyne, Jean-Marc, Laurent, Laurie, Marianna, Marjolaine, Périne, Sophie, Stéphane et les autres.



Vous pouvez connaître toutes les dates sur les sites internet  
[www.shiatsu-institut.fr](http://www.shiatsu-institut.fr) et [www.reflexologie-institut.fr](http://www.reflexologie-institut.fr)



Module	1° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module 1 Initiation		23, 24, 25 septembre 2016	395 €
Module 2 Tech. Avancées		2, 3, 4 décembre 2016	395 €
Module de Shiatsu Assis		11, 12 mars 2017	295 €
Module de M.T.C.		24, 25, 26 juin + 16, 17, 18 septembre 2016	825 €

Module	2° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module de Psycho-énergétique		17, 18/10 + 28, 29/11/2016 + 18, 19/01 2017	1025 €
Module de Shiatsu Fondamental		20, 21, 22 janvier 2017	525 €
Module d'Anatomie pour le Shiatsu		29, 30, 31 mai 2017	485 €
Module de Do In		15, 16 mars 2017	295 €
Module de Physio Pathologies		9, 10, 11 septembre 2016	485 €
Module de Diététique Energétique		8, 9 mai 2017	295 €

Module	3° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Psychologie Corporelle Appliquée		21, 22/03 + 10, 11/05 + 28, 29/06/2017	1025 €
Shiatsu des Techniques Internes		Deuxième semestre 2017	625 €
Anatomie Fondamentale		Premier semestre 2018	525 €
Psychologie du Praticien		28, 29, 30 sept + 14, 15, 16 nov. 2016	1200 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Pratique de Consultation		12, 13 octobre 2016	325 €
Etude de cas		10 octobre 2016	145 €
Perfectionnement Sh. Fondamental		11 octobre 2016	125 €
Perfectionnements 1 / 2		25 et 26 novembre 2016	125 € / 125 €
Perfectionnement Amma		27 novembre 2016	125 €
Perfectionnement M.T.C.		24 novembre 2016	145 €

Module	1° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module 1 Initiation		26, 27 septembre 2016	295 €
Module 2 Pratique Avancée		5, 6 décembre 2016	325 €
Module 3 de Théorie Générale		17, 18, 19 juin 2016	405 €

Module	2° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de M.T.C.		24, 25, 26 juin + 16, 17, 18 septembre 2016	825 €
Anatomie pour les Réflexologies		25, 26 mars 2017	325 €
Module de Techniques et Postures.		24 mars 2017	145 €
Réflexologie Plantaire Chinoise.		19, 20, 21 mai + 16, 17, 18 juin 2017	1025 €
Module de Physio Pathologies		9, 10, 11 septembre 2016	485 €

Module	3° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de Podo-Réflexologie Appliquée		Deuxième semestre 2017	1025 €
Module de Réflexologie Faciale		30/11, 01/12/2016 + 23, 24 /01/2017	645 €
Anatomie Haut Niveau pour les R P		22, 23 mai 2017	325 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Supervision		19, 20 novembre 2016	295 €
Perfectionnement RP Douce		7 novembre 2016	125 €
Perfectionnement Podo réflexologie		17 novembre 2016	125 €
Perfectionnement RP Faciale		18 novembre 2016	145 €
Perfectionnement RP Chinoise		23 novembre 2016	125 €
Perfectionnement M.T.C.		24 novembre 2016	145 €
Pratique Avancée Zones Réflexes		15 octobre 2016	145 €
Module de Diététique Energétique		8, 9 mai 2017	295 €

Module	CYCLE HUILES ESSENTIELLES	date	tarif
Module d'Initiation		01 et 02 octobre 2016	295 €
Module Aroma Pro		6, 7, 8 janvier 2017	485 €
Module de M.T.C.		24, 25, 26 juin + 16, 17, 18 septembre 2016	825 €
Module de Phyto-énergétique		20, 21, 22 juin 2016	485 €
Module d'Olfacto-thérapie		7, 8, 9 octobre 2016	455 €
Module de Physio-pathologies		9, 10, 11 septembre 2016	485 €
Module de Diététique Energétique		8, 9 mai 2017	295 €

Tarifs valables jusqu'en juin 2016. L'Institut se réserve le droit de modifier, pour des raisons de bonne organisation, les dates de tout module non encore confirmé.