

La Lettre

“de l'Institut Français de Shiatsu”

ÉDITORIAL

Lettre trimestrielle de
l'Institut Français
de Shiatsu

N°67 - AUTOMNE 2018-
8 € -
le 05 septembre 2018.



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

www.reflexologie-institut.fr

page facebook

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

Dé à coudre...

Rencontrer dans la réalité des principes intellectuels auxquels on croit est toujours une expérience touchante et réjouissante. Parce qu'en fait, beaucoup des croyances qui sont les nôtres, sont plus conceptuelles que véritablement charnelles. Elles ont souvent, comme une reproduction de foi, pour but de conforter ce à quoi nous croyons, plutôt qu'à le confirmer réellement. C'est pourquoi leur rencontre « réelle » bouscule parce qu'elle pousse à devoir « croire » le reste, c'est-à-dire tout ce qui est impliqué par cette parcelle de vérité.

C'est ce que nous avons vécu cet été avec Nelly. Nous étions présents tout le mois de juillet à Avignon, pour le Festival, afin d'accompagner la pièce de théâtre « L'Entorse », inspirée par « Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi ». Jusque là rien de neuf. Mais au fur et à mesure du Festival Off, nous avons découvert combien les principes de synchronicité, d'inconscient collectif et d'intrication sont réels et puissants.

Plus de 1530 pièces de théâtres se sont jouées à Avignon, en 2018. Le panel fut donc particulièrement important, et plus d'un million de personnes sont venues assister à ce que la fibre inconsciente collective avait envie ou besoin d'exprimer. Quelle gifle! Quelle richesse et quelle profondeur de contenus! One man shows, troupes et compagnies répondaient de façon pregnante au besoin de sens et aux interpellations comportementales. Des spectacles comme « L'entorse » bien sûr, mais aussi comme cette remarquable pièce intitulée « Les passagers de l'aube » (Violaine Arzac, Compagnie le Théâtre des possibles) ou ce one man show décapant de finesse « Toi tu te tais » interprété par Narcisse, ont porté un message fort: ce que nous sommes et ce que nous vivons ne sont pas des hasards mais des « conséquences ».

Cette idée n'est pas nouvelle pour la plupart d'entre vous. Vous l'avez rencontré à de multiples reprises à l'Institut. Elle n'est pas nouvelle non plus, lorsqu'on assiste à une représentation de « L'entorse », puisque le propos de cette pièce est la mise en lumière, simple et quotidienne de ce qui se cache derrière nos douleurs ou nos blessures. A travers notre corps, des pans subtils et profonds de nous-

mêmes nous interpellent et nous invitent à « comprendre ». Mais ce qui est révélateur c'est que d'autres pièces et d'autres auteurs nous proposent les mêmes réflexions, comme si tout cela venait d'un fond commun, « trans-individuel » et profondément révélateur de l'illusion pathogène des croyances de « séparation » voire de morcellement des êtres.

La pièce « Les passagers de l'aube » explore magistralement cette question, à travers les déchirements personnels et professionnels de jeunes neuro-chirurgiens, confrontés à « l'impossibilité scientifique » des EMI (expériences de mort imminente). Les certitudes ne tiennent plus face au réel. Elles résistent un peu grâce au replâtrage des croyances par le déni, mais la vie est taquine. Elle nous conduit jusqu'au bout, quand nous sommes « devenus mûrs ».

Elle nous conduit vers ces frontières, ces limites du mental, qui est terrorisé par ce qui lui échappe, à l'instar de cette physique quantique, au propos si proches des nôtres. C'est d'elle que provient cette analogie du « dé à coudre » qui contiendrait l'univers entier si l'on n'y mettait que les « grains de matière » que le constituant (et qui le contenait à son origine

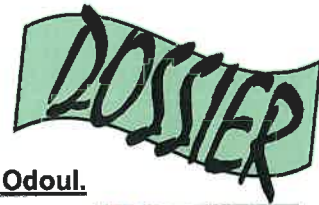
juste avant le fameux big bang). Ce dé à coudre évoqué dans les spectacles précités et d'où toutes les particules que nous sommes, proviennent. Et cette « origine commune » crée des liens, semble t-il permanents, éternels et essentiels entre tout et tous... On parle « d'intrication » en physique quantique, où l'on démontre que deux particules ayant partagés leur réalité, restent intriquées et réagissent simultanément, quelle que soit les distances ou le temps qui les sépare...

Chaque mot, chaque pensée touche tout et tout le monde. Les témoignages rapportés et scientifiquement (le grand mot est lâché!) compilés, le disent, le répètent, le martèlent. Et certains disent même que ces mots et ces pensées nous créent et créent le monde. Alors peut-être qu'à l'inverse de Descartes, devrions nous dire : *Je suis ce que je pense*.

Et ça, c'est une sacrée responsabilité. Belle rentrée à tous.

Michel Odoul.

Rencontres chinoises...



Un dossier proposé par Michel Odoul.

Le dossier de notre précédente Lettre de juin, nous a permis d'évoquer la richesse de notre voyage d'avril dernier au Japon. Cependant celle-ci dépasse largement tout ce qui a déjà été évoqué. Elle le dépasse à travers les suites directes de ce voyage et la rencontre avec le Shiatsu, puisque cet été, nous avons eu l'honneur et le privilège de recevoir à l'Institut, des représentants émérites du Japan Shiatsu Collège (école Namikoshi). Et ce n'était pas une mince affaire, puisque c'était la première fois au monde que cette école, la première et la plus importante du Japon, acceptait de quitter la terre natale pour rencontrer et former des représentants d'une école étrangère pratiquant un style différent (voir page 12). Un tel événement exige la réalisation d'un dossier complet. Ce sera celui de la prochaine Lettre.



Mais notre voyage au Japon a eu une autre conséquence, non négligeable également, celle de la rencontre avec la Chine! Et là aussi, quelle rencontre! Quelle richesse informationnelle et humaine! Et quelle leçon de savoir faire et de savoir être! Avec pour conclure, des ouvertures inattendues et inespérées.

Lisez plutôt.

Écrire une fleur.

Écrire une fleur. Voilà l'expression qui résume une grande partie de notre détour par la Chine. Lors de notre voyage de retour du Japon, nous avons en effet saisi l'opportunité d'une escale prolongée à Pékin, afin d'y rencontrer mon éditeur chinois et de visiter un centre de M.T.C.

Rencontrer des sites.

Le bilan de ce voyage est pour moi assez ambivalent. Autant pour le Japon, l'évidence est que l'on y rencontre *plus* que le mythe, autant pour la Chine, ce n'est pas le cas.



L'extraordinaire Grande Muraille



On y rencontre le mythe, avec la découverte de la Grande Muraille et le site est indéniablement impressionnant, dans ses dimensions et dans son environnement.

Mais, avec la Cité Interdite et la Place Tien An Men, nous ne sommes plus en face d'un mythe. Cela peut sembler étonnant mais ce qui émane de ces deux endroits, ce sont, certes leur gigantisme, mais surtout le fait que ce sont des lieux phagocytés par une foule bigarrée et incroyable qui les a transformés en « sinoland », le point de focale de ce phénomène étant le mausolée de Mao.

Des kilomètres de queue, patiente et bruyante, se forment dès très tôt le matin, et ce jusqu'au soir pour défiler devant son tombeau. Je ne sais pas trop quoi dire devant cela. Culte entretenu, superstition, réel respect pour lui, un peu des trois? Le sentiment est le même, après la visite du Palais d'été. L'épisode historique « *du sac du Palais d'été* » par les soldats français et anglais, reste un traumatisme pour les chinois. Cette ancienne résidence impériale fut en effet entièrement pillée et dévastées lors de la deuxième « guerre de l'opium » en octobre 1860.



La queue Place Tien An Men à Pékin.

Les chinois évoquent encore aujourd'hui ce triste épisode, avec des accents d'incompréhension palpables, et cela peut se comprendre. Cependant, la restauration qui en a été faite dans les années 1980, en fait un vrai Disneyland. Un parc avec un gigantesque lac artificiel, sur lequel naviguent des barques bigarrées à tête et queue de dragon et des groupes bruyants qui se pressent pour y monter, voilà l'impression visuelle qui reste. Certes, ici aussi

L'être humain ne se réduit pas à ce que nous voyons ou croyons voir. Il est toujours infiniment plus grand, plus profond que nos jugements étroits ne peuvent le dire...

Marie de Hennezel.



Rencontres chinoises...

les dimensions sont impressionnantes, mais il ne faut pas oublier que ce Palais d'été, était à l'origine, un parc décidé par l'empereur Yongzheng et puis terminé par Qianlong, pour sa mère, afin qu'elle puisse admirer tous les différents paysages qu'il avait aimé lors de ses propres voyages à travers l'empire.



La Cité Interdite à Pékin.

Par conséquent, à Pékin, tout est grand et démonstratif. On ne suggère pas, on montre. Les formes, les couleurs, les dimensions ne traduisent pas de la finesse mais de la force et de la prouesse. C'est de puissance dont on parle, plus que de noblesse. Alors bien sûr que le sentiment qui reste porte à réflexion.

Rencontrer un peuple.

La rencontre avec le peuple chinois est aussi interpellante. La foule est bigarrée, elle bouscule sans vergogne et de façon tout à fait naturelle, crache encore beaucoup dans la première poubelle venue. Elle dévisage les occidentaux comme nous le faisons avec les animaux dans les jardins zoologiques.

Les voitures, de la plus luxueuse à la plus « fatiguée », croisent les triporteurs chargés d'une montagne de cartons ou d'une ribambelle familiale, parfois les deux, parfois pétaradant mais la plupart du temps électriques. Les vélos circulent à contresens (à supposer qu'il y ait un sens pour eux !) et les piétons sont d'une inébranlable nonchalance face aux coups de klaxon. Tout ce

chaos circule et se déplace ainsi partout, même dans les ruelles étroites des « hutong », ces vieux quartiers préservés de l'inflation immobilière, générant un grouillement incroyable qui laisse un sentiment de capharnaüm.



A l'entrée d'un hutong.

Et pourtant cela fonctionne car chacun respecte une sorte de règle non-dite. En presque une semaine dans une circulation d'une densité ahurissante, nous n'avons vu que trois accrochages. Aucune agressivité n'émerge nulle part et si les klaxons résonnent sans cesse, ce n'est pas pour agresser ou exprimer de la vindicte, c'est seulement pour prévenir, retrouvant là leur sens premier « d'avertisseur ».

Si l'on nous dévisage, ce n'est pas de la provocation ou de l'animosité, c'est de la curiosité pure et simple. De nombreuses chinoises ont voulu être prises en photo avec Nelly et à chaque fois se sont serrées contre elle, comme si elles étaient fières de fixer cet instant de rencontre avec « un autre ». En fait tous ces comportements qui nous semblent « rustres », sont plutôt « frustrés », car, en fait, la plus grande partie de la population qui, comme nous, vient à Pékin, est touristique, comme c'est le cas pour nous aussi. Seulement elle vient des provinces et des campagnes, parfois très éloignées de la capitale et n'a pas les codes du comportement « urbain » pékinois. Malgré cela force est de constater que Pékin, comme le Palais d'été (à 30 km) ou la

Grande Muraille (à 80 km de Pékin), tout est d'une propreté à faire pâlir de honte la ville de Paris.

Alors sans doute faut-il éviter les jugements ou les constats de premier degré, et c'est je crois cette formule lancée apparemment hors propos par notre guide: « *je ne dessine pas la fleur, je l'écris* » qui exprime ce qui est réellement. Peut-être bien que tout est dit dans cette phrase qu'il a prononcée alors qu'il nous parlait de sa passion, la calligraphie. Sans doute qu'à la différence du Japon où tout est sublimé et suggéré « en creux », en Chine, le sensible est caché derrière le bruit, le baroque et l'excessif. Je crois que cela va bouger vite. Je n'en voudrais pour preuve que la remarque faite par mon éditeur chinois que j'ai rencontré sur place. A ma question sur les raisons pour lesquelles il avait eu envie de publier « Dis moi où tu as mal », sa réponse fut simple: « *d'abord à cause du titre* »!



Visite aux éditions Equus.

Il nous a ensuite expliqué que les chinois veulent de plus en plus aller au delà de ce qu'ils connaissent et pratiquent déjà, à savoir une médecine globale et plurimillénaire. Ils veulent comprendre et exprimer, ils veulent dépasser la pudeur émotionnelle qui est la leur et qui s'est depuis toujours cachée derrière les codes poétiques de la MTC. Alors, de plus en plus, plutôt que de parler d'attaque de Feu sur le visage, comme cela s'est toujours fait, ils veulent maintenant comprendre et nommer l'émotion ressentie.

Les caresses sont aussi nécessaires à la vie des sentiments que les feuilles le sont aux arbres. Sans elles l'amour meurt par la racine...

Nathaniel Hawthorne.

DOSSIER

Rencontres chinoises...

Rencontrer la MTC d'aujourd'hui.

C'est également ce que nous avons ressenti lorsque nous avons eu le privilège d'être reçus, par deux médecins, dans le plus grand hôpital de MTC de Pékin. Ce fut impressionnant à tous points de vue (foule dans les files d'attente pour les consultations, devant les guichets de remise des préparations de pharmacopée, etc.).



La file d'attente à l'étage VIP

Notre rencontre fut particulièrement privilégiée car elle ne fut possible qu'après intervention de différents réseaux, dont l'Ambassade de France à Pékin, sans quoi rien n'aurait été possible. L'accès à de tels lieux de soins n'est en effet normalement pas possible actuellement, pour des étrangers « non-introduits ». Nous fûmes donc d'autant plus fiers d'avoir été reçus par deux médecins référents de l'hôpital Guang'Anmen, siège de la China Academy of Chinese Medical Science.



La qualité et la vraie humilité de l'accueil de ces deux médecins, les Dr Guo Jiang et Liu Xinyan, laissent perplexes. Qui sommes nous pour mériter un tel accueil ? Sans doute se sont-ils renseignés avant de me recevoir et ont-ils su que nous sommes particulièrement intéressés par la M.T.C. Cependant, malgré cela, leur sentiment aurait pu être celui d'être « ceux qui savent », face à un « petit occidental qui ne sait rien ». Or ce n'est jamais ce qui a transparu. Rendez-vous compte ! Ces deux praticiens avaient « tout simplement » bloqué un après-midi de leur temps de consultation pour nous recevoir ! Ils étaient certes fiers de montrer ce qu'ils font ainsi que la qualité technologique de très haut niveau de leur pratique, mais ont en permanence accueilli nos questions avec un intérêt réel.



Devant l'Hôpital Guang' An Men

Et quelle technologie. L'hôpital Guang' Anmen est tout sauf une « échoppe enfumée où des médecins à barbichette traite avec des aiguilles ou des moxas ». C'est un immeuble neuf, d'une dizaine d'étages (nous avons été

reçus au 11^{ème} étage), composé de trois bâtiments impressionnants par leur dimensions, et où, en moyenne, 7000 consultations sont effectuées par semaine.

Chaque consultation peut être faite et suivie en direct par n'importe quel médecin dans le monde, pour un de ses patients qui serait venu consulter au Guang' Anmen Hospital.

Chaque médecin officiant là, est obligatoirement aussi médecin de « Western Medecine ». Et pourtant le Dr Guo Jiang fut honoré de nous faire une démonstration de Qi Qong et de Taï Chi. Le moment fut irréel pour nous. Rendez-vous compte, un médecin en blouse blanche qui enchaîne devant une table de soins, des appareils électroniques et deux ordinateurs, une « danse d'énergie » stupéfiante de densité et de précision.



Les Dr Guo et Liu.

Le Dr Guo nous expliqua ensuite que pour pratiquer leur médecine (M.T.C.), et notamment l'acupuncture et la moxibustion pour la Dre Liu Xinyan (ses spécialités) et le Tuina pour le Dr Guo, il faut travailler sans cesse son énergie, sinon on est un mauvais médecin. Sacrée leçon et sacré rappel à l'ordre pour qui voudrait penser « qu'il est arrivé » et que Misogi est superflu ou évitable.

Rencontres chinoises...



Rencontrer la pratique.

Une consultation se déroule selon un cadre équivalent à celui que nous pratiquons. Le patient fait l'objet d'un diagnostic énergétique complet (type physique, posture, visage, œil, langue, voix, entretien, prise des pouls) ET d'un diagnostic occidental (avec scanners, IRM, etc, si nécessaire). Ensuite, selon le diagnostic, le patient est traité en M.T.C. ou en W.M. (western medicine = médecine occidentale).



La Dre Liu dans le cabinet.

Toute pathologie chronique ou « non en crise » sera traitée en M.T.C., puisque les patients viennent à l'hôpital Guang' Anmen pour cela, quel que soit leur âge, des petits enfants aux aîeuls voûtés. Tout problème de type « crise » sera traité en allopathie. Les traitements M.T.C. sont multiples et adaptés au patient, avec toujours la même finalité : traiter la cause et non l'effet, rétablir les flux fondamentaux et non lutter contre le symptôme (cela doit résonner pour la plupart d'entre vous...). Pour cela, le Tuina, l'acupuncture, la moxibustion et la pharmacopée sont les principaux outils. Les praticiens conseillent également des pratiques physiques et énergétiques comme le Tai Chi Chuan, le Qi Gong ou le Kung Fu, ainsi que des comportements alimentaires ou des conseils de gestion des émotions. Toutes les préparations de pharmacopée chinoise sont faites sur place et nous avons eu l'honneur d'être

autorisés à pénétrer dans l'impressionnant laboratoire de l'hôpital où l'hyper technicité des machines et des étuves cohabite avec des dosages effectués manuellement par des préparatrices expertes...



Les préparatrices au travail.

Afin d'être en capacité d'effectuer les deux diagnostics (chinois et occidental), les médecins de l'hôpital Guang' Anmen doivent étudier les deux médecines. Selon le Dr Guo, *ils doivent aussi bien connaître la physiologie que la psychologie, afin de traiter correctement le patient.* En moyenne, la formation en M.T.C. (Tuina et autres) dure 5 années.

Au niveau prise en charge de ces deux médecines, 70% des patients sont reçus dans le cadre des assurances maladies et 30% consultent à titre privé et paient leur consultation.

Selon le type de problème à traiter, le patient peut avoir besoin de 1 à 2 séances pour des questions simples (difficultés de sommeil par exemple) jusqu'à 8 à 20 séances pour des questions internes plus graves (dysfonctionnement organique, pathologies chroniques, etc.).

Conclusion.

En conclusion et en synthèse de nos longs échanges passionnés et partagés, deux éléments très forts ressortent. Tout d'abord nous avons pu constater combien notre pratique de la M.T.C. est similaire à celle pratiquée traditionnellement, a minima pour ce qui est des protocoles de consultation. Le deuxième élément est le constat qu'aujourd'hui en Chine, la M.T.C. est impressionnante de modernité et de tradition. C'est important de le découvrir et de le dire. Nous pourrions effectivement avoir tendance à penser que du fait qu'il s'agit d'une médecine traditionnelle ancienne, elle doit être archaïque et folklorique. Il n'en est rien. La M.T.C. aujourd'hui en Chine, est « moderne », c'est-à-dire actuelle, technologique, rigoureuse dans sa forme et dans son usage. Elle n'a rien à envier à la plus performante des médecines occidentales, avec un petit supplément d'âme non négligeable : c'est le patient qui est au centre de la consultation et non le symptôme.

Et comment conclure également, sans évoquer cette invitation qui nous a été faite de venir, quand nous le voulons, nous-mêmes ou des représentants de l'Institut, pour nous former. Que ce soit pour un mois, deux, six mois ou plus, les Dr Guo et Liu nous assurent le meilleur accueil. Ils conclurent d'ailleurs en élargissant leur invitation à tout besoin éventuel de consultation personnelle, si besoin était lors d'un prochain voyage.

Respect!

Michel Odoul.



« Quelques » mutuelles prenant en charge les consultations...

Clin d'œil, tout est dans tout, le dé à coudre, vous dis-je...

L'article qui suit nous est proposé par Lukasz Jablonski, médecin et praticien en shiatsu et psycho énergétique et en réflexologie douce et chinoise. En fait, je devrais plutôt dire « praticien en shiatsu, réflexologie et médecin » car cela correspond effectivement au parcours professionnel de Lukasz.

En 2003, Lukasz commence sa formation en shiatsu à l'Institut, formation qui le conduira jusqu'à l'examen de praticien professionnel en shiatsu, psycho énergétique et psychologie corporelle qu'il réussit brillamment en 2008 ! Il devient alors un praticien référencé par l'Institut sur Rouen et complète sa formation à l'Institut par la réflexologie plantaire.

Puis il décide de faire ses études de médecine ! Connaissant son niveau d'investissement, nous n'avions aucune inquiétude quant à sa réussite. Lukasz fait en effet partie des stagiaires les plus brillants et les plus assidus que nous ayons pu connaître depuis 22 ans, que ce soit pour assister aux soirées d'entraînement (bien que venant de Rouen) ou pour être assistant sur les stages pendant sa formation. Il nous présente aujourd'hui son quotidien d'interne en médecine dans les six derniers mois de son internat .

Lisez plutôt.. Vous découvrirez combien son vécu rentre en résonance avec le dossier « Rencontres chinoises »...
Bravo à Lukasz pour cette expérience française de médecine intégrative !

Michel Odoul.



Une avalanche d'ouvertures.

Voici le récit de mon 6e et dernier semestre d'internat de médecine générale. La dernière ligne (droite) de 10 années d'études. J'ai travaillé en tant que médecin de la douleur et en soins palliatifs au centre de Cancérologie de Rouen. Avant de prendre ce poste, je suis allé proposer au chef de service des séances d'acupuncture pour les patients. Ce qu'il a accepté. Il y croit lui à l'acupuncture comme il dit. Alors en cadeau de fin d'étude, j'abandonne le stéthoscope qui orne une des poches de ma blouse pour y mettre une boîte d'aiguilles d'acupuncture.

Connaissant le milieu hospitalier et la manière dont un interne en médecine se retrouve hypersollicité, je laisse venir et voir si cela se mettra réellement en place. Je me dis que si j'arrive à faire une séance par jour ce sera déjà un bon début. Un cadre précis est posé avec les équipes médicales et des séances se mettent en place rapidement. Après un mois, je pratique l'acupuncture quotidiennement soit dans les services d'hospitalisation soit en consultation.

Face à ce mouvement qui s'amorce, je sème des graines ici et là : à la fin d'une réunion, je propose

à un chef de clinique de faire un cours sur l'acupuncture aux étudiants en médecine. Sa réponse est immédiate : « oui bien sûr, mais c'est surtout à nous médecins que tu devrais le faire ce cours, on n'y connaît rien ».

Au final ce sont 4 cours qui auront lieu. Je me contente de parler la « langue maternelle » de mes interlocuteurs : celle de la science classique. Je leur présente l'état de la recherche fondamentale, des études existantes et des preuves scientifiques établies par les outils modernes. Et puis, chaque étudiant a eu une aiguille et a pu se piquer un point. Une première expérience pour la plupart d'entre eux. (Les médecins quant à eux, noyés dans leurs tâches quotidiennes, ne pourront pas participer à ces cours. Cela aura éveillé leur curiosité et donné moult occasions d'échanges très riches).

Quelques semaines plus tard, à une pause café, on parle « huiles essentielles » avec les infirmières du service et je lâche discrètement un « *je peux vous faire un topo sur l'aromathérapie si ça vous intéresse* ». Et voilà que c'est un cours d'une après-midi qui se met en place, puis un 2e parce que la salle de cours est trop petite pour accueillir les personnes intéressées : des infirmières, des aides-soignants, des psychologues, des diététiciennes mais

aussi des médecins oncologues. Et il y en aura un 3e tant la demande est importante, dans la salle de conférence de l'hôpital pour que tout le monde puisse venir.



Après des retours très positifs sur ces initiations à l'aromathérapie, j'ai commencé à prescrire des mélanges d'huiles essentielles à la fois dans les services d'hospitalisation du Centre de cancérologie et au cours de mes consultations régulières. J'ai notamment conseillé le niaouli pour la prévention des effets secondaires de la radiothérapie. Quelques semaines plus tard, je reçois un mail du cadre du service de radiothérapie qui me dit (je cite) : « les résultats sur tel patient sont spectaculaires. Pourriez-vous nous faire une présentation spécifique sur ce qui pourrait être proposé à nos patients en cours de radiothérapie ? ». Là aussi ce sera 2 présentations qui auront lieu : une aux médecins-radiothérapeutes et une 2e pour tout le Centre en salle de conférence, une fois de plus. Les retours sont toujours aussi positifs et des demandes d'informations sur comment se former à l'aromathérapie pour pouvoir l'introduire à l'hôpital de manière régulière m'ont été faites.

Et ça a continué sur la même tonalité d'ouverture : je sors d'une consultation d'acupuncture, le médecin qui m'encadre me demande comment elle s'est passée. Je lui réponds spontanément, oubliant un instant que mon interlocuteur ne connaît pas l'énergétique chinoise: « plutôt bien, je lui ai tonifié les reins ». Cette simple phrase sera le point de départ d'un nouveau cours pour les médecins sur l'énergétique chinoise. Leur curiosité semble éveillée par ce qu'ils trouvent dans mes compte-rendus. C'est à dire un bilan énergétique, et les points consignés dans les dossiers des patients de la même façon que le serait des médicaments ou encore une prescription de kiné. Alors je replonge avec enthousiasme dans une présentation sur les fondamentaux (yin/yang, l'homme entre ciel et terre et les 5 principes). Bref, des choses simples.

Parallèlement, j'aurai la même demande de la part des psychologues du Centre, tous d'obédience lacanienne. Une après-midi entière de présentation suivi d'un échange sur les bases de la MTC. Je me dis que tout est possible (une fois de plus..) Quelques semaines plus tard, un coup de fil d'un médecin, comme j'en reçois désormais quotidiennement, et qui me demande une séance d'acupuncture pour une patiente qui souffre de nausées et de vomissements malgré 6 traitements médicamenteux simultanés et quotidien dont les plus récents et les plus performants connus. Quand elle me donne le nom et le numéro de la chambre de la personne, je réalise qu'il s'agit du service d'hématologie et dans le secteur d'isolement des patients en préparation au greffe de cellules!

Pour la petite histoire, il faut savoir que les hématologues sont les moins « consommateurs » de soins alternatifs alors que le Centre où je travaille propose aussi de l'hypnose, de la sophrologie, du massage bien-être, des soins de socio-esthétiques, le passage d'un clown thérapeutique, des groupes

de parole. Mais les demandes émanant des hématologues sont exceptionnelles. Alors je découvre le secteur protégé où les patients sont en isolement complet. La séance d'acupuncture ressemble alors à une préparation à l'entrée dans un bloc opératoire. Je mesure le risque et en même temps je vois que la confiance est installée. Je ne veux pas rater ce rendez-vous.

Comme d'habitude, je fais simple et global. Et dès le lendemain de mon passage auprès de cette personne, j'ai les premiers retours des hématologues surpris et enthousiastes. Plus une seule plainte concernant ces nausées. Une 2e séance d'acupuncture de « consolidation » et la patiente n'avait plus besoin que d'un seul traitement et seulement au cas où. Depuis, je reçois des demandes de séances d'acupuncture du service d'hématologie de manière régulière.

Et puis, on me propose de participer au congrès national d'oncologie qui s'est tenue à Rouen dans un lieu au nom qui me fait sourire encore : le MTC (medical training center). Alors avec un nom comme ça c'est une matinée complète et 4 ateliers d'une heure sur l'acupuncture et la médecine chinoise que j'ai animé. Au total, une centaine de futurs oncologues auront eu une aiguille à la main, ont pu l'utiliser et avoir suivi une présentation sur l'état de la recherche scientifique sur le sujet.

Les retours en masse me sont revenus instantanément au buffet-déjeuner qui s'est tenu dans la foulée de cette matinée marathon pour moi. Et des questions, des échanges, des demandes d'informations sur quoi lire et où se former pour faire ce que je fais, qui adresser en acupuncture, pour quelles problématiques etc.

Un « détail » au passage au milieu de cette liste d'opportunités : j'ai animé une journée complète de découverte de la réflexologie plantaire aux équipes paramédicales.

Cela aura débouché sur des demandes de formations du personnel pour introduire la réflexologie plantaire dans le Centre.

Enfin, j'ai envie de vous parler de la cerise sur le gâteau. A mesure que j'échangeais avec les médecins et les étudiants en médecine sur mes activités je constatais 2 choses : à la fois leur enthousiasme et leur curiosité mais également leur déception et leur frustration de ne pas rencontrer ces approches dans leur formation médicale. L'augmentation constante des connaissances à acquérir dans leur spécialité ne permettant, a priori pas, de consacrer de temps à ces approches.

C'est en tout cas leur analyse. M'est alors venue une idée : pourquoi ne pas proposer quelque chose pour répondre à cette demande existante. Une sorte de formation où il s'agirait de découvrir, par la pratique, plusieurs approches complémentaires. J'ai rencontré le doyen de la faculté de médecine de Rouen qui est prêt à soutenir un projet dans ce sens. Nous y travaillons. Je ne manquerai pas de vous en dire davantage au moment venu.

Une avalanches d'ouvertures! Alors je suis plein d'enthousiasme devant ce constat, et fier d'être au milieu de ce mouvement. Et en même temps, je suis conscient de la nécessaire prudence à cultiver pour que les avancées soient respectueuses du rythme de chacun, et notamment de l'institution et de ses inerties. Je ne sais pas encore si tout cela est un épiphénomène de quelque chose qui aurait besoin de mûrir encore, ou bien un signe patent que ce que l'on peut proposer dans nos cabinets, de ce qui vient frapper à la porte du cœur du système de santé de notre pays. Mais je peux vous assurer que pouvoir s'exprimer avec autant de liberté et récolter autant de fruits de tant de travail m'a donné énormément de bonheur.

Lukasz Jablonski.



Les Réflexologies à l'honneur...

Cette année aura lieu, la dernière semaine du mois de septembre, comme tous les ans depuis presque deux décennies, la World Reflexology Week (WRW), la semaine mondiale de réflexologie. Pour célébrer cet événement d'envergure mondiale à l'institut, je souhaite revenir sur quelques éléments clés dans l'histoire de la réflexologie et mettre en exergue les contributions très importantes de deux médecins français à l'établissement des réflexothérapies.

A l'initiative de l'organisme professionnel des praticiens en réflexologie, l'ICR (International Council of Reflexologists fondé en 1991 à Toronto), la World Reflexology Week a été lancée officiellement à Londres en 2000. Depuis 18 ans maintenant, les praticiens professionnels du monde entier sont invités à faire connaître largement les bienfaits de cette technique corporelle complémentaire et à promouvoir la réflexologie en accord avec la réglementation en vigueur dans leurs pays respectifs.

Cet événement reçoit énormément de soutien de la part des professionnels de la santé dans les pays où la réflexologie plantaire est ancrée en tant que thérapie complémentaire reconnue depuis plusieurs décennies. C'est une initiative particulièrement dynamique qui fédère la participation de beaucoup de praticiens majoritairement dans les pays anglophones où la réflexologie est une des techniques corporelles énergétiques les plus reconnues et intégrées en tant que médecine complémentaire... Cette reconnaissance est évidemment due à l'histoire de l'enseignement de la réflexologie plantaire et palmaire dans ces pays.

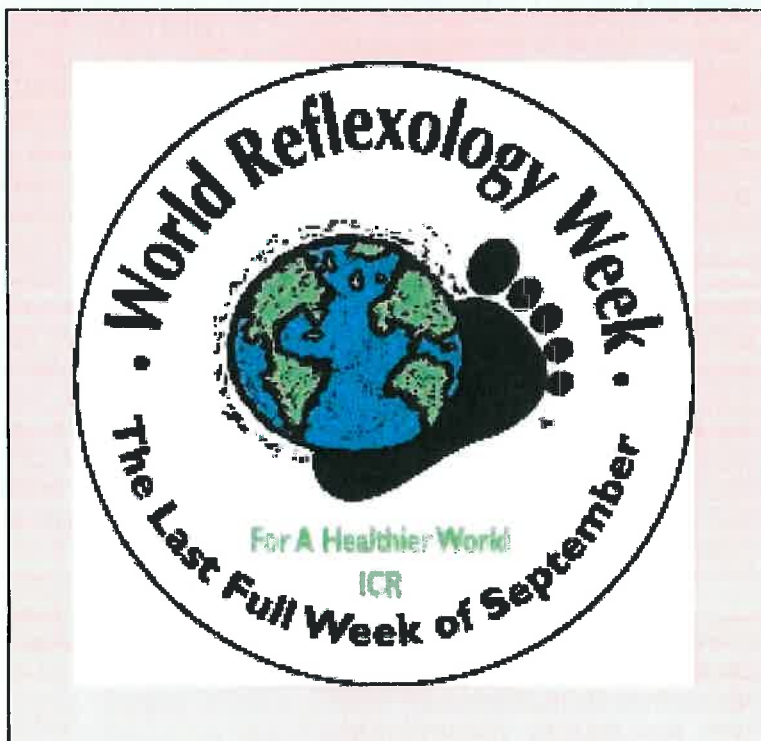
Le point de départ de la réflexologie plantaire se trouve aux Etats Unis où Madame Eunice Ingham a poursuivi la théorie zonale développée par le médecin américain, spécialiste en ORL, le Dr. Fitzgerald. Suivant cette théorie fondatrice de la réflexologie qui divise le corps en 10 zones longitudinales allant des mains aux pieds et des pieds aux mains en passant par la tête, tous les organes et tou-

tes les parties du corps se situant au sein d'une même zone longitudinale peuvent être influencées en exerçant une stimulation au sein de cette même zone au niveau des extrémités.



L'enseignement de Madame Ingham a franchi les frontières des USA grâce à son neveu, Dwight Byers qui animait des stages de formation au Canada et en Angleterre et grâce à l'une des élèves qu'elle avait formées, Madame Doreen Bayly. Cette dernière, originaire de Grande Bretagne, a enseigné la technique Ingham dans les années 60 en Angleterre avant de faire évoluer la technique originelle Ingham et de fonder la première école officielle de réflexologie plantaire en GB en 1978. the Bayly School of Reflexology. De là, cette technique novatrice et simple de stimulation manuelle des zones réflexes des pieds et des mains a été transmise dans tous les pays du Commonwealth et notamment en Australie et en Afrique du Sud.

La situation de la réflexologie plantaire en France est bien différente, car la technique est connue depuis moins longtemps du grand public. Aujourd'hui ce statut est en pleine évolution, notamment grâce aux efforts des instituts de formation à professionnaliser l'enseignement de la réflexologie. Cette professionnalisation va de pair avec une compréhension plus approfondie des réflexothérapies dans leur ensemble, non pas uniquement de la réflexologie plantaire telle que Madame Ingham l'a initiée.





Les Réflexologies à l'honneur...

C'est en me formant à la réflexologie faciale (le *dien chan*) au Vietnam que j'ai pris la mesure de la contribution de la France à la réflexologie. En 2005, j'étais reçue à l'hôpital de Médecine traditionnelle du Vietnam à Hanoi comme une célébrité : toutes les portes m'ont été ouvertes quand j'ai sollicité un rendez-vous avec les personnes responsables des techniques de massage en précisant que j'étais formatrice professionnelle de réflexologues en France... Les mots d'ordre étaient « Réflexologie » et « France ». En effet, tous les médecins au Vietnam connaissent l'oeuvre du médecin généraliste français, le Dr Paul Nogier, fondateur de l'auriculothérapie qui est certainement la réflexothérapie la plus reconnue dans le monde médical et ceci au niveau international.

L'origine américaine de la réflexologie plantaire et son enseignement à un public large en dehors du cadre médical par Ingham, Bayly et Byers expliquent l'énorme différence d'appréciation et de reconnaissance officielle qui existait entre la réflexologie (considérée comme une médecine douce) et la réflexothérapie (thérapie de soin pratiquée par des médecins). Il y a encore dix ans, la plupart des praticiens qui exerçaient la réflexologie plantaire en France ignoraient l'héritage profond que la France a légué à la compréhension des techniques corporelles agissant par réflexe.

Mon présent article dans *La Lettre* est une contribution à la mouvance internationale pour faire connaître les différentes formes de réflexologie et promouvoir une compréhension approfondie des réflexothérapies. En relisant l'oeuvre du Dr Fitzgerald cet été, un détail a retenu plus particulièrement mon attention. Il s'agit de l'origine du développement de sa théorie des zones.

Dans sa publication de référence, *Zone Therapy or Relieving Pain at Home* (1917), le Dr. Fitzgerald explique comment il a découvert en 1911 l'effet anesthésiant d'une stimulation donnée sur une partie du corps éloignée de l'endroit de la stimulation. Il dit que sa découverte a été fortuite. Un jour il a exercé une pression légère au niveau de la muqueuse du nez à l'aide d'un stylet dont le bout était recouvert d'ouate de coton: l'effet anesthésiant irradiant de la zone de la pression donnait le même résultat qu'une anesthésie à la cocaïne. Il a découvert plusieurs zones réflexes dans la muqueuse du nez, sur le palais et au niveau de la langue agissant spécifiquement pour anesthésier différentes parties du corps, éloignées de l'endroit de la stimulation.

Cette découverte fortuite l'aurait amené à explorer l'effet de la pression ferme sur les doigts des mains et des pieds. Ces recherches ont donné naissance à sa théorie zonale avec la cartographie des dix zones longitudinales, connue de tous les réflexologues.

Connaissant les travaux de Fitzgerald, j'ai toujours pris pour acquis que la sympaticothérapie endonasale (une forme de stimulation des zones réflexes par des pressions légères et précises exercées sur les cornets à l'intérieur du nez), pratiquée par des naturopathes, certains ostéopathes, kinésithérapeutes et médecins en France ait ses racines dans la théorie zonale du Dr Fitzgerald. Mais, en creusant le sujet, j'ai trouvé une origine concomitante ou antérieure à la « découverte » par le médecin américain.

Tenez-vous bien, cette racine est belle et bien française! Un confrère de Fitzgerald, le spécialiste ORL français, le Dr Pierre Bonnier (1861-1918) développe à la fin du dix-neuvième siècle une réflexo-

thérapie qu'il appelle « centrothérapie » qui consiste en la stimulation de centres nerveux dans la muqueuse nasale pour améliorer très efficacement bon nombre d'affections organiques et psychiques. Dans les années 30, un autre médecin français reprend le travail du Dr. Bonnier. Le Dr. Paul Gillet a repris les cartographies de reflet sur les trois cornets du nez et appelle cette forme de réflexothérapie qui est encore aujourd'hui pratiquée en France la « sympaticothérapie ».

Il est toujours intéressant de revenir aux sources pour appréhender la véritable dimension d'un sujet. En recherchant les origines de la sympaticothérapie endonasale qui est très développée en France mais inconnue dans les pays anglophones, je constate que ces deux médecins, Fitzgerald et Bonnier - l'un Américain, l'autre Français - semblent avoir eu la même intuition et que le développement de leur découverte initiale a pris des chemins différents. Aujourd'hui les chemins se croisent pour enrichir la discipline plus large qui s'appelle la réflexologie.

Les praticiens professionnels qui exercent la réflexologie en France ont tout intérêt à s'enrichir de cet impressionnant héritage français. Je suis ravie de démarrer la nouvelle session de formation en réflexologie à l'institut pendant cette semaine mondiale (du 24 au 30 septembre 2018) où l'on oeuvre pour faire connaître largement la merveilleuse technique corporelle faisant partie des réflexothérapies: la réflexologie plantaire « douce ».

Elske Miles.



Eucalyptus globulus, un géant aromatique pour nous préparer à l'automne et à l'hiver!

Encore inspirée de l'esprit de la découverte, des vacances et de la rencontre ... même sans voyager loin de chez soi, je vous propose de retrouver une des plus grandes huiles essentielles de tous les temps. Indémoudable, l'huile essentielle Eucalyptus globuleux (le gommier bleu d'Australie) est connue de tous.

Effectivement qui n'a jamais entendu parler de l'HE Eucalyptus ? L'essence de cet arbre aromatique gigantesque est tellement caractéristique que des personnes n'ayant aucune connaissance des huiles essentielles sont capables d'identifier l'« eucalyptus » quand vous leur présentez bon nombre d'autres huiles essentielles ayant des vertus expectorantes. Ceci est dû à la très forte présence d'une molécule aromatique facilement identifiable au nez, appelée « eucalyptol ».

Les eucalyptus ne sont pas les seules plantes qui contiennent la précieuse molécule aromatique permettant de libérer les voies respiratoires en entraînant une expectoration, mais ses feuilles ont une très forte teneur de ce principe actif. Largement synthétisée en pharmacie, l'eucalyptol rentre dans bon nombre de pommades pour décongestionner les voies respiratoires.

En France l'Essence algérienne est inscrite sur le registre des médicaments indiquées pour soigner les infections et les congestions des voies respiratoires hautes. Ce médicament de synthèse contient effectivement une majorité d'eucalyptol, mais aussi du menthol et du gaiacol. Le nom du médicament vient du pharmacien Léon Touhladjian qui a formulé un remède naturel à base d'extraits de plantes, dont une grande partie de feuilles d'eucalyptus, de menthe et de bois de gaïac au début du vingtième siècle pour sauver sa fille de la coqueluche. Il l'appelle « essence algérienne » en reconnaissance des eucalyptus géants qui poussent en grande quantité sur le littoral algérien depuis le milieu du 19e siècle après avoir été rapporté

de Tasmanie par Houtou de la Billardièrre, en 1792.

Cependant, les élèves qui ont suivi mon cours d'initiation aux huiles essentielles, sauront que tous les eucalyptus ne contiennent pas d'eucalyptol et qu'il ne suffit pas de parler d'eucalyptus pour identifier l'huile essentielle précisément. Effectivement le genre botanique des eucalyptus nous donne plus de 700 espèces différentes toutes indigènes d'Australie et de Tasmanie. Eucalyptus radié, eucalyptus globulus, eucalyptus dives, eucalyptus smithii, eucalyptus polybractea contiennent toutes de l'eucalyptol - cette molécule si caractéristique prise pour son efficacité pour décongestionner les voies respiratoires hautes. Mais il existe aussi des espèces d'eucalyptus qui n'en contiennent pas comme HE Eucalyptus citriodora par exemple.

Tous les eucalyptus partagent une Signature commune qui les associe à la résilience. Ce sont des arbres à croissance rapide qui sont « armés » pour survivre dans des climats les plus divers. L'Eucalyptus globuleux est la première de son espèce à s'être acclimatée en Europe. C'est un colonisateur virulent qui ne tolère que les siens dans son entourage proche. De plus, il est très avide d'eau.

Quand ses feuilles persistantes, gorgées d'essence aromatique, tombent à ses pieds, elles forment un tapis d'une efficacité anti-infectieuse et antivirale telle, que l'*Eucalyptus globulus* n'entretient pas la fertilité du sol pour d'autres espèces. Sa présence imposante, accompagnée de son puissant parfum, a plutôt tendance à éloigner d'autres formes de vie incommodées pas son feuillage parfumé qui s'avère toxique quand il est ingéré à forte dose. Dans son habitat originel en Australie seul le koala est un amateur de ses feuilles d'où il obtient toute l'eau dont il a besoin pour subsister.

Cet arbre a une étrange apparence tellement caractéristique

qu'il se distingue facilement des arbres indigènes d'Europe. Son tronc est entouré d'une écorce claire, bleutée s'exfoliant en grandes bandes brunes qui se détachent du tronc. Une autre particularité très inhabituelle dans le monde des plantes, mais caractéristique du genre Eucalyptus, se trouve à l'origine du nom scientifique le désignant : le préfixe grec, « eu » veut dire « bien » et « calyptos », signifie « couvert ».

En effet, dans ses fleurs, les pétales et le calice sont soudés et le bouton floral est caractérisé par la présence d'une sorte de « couvercle » qui reste bien fermé jusqu'au moment où les fleurs éclosent. Les boutons floraux bleutés et anguleux ressemblent à de véritables caissons blindés en fer forgé.

Quand les multiples étamines se déploient au sein de cette fleur à l'aspect dur et métallique, le bouton floral s'ouvre et l'opercule est expulsée par le rayonnement impressionnant d'une profusion d'étamines de couleur clair éclatant. Lors de sa floraison, l'arbre invite généreusement oiseaux, abeilles, papillons et autres gourmands à un festin de nectar afin de donner naissance à ses trésors globuleux qui assureront la survie certaine de son espèce. Les graines sont fermement encapsulées dans ses fruits ligneux qui survivent parfois même au feu forestier.

En ce qui concerne les feuilles de l'Eucalyptus globulus, il faut noter la nette différence d'aspect chez le jeune arbre et l'« adulte ». La forme du feuillage juvénile est arrondie. Ce sont les rameaux feuillus que l'on trouve souvent chez les fleuristes pour apporter une touche de couleur bleu-argenté à un bouquet. Pourtant, une fois adulte,



les feuilles sur les vieilles branches perdent leur forme arrondie pour prendre la forme de faucilles vert. Ces longues feuilles fines sont portées verticalement. Ceci est encore une autre stratégie de survie remarquable pour éviter une déperdition trop importante d'eau par le biais de ses feuilles. En détournant ses feuilles de cette manière d'une exposition directe au soleil, il laisse passer le soleil entre ses feuilles lancéolées et n'offre de fait que très peu d'ombrage.



Récapitulons les points les plus importants à retenir pour comprendre la Signature de l'huile essentielle Eucalyptus globulus. Il s'agit d'un géant dont les attributs majeurs sont la force imputrescible de son bois dur, la résistance efficace à toute forme de concurrence, l'adaptabilité à la survie dans un milieu pauvre à condition d'avoir de l'eau, et la transformation – on peut même parler de la maturation qui s'opère avec l'âge. Il est rare de rencontrer des plantes qui expriment leur passage par la « puberté » aussi clairement que l'Eucalyptus globulus qui le fait en remplaçant au fil des années ses feuilles juvéniles par des feuilles adultes. Tout comme l'Eucalyptus globulus

exprime dans sa floraison l'apogée de son audace à défier toute épreuve, l'huile essentielle d'eucalyptus globulus se déclare présente pour affronter les situations d'adversité.

L'huile essentielle d'eucalyptus globulus provient de la distillation de ses feuilles persistantes. Si on tient compte de la description de la plante, les propriétés anti-infectieuses remarquables de cette huile essentielle ne devraient pas nous étonner.

De ce fait, He Eucalyptus globulus est en parfaite concordance avec l'énergie du Poumon en médecine chinoise.

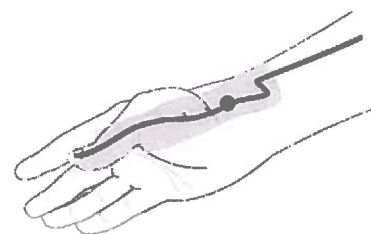
C'est l'énergie qui permet à l'individu de définir son territoire, de poser des limites et de trancher pour se protéger de toute forme d'agression ou d'invasion. Il est intéressant de noter que l'animal du zodiaque chinois, associé au méridien du Poumon, est le Tigre qui est un animal solitaire ayant un sens exacerbé du territoire, comme cela est également le cas pour le koala.

Quand on a vécu un été caniculaire, il se trouve que le principe du métal est souvent fragilisé par l'excès de feu emmagasiné par la peau pendant l'été. Or, le principe du feu en excès risque de trop contrôler - donc de fragiliser - le principe du métal, ce qui peut favoriser l'apparition d'importantes infections respiratoires cet automne...

Il serait tout à fait salutaire de renforcer (par mesure de prévention) l'énergie du poumon cet automne en appliquant une goutte HE Eucalyptus globulus mélangée dans deux gouttes HV Amande douce sur le point 9P qui est le point de tonification du méridien.

Quand on observe la composition de cette HE d'un point de vue énergétique comme la photo-énergétique nous le permet, cette HE correspond parfaitement à l'esprit de ce point d'acupuncture. De par la présence « terre » de la mo-

lécule hormone-ressemblante, HE Eucalyptus globulus, est bel et bien une HE qui porte l'esprit « terre du métal ».



Le point 9P.

De ce fait vous pouvez faire cette application énergétique trois fois par jour pendant une semaine pour renforcer l'énergie du Poumon qui a la charge de la défense de l'organisme. Si vous avez besoin de répéter cette application durant la saison, vous pouvez le faire sur une durée de trois jours consécutifs quand vous en ressentirez le besoin.

Elske Miles.

Attention:

HE Eucalyptus globulus contient du globulol, une molécule ayant des propriétés hormone-ressemblantes. Ceci ne devrait pas nous étonner de la part d'une plante qui exprime aussi clairement sa « puberté ». Pour cette raison HE Eucalyptus globulus est contre-indiqué chez les personnes souffrant de cancers hormono-dépendants. Elle ne conviendrait pas non plus aux femmes enceintes ou allaitantes. Ne diffusez pas cette huile essentielle seule dans un diffuseur. Son odeur peut entraîner un inconfort respiratoire et une sensation d'étouffement. Enfin, toute huile essentielle fortement expectorante ayant un taux aussi élevé de la molécule caractéristique des « eucalyptus », l'eucalyptol, fera l'objet de très grandes précautions chez les personnes asthmatiques.

- UNE RENCONTRE MARQUANTE AVEC LE STYLE NAMIKOSHI -

Ainsi que je l'évoque dans l'introduction du dossier de la présente Lettre, nous avons eu l'honneur de recevoir à l'Institut, Kazuo Watanabe Senseï, accompagné de Hiroki Koimizu, deux représentants du Japan Shiatsu College de Tokyo (école du style Namikoshi). Les deux formations qu'ils ont données, fin août, ont été d'une qualité remarquable et ont marqué les esprits des participants, praticiens référencés de l'Institut, ainsi que les quelques lignes du témoignage de Sophie ci-dessous, le montrent.

La richesse de la rencontre a dépassé le seul stade de la technique pour aller jusqu'au « savoir-être ». Les contenus ont à la fois bousculé et rassuré les élèves, dont la qualité du travail a très clairement impressionné Watanabe Senseï et son assistant. Cette venue de formateurs japonais est une ouverture sans précédent qui laisse présager de nombreuses autres occasions de partager des savoirs-faire et des savoirs-être. Nous consacrerons tout le dossier de la Lettre de décembre à cet événement, mais dès à présent, vous pouvez découvrir en page « adhérent », des diaporamas et vidéos.

Alors bons visionnages.

Michel Odoul.



Rencontres Namikoshi.

Quel plaisir de partager ce stage Namikoshi avec vous tous et de découvrir une nouvelle façon de pratiquer, tout à fait complémentaire de la nôtre. J'ai pu expérimenter combien cette technique qui s'appuie principalement sur les muscles et les articulations, est puissante. Que de rondeurs, de douceurs et d'accueil...

Je vais pouvoir l'utiliser pour affiner le travail sur une zone spécifique. J'ai beaucoup aimé le rituel du salut du partenaire avant tout travail, qui a mis en plus une bonne ambian-

ce "Onegai shimasu". Le travail abdominal m'a particulièrement plu et va m'être très utile. J'ai trouvé la chaleur de la paume de main très apaisante, alors même que le travail est profond.

Il est rassurant de constater que les principes de base sont les mêmes que ceux qui nous ont été enseignés : centrage, attention dans le hara, écoute des tissus, 3 passages, rythme dans le geste, relâchement, présence, respiration, etc...

Pas besoin de comprendre le japonais pour ressentir toute la simplicité et le dévouement des formateurs

et de la traductrice qui passaient des uns aux autres pour nous faire ressentir le geste juste (pas facile de fléchir la métacarpophalangienne du pouce !!!) et nous inciter avec bienveillance à nous relâcher !!!

Merci à la belle équipe de l'IFS et à toi Michel pour ta capacité à faire des liens entre le corps et l'esprit et entre le Japon et la France...

Belle rentrée à tous.

Sophie Ramos
Praticienne référencée,
Paris - Ile de France.

Remarques nécessaires.

Le dossier complet que nous réaliserons pour la Lettre de décembre 2018, nous permettra de revenir de façon détaillée sur cet événement. Je tiens cependant à préciser, en particulier pour tous ceux qui ont pu participer à ces workshops, quelques données essentielles.

Ainsi que l'écrit Sophie Ramos dans son témoignage ci-dessus, les similitudes sont nombreuses entre le style Namikoshi et le style Nakazono enseigné à l'Institut. Mais des différences fondamentales existent également, du fait des référentiels qui concernent ces deux styles.

Le style Namikoshi est ostéo-articulaire et son référentiel d'action est le champ physique, et en particulier selon moi celui des fascias. Dans ce style, on se place avec les genoux « proches » du point d'appui sur le receveur, ce qui permet une action des bras et des doigts. Le corps est ainsi plus en équilibre musculaire. Le travail commence toujours sur le côté gauche car c'est le côté du cœur (comme en Réflexologie chinoise).

Le style Nakazono est énergétique et son référentiel est la théorie des méridiens. De facto, les positions de travail sont différentes. Dans ce style, on met de la « distance » avec le point d'appui sur le receveur car l'idée n'est pas d'agir avec les bras mais de transmettre le poids du corps et du bassin (hara). Le travail commence toujours dans ce style, par le côté droit, afin de respecter la prévalence du Yin.

Mais ces différences ne sont que formelles et purement liées aux protocoles et rituels propres à chaque style. Ces grilles rituelles portent bien sûr des intentions différentes dans l'action spécifique voulue, mais elles sont nourries par la même recherche, la restauration d'un équilibre momentanément rompu.

- CHOISIR ET LIRE - - CHOISIR ET LIRE -

Face à la mort
 Sous la coordination de Jacques Delga
 MA Editions-ESKA
 Prix : 24,90 €



Jacques Delga, avocat honoraire, professeur honoraire à l'ESSEC s'intéresse à différents sujets de société et propose de les aborder sous différents angles présentés par des personnalités dans des ouvrages collectifs.

Face à la mort est un ouvrage collectif d'actualité qui regroupe le point de vue sur la mort de médecins, avocats, essayistes, inspecteur de police, journaliste, critique d'art, etc... Dans ce cadre, Michel a été contacté pour exposer son approche sur ce sujet et sa contribution de sept pages intitulée « La mort : une perte, une fin ou un passage ? » a été retenue et présentée aux côtés des 19 autres contributeurs.

Ce livre s'adresse à tous ceux qui voudraient en savoir un peu plus sur ce passage auquel nous sommes si mal préparés et qui est pourtant intimement lié à la vie.

Nelly Odoul.

- ARTICLES A SIGNALER - - EMISSIONS A SIGNALER -

L'été 2018 a évidemment été marqué médiatiquement par le festival d'Avignon où la pièce « l'Entorse » inspirée par « Dis moi où tu as mal » était jouée. Les représentations portant le discours, les tracts distribués et les affiches collées sur les murs, tous présentant l'image du livre, ont largement participé à diffuser le message.



Dans ce cadre, Michel a été interviewé par une journaliste de Santé Magazine qui ayant apprécié la pièce souhaitait rencontrer l'inspirateur en vue de réaliser un dossier autour de l'idée « en quoi le théâtre et la culture nourrissent la société d'idées et de principes fondateurs » : dossier à paraître.

RegArts, Théâtrorama et LoloLeblog, médias du monde du théâtre évoquent, dans leurs critiques de la pièce, tous les travaux de Michel et l'Institut.



Ce festival, avec la représentation de la pièce, a permis aussi à Michel de rencontrer des lecteurs, des stagiaires actuels et anciens, des praticiens, des professionnels de santé, des journalistes et de pouvoir évoquer ce qui le passionne ! Nous sommes infiniment ravis de voir combien la société civile entend et partage de plus en plus son approche.

Sud Radio : Brigitte Lahaie animait son émission, les 12 et les 13 juillet 2018, en direct d'Avignon. Le 13 juillet, Michel a été son invité de 14h à 16h pour parler justement de « Dis moi où tu as mal » et de son actualité théâtrale. Ce fut également un moment de rencontre avec les auditeurs et en particulier ceux présents au Festival d'Avignon.



- CONFERENCES - CONFERENCES - CONFERENCES -

Les prochaines conférences à venir.

Conférence à Genève : Jeudi 18 octobre 2018 à 19h30, Michel animera une conférence sur le thème « Aux sources de la maladie »

Pour tout renseignement : www.esclarmonde.com Téléphone : +41(0)22 344 80 76

Vous pourrez acquérir et / ou faire dédicacer vos ouvrages à l'issue des conférences.



Merci de vous inscrire, par courrier ou par mail, au plus tard le 15 octobre 2018.
Une convocation vous sera adressée à partir du 24 octobre 2018.

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 mardi 11 décembre 2018 et s'adresse aux personnes ayant terminé la MTC au plus tard en mars 2018. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2017 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^{ème} cycle. Les candidats engrangeront des Unités de Valeur. Ces dernières se cumuleront avec celles obtenues lors de la 2^{ème} partie de l'examen, un an plus tard, unités sanctionnant le 3^{ème} cycle de shiatsu. Attention, certaines notes ou certaines réponses peuvent être éliminatoires et nécessiter de repasser la 1^{ère} partie.

1^{ère} partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 2^{ème} cycle.

La prochaine session a lieu le mardi 11 décembre 2018. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 2^{ème} 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 2017 de se représenter.

2^{ème} partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 3^{ème} cycle.

La prochaine session a lieu le mardi 11 décembre 2018. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 3^{ème} cycle de shiatsu et ayant commencé leur cursus de shiatsu depuis au moins 4 ans et ayant réussi la 1^{ère} partie de l'examen de praticien professionnel au plus tard en 2017. Une épreuve pratique et une épreuve théorique aborderont le contenu du 3^{ème} cycle mais également de l'ensemble du cursus. Elle permet aux personnes ayant échoué en décembre 2017 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 mercredi 12 décembre 2018 et s'adresse aux personnes ayant terminé le 1^{er} cycle de réflexologie plantaire douce au plus tard en janvier 2018. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2017 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^{ème} cycle consacré à la Réflexologie Plantaire Chinoise. Les candidats engrangeront des Unités de Valeur qui se cumuleront avec celles obtenues lors de la 2^{ème} partie de l'examen, un an plus tard, unités sanctionnant le 3^{ème} cycle de réflexologie. Attention, certaines notes ou certaines réponses peuvent être éliminatoires et nécessiter de repasser la 1^{ère} partie.

1^{ère} partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 2^{ème} cycle consacré à la Réflexologie Plantaire Chinoise

La session a lieu le mercredi 12 décembre 2018. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 2^{ème} cycle de réflexologie dont le module de RP Chinoise au plus tard en juin 2017 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 2017 de se représenter.

2^{ème} partie sanctionnant les connaissances et la pratique relative au 3^{ème} cycle.

La prochaine session a lieu le mercredi 12 décembre 2018. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 3^{ème} cycle de réflexologie et ayant commencé leur cursus de réflexologie depuis au moins 4 ans et ayant réussi la 1^{ère} partie de l'examen de praticien professionnel au plus tard en 2017. Une épreuve pratique et une épreuve théorique aborderont le contenu du 3^{ème} 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 mercredi 12 décembre 2018 et s'adresse aux personnes ayant terminé le cursus d'aromathérapie au plus tard en octobre 2017 et ayant suivi préalablement le module de physiopathologies en septembre 2017. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2017 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 septembre: les 22 et 29 septembre.

En octobre: le 13 octobre (dernière soirée avant les vacances de Toussaint).

En novembre: les 3, 15 et 20 novembre.

En décembre: le 3 décembre (dernière soirée avant les vacances de Noël).

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 septembre: le 21 septembre.

En octobre: les 1 et 9 octobre (dernière soirée avant les vacances de Toussaint).

En novembre: les 5, 8, 16 et 23 novembre.

En décembre: le 5 décembre (dernière soirée avant les vacances de Noël).

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!

Veuillez 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
Elske Miles
Michel Odoul
David Sayag
Jean Pélissier

Assistant(e)s « Capés »

Carolyn, Catherine, Céline, Laurent, Stéphane.

Assistants de stages

Babeth, Bernadette, Carole, Claire, Elise, Elodie, Evelyne, Frédéric, Laurie, Morgane, Perrine, et les autres.

Vous souhaitez connaître les dates de formation, les prix ou le contenu précis d'un module, la disponibilité ou bien relire, découvrir une ancienne lettre trimestrielle car un dossier vous intéresse, etc....

Vous trouverez l'ensemble des informations sur nos sites www.shiatsu-institut.fr et

www.reflexologie-institut.fr

Ces sites sont mis à jour en permanence.



Vous êtes adhérent et

- ✓ Vous souhaitez connaître les dates de soirée de pratique, découvrir la dernière lettre trimestrielle, les opportunités commerciales qui nous ont été communiquées,
- ✓ Vous souhaitez connaître les modalités de passage d'examens et à partir de la lettre d'automne les dates d'examen et modalités d'inscription
- ✓ Vous souhaitez devenir assistant de formation, devenir un praticien référencé de l'Institut,

Vous trouverez l'ensemble des informations sur notre site en vous connectant avec votre mail et votre numéro d'adhérent sur l'accès adhérent

**A noter : Surveillez dans les jours qui viennent le contenu de votre accès !!!!!
Vous trouverez plusieurs vidéos reprenant des infos parues dans cette lettre et enregistrées au cours des rencontres Namikoshi... et aussi bien sûr, du Japon...**



Vous êtes un praticien référencé et

- vous souhaitez échanger sur votre pratique, parler de cas rencontrés, donner des infos sur la suite du cas que vous avez présenté et analysé lors du module « Pratique de consultation » ou « Supervision en réflexologie »

Vous pourrez le faire sur notre site en vous connectant avec votre code praticien et votre numéro d'adhérent sur l'accès adhérent.