

La Lettre

“de l’Institut Français de Shiatsu”

ÉDITORIAL

Tsunamis...

Lettre trimestrielle
de l’Institut Français de Shiatsu

N° 13 - PRINTEMPS 2005
- 8 € -
le 15 mars 2005



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

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

Bien au-delà du regard premier sur le fait humain et l’ampleur de la catastrophe naturelle qui a eu lieu en Asie du Sud-Est, il peut être intéressant de s’interroger un peu sur ce qui s’est passé « autour ».

Le traitement médiatique et politique fut particulièrement révélateur de la dérive progressive du monde occidental vers une médiocratie événementielle et hystérique. La mise en exergue de la souffrance et la puissance d’impact de la victime ont été portés à leur paroxysme, sans aucun recul ni respect pour les autres souffrances ou victimes qui ne sont pas celles pour lesquelles il est décidé de « collecter ».

Et malheur à celui qui refuse le système. Médecins sans frontières en a fait l’injuste expérience, lorsque leur représentant a eu le malheur de dire qu’il « fallait arrêter ». Quant à l’Inde qui a eu l’outrecuidance de refuser tout cet argent que les bonnes âmes occidentales voulaient lui donner, elle fut jugée et critiquée puis ignorée dans la plupart de nos médias. Cependant, tous ceux qui ont pu aller là bas, ont pu constater que ce pays était, ainsi qu’il le disait, tout à fait à même de gérer la situation sanitaire. Pourtant, tout y est passé! La menace d’épidémie a été brandie, avec son cortège de projections dramatisantes pour lesquelles seule une vaccination de masse pouvait être la réponse. Qu’en est-il depuis? Nous n’entendons plus parler de rien. A part peut-être le fait que l’on commence à envisager qu’une « grande partie des fonds récoltés pour l’Asie du Sud-Est soient affectés ailleurs »!

Et nous ne sommes pas à un paradoxe près. Dans le même temps où des aides partaient par avions cargos entiers vers ces pays, notre propre pays

n’arrivait pas à faire face aux urgences dans les zones touchées par la gastro-entérite ou la grippe.

Il faudrait pouvoir en rire, mais voilà, ce tsunami est-il le seul? Que dire des quelques vagues de fond, d’une puissance que nous n’imaginons pas, qui arrivent et dont on ne nous parle pas? Que dire de l’amiante, qui tue aujourd’hui 3000 personnes par an en France, dans le silence médiatique le plus étonnant, surtout lorsque l’on sait que les experts les plus officiels « chiffrent » cette catastrophe à plus de 100.000 morts pour notre pays d’ici à 10 ans? Que dire de cet autre tsunami potentiel, conséquence de l’imbécillité scientifico-industrielle, qui arrive et qui s’appelle la grippe aviaire. On estime le risque en millions de mort. Car l’homme a réussi, pauvre apprenti sorcier, à faire que des virus, normalement cantonnés à

des espèces animales, « sautent » les barrières et mutent vers l’humain. Nos scientifiques nous avaient pourtant bien asséné que c’était impossible. Avec 34 millions humains au Vietnam, la terre vient de trembler au-delà du seuil de l’échelle de Richter. Il ne reste plus qu’à attendre la vague déferlante, dans le silence des médias et des instances françaises.

Quand est-il du tsunami « SIDA » qui tue chaque mois en Afrique autant que la catastrophe en Asie, quand est-il de celui de l’obésité, etc.

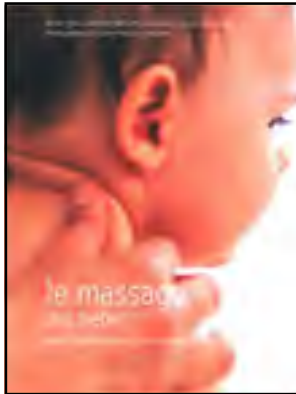
Il va falloir apprendre à nager et à renforcer son immunité dans les temps qui viennent car tous ceux qui ont regardé, hypnotisés, la vague qui arrivait sur eux, sont morts de leur immobilité. Ceux qui en revanche ont fait confiance à la nature et se sont enfuis comme ils l’ont vu faire par les animaux, ont été sauvés. Alors...

Michel Odoul.



Choisir
et lire

Le massage des bébés selon la tradition ayurvédique par Kiran Vyas, Sandrine Testas Lemasson et Danielle Belforti Ed Marabout
Prix: 12€



Kiran Vyas est originaire de Gujarat, en Inde. Fondateur des centres Tapovan -centres de yoga et d'ayurvéda installés à Paris et en Normandie- il enseigne le massage traditionnel indien depuis plus de vingt ans. Elèves de Kiran depuis plusieurs années, Danielle et Sandrine animent des ateliers de massages parents-enfants ainsi que des formations en massage et en yoga adaptées à la femme et au bébé.

L'avant propos résume magistralement l'objet du livre : *Ce très bel ouvrage, a pour but de mettre ce savoir ancestral à notre portée. Le massage du bébé est décrit avec précision dans un objectif pratique, laissant toutefois aux mots et aux pages la place qui leur convient : transmettre une toute petite partie de la connaissance, un aperçu du savoir sur le massage ayurvédique, en gardant à l'esprit que la véritable connaissance est le fruit de la pratique, du vécu, de la maturation et de la réelle intégration, pour accéder au statut de culture.*

Merci et bravo à Danielle Belforti, stagiaire à l'Institut et co rédactrice de ce magnifique ouvrage rempli de très belles photos illustratives. A avoir ou à offrir à tous les nouveaux parents, car le sourire d'un bébé heureux est une lumière pour toute la maison..

Nelly.

Où il y a un homme vivant, il y a une œuvre d'art.

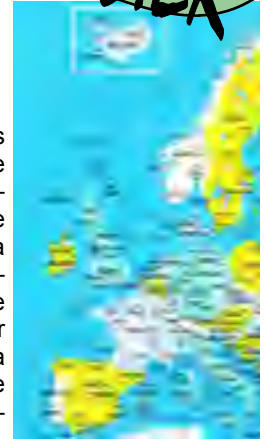
André Suarez.

Le shiatsu... en Europe.



Un dossier

Dans le prolongement du dossier sur le Shiatsu que nous vous avons présenté dans la précédente lettre, nous vous proposons maintenant, après le Japon, d'aller à la rencontre de ce qui existe en Europe. Le dossier de ce trimestre porte sur l'Italie. Nous vivons dans une époque pour laquelle chaque information est disponible en temps réel à travers ce nouveau media qui est la toile (Internet). Nous aurions donc pu nous contenter d'aller glaner les informations sur ce média. Mais fidèles à notre philosophie qui fait de l'expérience des choses la plus fiable des sources d'information, nous avons, comme pour le Japon, choisi d'envoyer un émissaire sur place. Nous avons demandé à Francesco Forlani, écrivain et journaliste italien, qui connaît bien l'Institut, de se rendre dans le "Bel paese" (Italie) pour nous brosser le tableau le plus précis possible de la situation actuelle du Shiatsu dans ce pays. Bien évidemment son rapport est à considérer comme « ouvert », tout comme le développement et les instances de notre discipline dans l'univers transalpin.



Michel Odoul.

L'Italie.

Le 16 février 8 h 10.
Gare de Lyon. Départ.
Arrivé à Turin 13 h 45.

Il faudrait imaginer la péninsule comme un corps, exactement à l'instar de ce que font les praticiens du Shiatsu et considérer toute localisation (géographique) comme particulière. Chaque ville importante ou périphérique, du nord-ouest ou du nord est, du sud de l'Italie est différente et en même temps comme faisant partie d'un tout. Il était donc important de prendre ces spécificités en compte. Il était aussi important de définir d'emblée le cadre institutionnel, autrement dit le mode de fonctionnement des principales organisations.

Pour ce qui concerne l'historique du shiatsu en Italie nous pouvons dire qu'il a commencé à se diffuser aux environs des années 70. Parmi les pionniers du shiatsu, en Italie, il faut citer Rudy Palombini pour la méthode Namikoshi et Yuji Yahiro pour celle de Masunaga. A trente ans de distance, nous retrouvons un univers qui traverse en long et en large la péninsule, adaptant les premières instances de cette philosophie à un monde qui entre-temps a changé. Pour mieux nous retrouver dans l'archipel "Shiatsu" nous nous sommes posé des questions « cadre » afin de dresser le tableau le plus complet et le plus fidèle possible de la réalité. Existe-t-il une ou plusieurs fédérations de shiatsu? Existe-t-il une fédération "officielle"? Combien y a-t-il d'écoles répertoriées? Combien y a-t-il de pratiquants shiatsu ? Etc.

Le cadre fédéral :

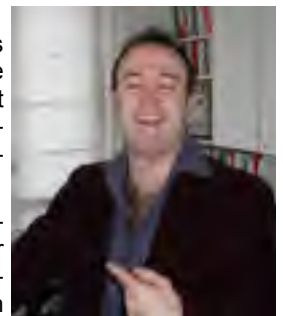
À l'état actuel, il existe en Italie six « fédérations », mais ce nombre est plutôt destiné à s'accroître. Les deux organismes les plus représentatifs et structurés sont la FIS et la FNSS. Les quatre autres « fédérations » sont de plus petite envergure, plus « dilettantes » ou moins représentatives du

courant italien. Nous nous contenterons de les citer, ne préjugant pas en cela de la qualité de leurs représentants.

Faute d'un cadre juridique clair par rapport à la place reconnue au praticien shiatsu et plus généralement aux médecines alternatives, aucune fédération ne peut exercer un droit par rapport aux autres ni définir un code à respecter auquel soumettre de façon coercitive les écoles ou les praticiens italiens. Bien évidemment en l'absence de règles, il faut faire appel au bon sens et la rigueur que le Shiatsu, justement dénommé discipline, requiert.

Ainsi il nous a paru que la FIS, fédération italienne de shiatsu, incarne plus particulièrement la volonté de transparence et d'ouverture propre à notre pratique. D'autant plus qu'elle cultive, avec les autres fédérations, une véritable relation d'échange et d'entraide, à condition que la charte des praticiens et des écoles shiatsu (nombre d'heures minimal, durée de la formation, du traitement, enseignement de l'anatomie, examens, conditions d'accès aux diplômes) soit respectée. C'est en est de même avec la FNSS vis-à-vis des écoles.

En effet ces deux fédérations s'adressent soit aux écoles (la FNSS) soit aux praticiens (la FIS). Le code déontologique constitue ainsi une règle commune aux écoles que j'ai visitées, ce qui m'a permis de déterminer une vision globalement complète et précise. Au delà d'une situation qui peut sembler fragmentée, je dois dire que le cadre général de la situation italienne suggère un très haut professionnalisme et une volonté commune de



L'homme porte en lui toutes les merveilles qu'il cherche au dehors.

Sir Thomas Browne.



faire aboutir un projet de loi qui pourrait réglementer la profession. Une mention doit être faite de l' AIS, qui, bien que n'étant pas une véritable fédération, regroupe en son sein un nombre assez important de praticiens.

La FIS (Fédération Italienne de Shiatsu)



La Fédération Italienne de Shiatsu, fondée en 1990 par quelques praticiens et professeurs de Shiatsu ayant été les premiers à exercer en Italie, est une association privée, sans but lucratif. Elle représente les intérêts de cette discipline

et de ceux qui l'exercent. La FIS n'est pas une école de Shiatsu, elle ne représente pas les intérêts d'une ou plusieurs écoles ; elle s'adresse aux praticiens, toutes formations confondues, ayant le désir d'entreprendre professionnellement l'apprentissage de la discipline Shiatsu. En 1993 la FIS a fondé avec d'autres associations européennes la "European Shiatsu Fédération". En 1998 la FIS a fondé avec d'autres associations italiennes " l' Inter-association des Arts pour la santé " ou AR-TI, qui regroupe les principales structures italiennes (fédération, association, syndicat, etc.) défendant et représentant la plupart des approches « non conventionnelles » de santé et de bien-être.

La FNSS (Fédération Nationale des Ecoles de Shiatsu).



La F.N.S.S. est une association, fondée en 1999. Elle est née dans le but de sauvegarder le patrimoine culturel et technique constitué après vingt-cinq ans de pratique du Shiatsu en Italie. La particularité de la FNSS est qu'elle regroupe, non pas les praticiens ou formateurs individuels, comme de nombreuses fédérations, mais les écoles de Shiatsu, quelque soit la

forme du Shiatsu pratiqué et sous certaines conditions. En effet, en dehors de l'exigence de respect du cadre déontologique commun avec la FIS, la FNSS exige que, pour toute école souhaitant adhérer, le responsable pédagogique de cette école puisse justifier, diplômes ou certificats à l'appui, d'au moins 10 années de pratique professionnelle et d'enseignement. Les cursus des écoles adhérentes doivent enfin être d'au moins 3 années représentant un minimum de 600 heures de formation et de 450 heures de pratique encadrée (type



internat hospitalier pour les étudiants en médecine). La FNSS regroupe 24 écoles de dimension nationale, elles mêmes représentants plus de 60 lieux ou centres de formation répartis dans tout le pays.

En 2003 la FIS et la FNSS fondent avec la Fédération de Shiatsu Suisse, Allemande et Française " l'International Shiatsu Network ".

Nous vous confions les coordonnées des autres « fédérations » en fin de dossier avec celles de la FIS et de la FNSS.

Les écoles de Shiatsu en Italie.

Les données qui suivent sont le produit de la rencontre avec les responsables de certaines écoles situées à Turin, Milan, Vérone, Rome. Il s'agit d'un échantillon qui néanmoins recueille des structures parmi les plus actives d'Italie. Nous vous donnons la liste de ces écoles en fin de dossier.

Toutes les écoles adhèrent à la FNSS. Par ailleurs les éléments qui émergent de la synthèse des informations générales laissent apparaître un cadre plutôt cohérent de la situation. Nous retrouvons en fait de façon générale les données suivantes :

Apparu dans les années 70 autour de Padoue où se propage l'enseignement des maîtres japonais Ohashi et Yuji Yahiro, le shiatsu se développe véritablement en Italie dans les années 80. Les écoles se constituent pour la plupart à partir des années 90. Les formations se déroulent sur trois ans avec une quatrième année de spécialisation et de « praticariat » (sorte d'équivalent de l'internat des étudiants en médecine) auprès d'autres structures ou praticiens.

Le volume d'heures consacrées à la formation dépasse les 600 heures et comprend l'étude de l'anatomie (entre 40 et 70 h avec parfois l'enseignement de notions de cardiologie et de physiologie). Les classes sont organisées par groupes de 10 à 20 personnes maximum pour la pratique. La

Le Dictionnaire du langage de vos dents
Dr Estelle VEREACK
Ed Luigi Castelli
Prix: 25€



Allo? Vous pensiez vos dents inertes ? Eh bien non ! Elles vivent ! Elles réagissent à vos stress et à vos difficultés. Leurs atteintes sont leur langage. Elles nous parlent de nous.

Dans ce dictionnaire, fruit de 16 années d'observations minutieuses du Dr Vereack, dans le cadre de son cabinet dentaire, vous allez découvrir comment les dents expriment nos manques ou nos difficultés dans un domaine particulier. De la banale carie à la spectaculaire chique, chaque atteinte témoigne avec précision de l'émotion qui nous habite, du conflit non résolu qui nous ronge ou du vécu qui demande à être exprimé. Chaque dent est une facette de la personnalité, représente un domaine particulier de notre vie affective, sociale ou familiale.

Le Dr Vereack nous offre un incroyable instrument de décodage dentaire. Après lecture, impossible de les voir autrement que comme des messagers du corps à l'esprit, de l'inconscient au conscient.

Dis-moi à quelle dent tu as mal.....

Nelly.

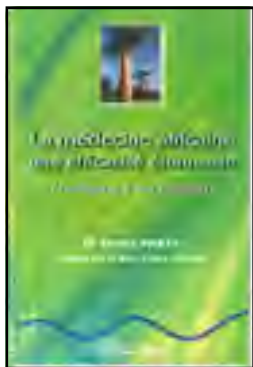


**La Médecine africaine
Une efficacité étonnante
Pr Yvette PARES**

**Préface du Dr Jean
Pierre WILLEM**

Ed Yves Michel

Prix: 13,50€



Yvette Parès, chercheur en biologie et médecin occidentale, arrive à Dakar en 1960 et est la première à cultiver le bacille de la lèpre. Cependant les résultats obtenus auprès des malades la déçoivent.

Sa rencontre avec un grand maître guérisseur Peul, Dadi Diallo, change alors profondément son regard sur la médecine occidentale. Elle découvre la puissance thérapeutique des plantes africaines : récolte, préparation, prescription. La différence est fulgurante : d'un côté, une médecine occidentale dont elle constate les effets pervers (germes résistants, maladies infectieuses plus coriaces, maladies nosocomiales) et de l'autre une efficacité stupéfiante sans effets secondaires. La création en 1980 de l'Hôpital Traditionnel de Keur Massar est l'aboutissement de cette rencontre. C'est cette aventure et ses 20 ans d'activité que l'auteur nous conte à travers l'essor de la pharmacopée traditionnelle, la création d'associations de tradipraticiens., etc..... A lire absolument pour avoir envie d'apprendre à mieux nager face aux prochains tsunamis.

Nelly.

L'immesurable et l'infini sont aussi nécessaires à l'homme que la petite planète sur laquelle il vit.

Dostoïevski.



formation dure trois ans avec une quatrième année de « praticariat » auprès des institutions (souvent ce sont des ASL, sortes d'unités sanitaires locales, ou les hôpitaux publics) ou en cabinet chez d'autres praticiens. Le coût global d'une formation varie entre 4500 et 6000 euros, et un pourcentage non négligeable des diplômés des différentes écoles, se présente à l'examen de la FIS.

« La formation dure trois ans avec une quatrième année de « praticariat » auprès des institutions (souvent ce sont des ASL, sortes d'unités sanitaires locales, ou les hôpitaux publics) ou en cabinet chez d'autres praticiens ».

Les traitements dispensés se font par séance de 50 à 60 minutes. Le coût peut varier entre 30 et 60 euros. Une telle différence est liée à plusieurs facteurs. Il y a premièrement le type d'intervention (si le pratiquant se déplace chez le particulier ou non, s'il s'agit d'une séance de confort ou thérapeutique, etc.), puis la spécificité du lieu (le coût des locaux est plus important à Milan qu'à Naples par exemple) et enfin le type de structure d'accueil (structure privée, association, cabinet médical, etc.). Une particularité de la situation italienne, à l'instar de la France, est constituée par le rôle des associations à but non lucratif. Un tel statut permet une comptabilité moins lourde - moins de charges sociales- et une présence sur le territoire plus disséminée. Mais ces différences n'empêchent pas les associations et les Instituts de travailler en parfaite harmonie et nous les retrouvons regroupés autour de la FIS.

Les écoles ont pour la plupart un site Internet et une communication transparente et efficace. Les modes de fonctionnement y sont indiqués tout comme les adresses des responsables et dans la plupart des cas les tarifs. Ayant eu l'occasion de visiter les locaux de plusieurs écoles, il s'agit la plupart du temps de grands espaces. J'ai été particulièrement impressionné par le centre de « Shiatsu Intégrale », équipé de nombreuses salles aux dimensions variables et d'une salle entièrement consacrée à la formation (il y a même des chambres pour accueillir des praticiens venant d'autres villes). On y perçoit vraiment l'atmosphère et l'univers qui vont s'ouvrir à tout débutant dans le monde du shiatsu. On y retrouve également, à l'instar de l'Institut, des espaces librairies et un secrétariat ouvert et

disponible.

Je terminerai enfin ce chapitre sur les écoles en faisant une mention spéciale pour la **Scuola Italiana di Shiatsu**. C'est en 1979 que Rudy Rodolfo Palombini a créé à Rome la Scuola Italiana di Shiatsu (S.I.S.). Cette école, une des plus anciennes d'Italie, est la seule école du pays à être reconnue officiellement par le prestigieux Japan Shiatsu College de Tokyo, école fondée par Namikoshi et représentant le courant du même nom. A la disparition de son fondateur, le maître Rudy Palombini, en 1994, c'est son fils Fulvio Palombini, médecin rhumatologue qui enseigne à « l'Università La Sapienza di Roma », qui prit la suite et dirige aujourd'hui l'école.

La formation en Italie.

Pour illustrer de façon plus précise et pragmatique les enseignements proposés, je vous présente ci-après l'exemple d'un cursus représentatif de la « norme » italienne. Il s'agit du cursus de l'Istituto Europeo Shiatsu, dont le courant est le plus proche de celui de notre Institut.

L'Istituto Europeo di Shiatsu propose un programme de formation et des contenus didactiques. Les éléments fondamentaux de ce programme sont le cours théorique et pratique de Shiatsu (en 7 niveaux), le cours de Médecine Traditionnelle Chinoise (en 6 séminaires), le cours d'Anatomie et Physiologie (en 5 séminaires), auxquels s'ajoutent au moins 50 heures de séminaires complémentaires ou monographiques. Il est à prévoir également pendant la formation, des heures de pratique, assisté par un enseignant, des tutorats (avec un enseignant) obligatoires, et le fait de recevoir des traitements d'un praticien. Il faut enfin et à partir de la deuxième année, commencer à pratiquer et à documenter ses propres séances de shiatsu. Il est par conséquent nécessaire d'espacer un niveau de l'autre pour permettre l'assimilation et l'expérimentation de ce qu'on a appris à travers les activités citées.

Contenu du cursus :

Premier niveau : 2 week-ends intensifs (vendredi, samedi, dimanche) soient 40 h.

Il faut un intervalle de 2 mois minimum durant lesquels seront effectuées au moins 12 heures de pratique et le début du cours d'Anatomie, Physiologie et Clinique Occidentale.

Deuxième niveau: 2 week-ends intensifs (vendredi, samedi, dimanche) soient 40 h.

Il faut un intervalle de 4 mois minimum durant lesquels se déroulera le Séminaire d'introduction Générale de Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) au moins 12 heures de pratique et 1 Séminaire complémentaire

Troisième niveau : 2 week-ends intensifs (vendredi, samedi, dimanche) soient 40 h.

Il faut un intervalle de 5 mois minimum durant lesquels se dérouleront au moins 12 heures de

Il n'existe aucune situation que l'on ne puisse altérer par le devoir et la tolérance.

Gaëlle.



pratique et un tutorat d'admission au quatrième niveau. Il est vivement conseillé de suivre 1 Séminaire de Médecine Traditionnelle Chinoise et 1 Séminaire complémentaire

Quatrième niveau : 2 week-ends intensifs (vendredi, samedi, dimanche) soient 40 h. Il faut un intervalle de 4 mois minimum durant lesquels seront effectués 12 heures de pratique consacrées aux arguments qu'il faut consolider avant le passage au niveau supérieur.

Cinquième niveau : 2 week-ends intensifs (vendredi, samedi, dimanche) soient 40 h. Il faut un intervalle de 8 mois minimum durant lesquels seront effectuées au moins 24 heures de pratique et 1 tutorat d'admission au sixième niveau. Il est vivement conseillé de suivre 2 Séminaires de Médecine Traditionnelle Chinoise et 2 Séminaires complémentaires

Sixième niveau : Cours en résidentiel d'une semaine (7 journées) soient 49 h. Il faut un intervalle de 8 mois minimum durant lesquels seront effectués 24 heures de pratique et 1 tutorat d'admission au septième niveau. Il faut terminer l'ensemble des 50 heures de Séminaires complémentaires, du cycle de séminaires de médecine traditionnelle chinoise et du cours d'Anatomie, Physiologie et Clinique Occidentale, ainsi que du deuxième cycle de 10 traitements reçus.

Septième niveau : Cours en résidentiel d'une semaine (7 journées) soient 49 h

« Les cours de niveau professionnel se font avec une assistance individuelle qui favorise la recherche d'un style personnel et une capacité individuelle ».

La première partie de la formation, qui comprend les trois premiers niveaux, est consacrée principalement à l'apprentissage du système traditionnel des méridiens et des fondements du Shiatsu (les points d'importance spécifique dans la MTC, les points Yu). Cette partie est également consacrée au travail avec le coude et les genoux, les étirements, les rotations et les différents passages. Il intègre également le cours de pratique du shiatsu en position assise. Cette première partie est enfin com-

plétée par la connaissance des points traditionnels chinois (les points Bo). À la fin du troisième niveau, l'élève aura acquis toutes les techniques fondamentales pour donner un shiatsu efficace et fluide.

La deuxième partie du cursus, qui commence avec le quatrième niveau concerne le système Masunaga. On y introduit la carte des méridiens que le maître Masunaga a déterminé, on utilise l'instrument du kyo/jitsu, et l'on introduit le « hara fuku shin » (technique d'empuku) et l'évaluation énergétique du hara (diagnostic du ventre). À partir du cinquième niveau, on apprendra les zones de diagnostic du dos comme complément aux zones de hara, on reprend le parcours des méridiens et la théorie de Kyo/Jitsu, ainsi que le travail sur les méridiens de Masunaga dans toutes les positions, y compris la position assise. On étudie enfin le travail localisé sur des parties spécifiques comme la tête, le visage, la nuque et le thorax.

La troisième partie concerne la formation au Shiatsu professionnel et regroupe les deux derniers niveaux. Elle se base essentiellement sur l'approfondissement de l'apprentissage du concept d'énergie selon Masunaga. Les niveaux six et sept comprennent enfin des examens pratiques et théoriques de préparation à l'examen final. Les deux cours se font avec une assistance individuelle qui favorise la recherche d'un style personnel et une capacité individuelle (ndlr: la France devrait peut-être s'inspirer de cette vision).

L'usage du Shiatsu en Italie (quelques chiffres)

La situation italienne dans son ensemble est une réalité en mouvement. Malgré les difficultés d'organisation représentées par le manque d'une législation et donc de la définition de la figure professionnelle du praticien, les chiffres et les statistiques compilés jusqu'ici révèlent un vrai monde en cours d'affirmation. Bien évidemment des différences très fortes subsistent entre le sud et le nord du pays, différences d'abord culturelles et puis structurelles, mais si nous jetons un regard aux données dont nous sommes en possession, on s'aperçoit que non seulement le shiatsu a progressé de façon incontestable mais que surtout ses possibilités de diffusion sont très importantes. Il faut enfin dire que, si le nombre de pratiquants se partage entre hommes et femmes avec une légère supériorité de ces dernières, il est également vrai que de plus en plus de jeunes s'intéressent au shiatsu.

Il n'existe pas de recensement officiel des écoles de Shiatsu en Italie mais ainsi que nous l'a confié le président de la FIS, il faut compter au moins une soixan-

taine d'écoles qui répondent aux règles dont nous avons parlé précédemment. La plupart de ces écoles est dans le nord (Piémont, Lombardie, Vénétie), mais il existe aussi une forte présence dans le centre (Latium, Ombrie) et dans le centre nord (Toscane et Emilie Romagne). A titre d'exemple, il faut savoir que dans la seule ville de Turin (1 million d'habitants) il y a une dizaine d'écoles (ndlr : pas d'enseignants mais bien d'écoles). En ce qui concerne les praticiens qui sont affiliés au moins à une des fédérations, nous pouvons estimer, ces chiffres étant approximatifs par défaut, qu'ils sont entre 10.000 et 15000, et ce pour une population dont 7 % seulement fait appel à des traitements manuels comme par exemple le shiatsu (source: étude Istat du 18 avril 2001, menée de 1991 à 1999). Les données dont nous disposons aujourd'hui, par exemple l'étude effectuée par S&G Kaleidos "Natural Style - Cairo Editore SpA" nous montrent une situation apparemment contradictoire. En effet, si par exemple 43,4% des personnes interviewées considèrent la médecine complémentaire comme une alternative à la médecine officielle (avec un plus grand degré de connaissance chez les femmes pour 46,6% et dans le créneau des 18/34 ans pour 48,8%), 34,1 % déclarent la considérer non pas comme une alternative mais plutôt comme devant faire partie de la médecine traditionnelle. Enfin 59,2% des personnes interviewées estiment que ces soins ne sont pas plus efficaces que la médecine traditionnelle et en sont plutôt un complément.

Les motivations à la base de ce choix des médecines complémentaires sont les suivantes:

« Elles n'ont pas d'effets collatéraux (31,8%) ».

« Elles procurent un bien être soit psychique soit physique (27,6%) ».

Les motivations négatives se résument principalement à : « elles peuvent seulement servir pour des maladies légères (28,1%) ».

La donnée qui nous a également paru très significative de la place occupée par les médecines alternatives concerne le pourcentage selon lequel la majorité des gens (54,4%) considère comme « non justifié que ces soins soient pris en charge par la sécurité sociale ». Il faut aussi ajouter, pour ce qui concerne notre domaine, qu'avec 12,7 % des personnes sondées, le shiatsu se trouve à la quatrième place des « médecines alternatives connues », tout de suite après l'acupuncture (15,5%). (ndlr: on peut rêver pour la France).

Il y a des gens qui préfèrent une place debout dans la première classe qu'une place assise en troisième.

K. Tucholsky.

Le cadre législatif.

Le cadre juridique est assez flou. Une des raisons est à attribuer à la présence d'un préjugé de base : « seulement ce qui provient des universités a une dignité scientifique ». Or, les différentes parties en présence dans les approches alternatives tiennent à se définir comme des arts de la santé et du bien être plutôt que de la « planète médecine ». Pour justifier le shiatsu, on a longtemps pensé qu'il fallait passer par « l'albo dei Medici » (l'Ordre des Médecins) qui est le seul en Italie à posséder un pouvoir et une force en matière de lois. Car le concept même de médecine alternative est marqué par une ignorance de base et une volonté de fermeture de la part de toutes les instances concernées (les médecins, les universités, une certaine partie de la population). Et nous retrouvons là une situation équivalente à la France. Néanmoins il existe une spécificité italienne. Il s'agit de DDL régio-

naux (possibilité de présenter des projets de loi régionaux). Un certain nombre de projets ont été, ces dernières années, présentés au Ministère de la Santé. Ils ont été malheureusement rejetés. Nous pouvons comprendre pourquoi en étudiant l'un d'entre eux, celui du Piémont et de la Lombardie, qui proposait de mieux définir le cadre de la profession. Avec l'aide de Douglas Gattini de la FIS, nous avons tenté de comprendre pourquoi il y a eu par exemple une levée de boucliers contre la loi régionale 142, approuvée par le conseil régional de la Lombardie le 25 Janvier 2005 et rejeté au Ministère. L'art. 4 de ce projet prévoit en effet, pour la constitution du comité technique scientifique, d'inclure un représentant de chaque association de praticiens, à condition que ce praticien soit présent sur le territoire italien depuis au moins un an et un représentant de chaque organisme de formation ayant effectué au moins un an de cours. Il est évident que l'insuffisance de cette expérience profes-

sionnelle demandée a été à la base du rejet.

La présente loi a en effet pour but de valoriser l'activité des praticiens en disciplines naturelles et de garantir une offre qualifiée des prestations et des services qui en résultent. C'est pourquoi, il a été proposé de modifier cet article 4 en faisant passer l'exigence de un an à quatre ans de présence sur le territoire et de durée de formations délivrées. Cela semble logique si, tout en revendiquant une autonomie par rapport aux instances médicales – « *le shiatsu ne doit pas s'apprendre qu'à l'université* » - les instances du Shiatsu ne décrédibilisent pas toute tentative en plaçant le seuil de "légitimité" trop bas, pour faciliter à tout prix l'entrée de praticiens dans ce comité, reniant ainsi les principes déontologiques qui sont à la base du mouvement shiatsu en Italie (ndlr : ça nous rappelle quelque chose...).

Francesco Forlani.

- LES ADRESSES -

- LES ADRESSES -

- LES ADRESSES -

Les fédérations



La FIS: Pres. Douglas Gattini
(<http://www.fis.it/>)



La FNSS : Pres. Fabio Zagato
(<http://www.fnss.it/>)



L'ASSI: Pres. Maurizio Curtaz
(<http://www.shiatuscuole.it/chisiamo.htm>)

Le Cites (collegio italiano terapisti shiatsu)
Pres. Fabio Cacioli. <http://www.cites.it/>



L'APIS Pres. Roberto Taverna
(<http://www.apis.it>)



L'APOS (<http://www.shiatsuapos.com/>)
rif. Accademia shiatsu-do Claudio Parolin

Les écoles visitées:



Shambalà Shiatsu, Milano resp.
Douglas Gattini
<http://www.shambalashiatsu.it>



Istituto di Shiatsu Integrale, Torino,
resp. Adriano Benna,
<http://www.isishiatsu.it>



Scuola internazionale di shiatsu c/o
Centro Benessere resp. Palasciano Roberto



Scuola Internazionale di Shiatsu Soleluna
Verona, resp. Alessandro Mignanelli
<http://www.shiatsu.it>



Istituto Europeo Shiatsu sede di Milano
dott. Donato Mellone, dottssa Patrizia Stefanini
<http://www.shiatsu.mi.it/>

Scuola Italiana di Shiatsu <http://www.ais. www.shiatsupalombini.it/> pres Fulvio Palombini



Istituto Europeo Shiatsu sede di Torino
resp. Enrica e Paola Giglio



Scuola di Shiatsu Igea Roma Andreana Spinola
<http://www.shiatsuigea.com>

- **INFOS EXAMENS** - - **INFOS EXAMENS** - - **INFOS EXAMENS** -

Examen Praticien Shiatsu de Confort (ex « Praticien 1° Degré »).

La date de l'examen a été fixée aux **mardi 28 et mercredi 29 juin 2005 à Paris**. Cet examen est ouvert aux élèves ayant suivi l'intégralité du 1^{er} cycle de formation et étant à jour de leur adhésion.

L'organisation des journées dépendra du nombre d'inscrits. Chaque candidat sera convoqué personnellement par courrier, lui indiquant les dates et horaires de son passage pour les épreuves pratiques, l'épreuve théorique se déroulant, quant à elle, en même temps pour l'ensemble des candidats.

Pour se présenter à cet examen, il est conseillé d'être titulaire du certificat d'aptitude aux gestes « Premiers secours » (AFPS) dispensé par la Croix Rouge.

Date limite d'inscription par lettre auprès du secrétariat au plus tard le 31 mai 2005.

Examen Praticien Professionnel en Shiatsu et psycho énergétique.

La date de l'examen a été fixée aux **mardi 29 et mercredi 30 novembre 2005 à Paris**. Cet examen est ouvert aux élèves titulaires du diplôme de praticien 1^{er} degré ou praticien de confort, ayant suivi l'intégralité du 2^{ème} cycle de formation, ayant débuté leur formation depuis au moins 3 ans et étant à jour de leur adhésion.

L'organisation des journées dépendra du nombre d'inscrits. Chaque candidat sera convoqué personnellement par courrier, lui indiquant les dates et horaires de son passage pour les épreuves pratiques, les épreuves théoriques se déroulant, quant à elle, en même temps pour l'ensemble des candidats. Nous vous rappelons que pour se présenter à cet examen, le certificat d'aptitude aux gestes « Premiers secours » (AFPS) dispensé par la Croix Rouge ainsi qu'un extrait de casier judiciaire datant de moins de trois mois, sont obligatoires.

Date limite d'inscription par lettre auprès du secrétariat. au plus tard le 31 octobre 2005.

Examen d'Huiles Essentielles et phyto énergétique.

La date de l'examen a été fixée au **lundi 26 septembre 2005 à Paris**. Cet examen est ouvert aux élèves ayant suivi l'intégralité du cycle de formation (initiation, niveau professionnel et à minima une journée de perfectionnement) et étant à jour de leur adhésion.

Cet examen théorique se déroulera de 14 h. à 16 h. 30 pour tous les candidats. Chaque candidat sera convoqué personnellement par courrier.

Date limite d'inscription par lettre auprès du secrétariat au plus tard le 31 août 2005.

Examen praticien 1^{er} degré en Réflexologie Plantaire.

L'examen s'est déroulé le lundi 7 février 2005. 16 candidat(e)s se sont présentés et 9 ont été reçus, améliorant le score de l'année précédente. Mais, une nouvelle fois, ce résultat illustre bien que la réflexologie plantaire est une pratique qui nécessite beaucoup d'heures de travail et d'entraînement.

A ce sujet, nous vous rappelons que vous pouvez participer à des soirées de pratique et à des journées de perfectionnement où dorénavant, la moitié de la journée sera consacrée à la pratique et l'autre moitié à des retours sur la théorie. Vous pouvez, également, après avoir suivi le niveau professionnel, vous proposer pour être assistant de stage.

Soirées de Réflexologie Plantaire.

Nous vous rappelons que le dernier jour de chaque stage de Réflexologie Plantaire, de 18h. à 20h., des soirées gratuites de pratique, encadrées par Elske Miles, sont ouvertes aux personnes ayant suivi le niveau Pro.

A vos calendriers!

- **INFOS CONFERENCES** - - **FORUMS** - - **INTERVENTIONS** -

Nous vous confions ci-après le calendrier prévisionnel des prochaines conférences ou interventions de Michel Odoul.

Le 7 avril 2005, à 17 h. 30 Forum organisé par la **FNAC de Lyon Part Dieu**.

Le 12 avril 2005, à 17 h. 30 Forum organisé par la **FNAC de Marseille**.

Le 19 avril 2005, à 17 h. 30 Forum organisé par la **FNAC de Strasbourg** (heure à préciser)..

Le 30 avril 2005, à 16 h. Forum organisé par la **FNAC de Pau**.

Le 08 octobre 2005, conférence lors du **Congrès National du GNOMA à Paris**.

Prochaine intervention de Elske Miles.

Le 8 avril 2005, Forum organisé par la **FNAC de Lorient** (heure à préciser).

Vous êtes naturellement bienvenu(e)s à ces manifestations. N'hésitez pas à contacter les organisateurs, FNAC ou autres, qui vous donneront tous les renseignements souhaités.

- NOUVELLES BREVES DU FRONT - - NOUVELLES BREVES DU FRONT -

Vous connaissez maintenant cette rubrique qui est celle de vos expériences personnelles, challenges, installations professionnelles, contrats en entreprise, voyages, animations, etc. Tout ce qui concerne votre pratique du Shiatsu a sa place dans cette rubrique. Elle est la démonstration de la vitalité du Shiatsu et de votre créativité. Sa richesse vient nourrir le capital confiance dans tous ces moments où l'on est parfois confronté à des difficultés dans la réalisation de ses projets. Elle démontre en effet combien s'installer n'est pas une chose simple, combien la motivation et la confiance dans sa pratique sont essentiels. Il démontre également qu'il en est du Shiatsu comme de toute autre formation; il ne suffit pas d'avoir un diplôme pour que les clients affluent. C'est vrai pour les avocats, les informaticiens, les ostéopathes, les kinés, les esthéticiennes, etc... et les praticiens en Shiatsu, Réflexologie ou Aromathérapie.

Michel Odoul.



Biologiste, ancienne déléguée médicale (entendez par là commerciale pour un laboratoire pharmaceutique), me voilà depuis quelques mois installée comme praticien Shiatsu à Caen (110 000 hab). J'exerce en plein centre ville, dans un institut de beauté où une petite pièce est à ma disposition moyennant la rétrocession d'une partie de mon chiffre d'affaire (intéressant pour débiter car je n'ai pas de loyer fixe), de plus une amie kinésologue me prête son bureau ses jours de congés soit deux jours et demi par semaine. Je fais aussi quelques shiatsus à domicile, dans mon village ou aux parents de mes élèves ainsi que dans un grand hôtel à Deauville. Je n'ai cependant pas tout lâché et je continue en parallèle à donner des cours de maths et de biologie à domicile par le biais d'Academia.

Fin septembre j'ai bénéficié d'un article dans Ouest France. Dans le même temps, j'organisais deux conférences sur le shiatsu avec démonstration et possibilité de recevoir un shiatsu d'un quart d'heure pour 15€. Une cinquantaine de personnes y ont assisté sur la journée, Pascale Berthelot, également stagiaire de l'IFS et moi avons dispensé une quinzaine de shiatsus. Parmi ceux-ci 5 sont maintenant des clients fidèles sans compter les participants à la conférence dont une dizaine est venu me voir ensuite. Mais cela ne suffit pas je pars sans cesse en quête de nouveaux clients potentiels ou de nouveaux contacts susceptibles de faire ma promotion.

Où trouve-t-on des gens stressés en quête de mieux être? Partout me direz-vous, certes mais dans toute activité commerciale il faut cibler. Mon choix s'est porté sur les plus grosses entreprises de ma région. Le plus gros employeur étant le CHU, par le biais du comité d'entreprise, j'ai proposé des séances à un tarif préférentiel (-10%) et je n'ai pas hésité à inviter gratuitement les membres du bureau pour une séance découverte d'un quart d'heure (petit dos). Voyant que cela fonctionnait bien j'ai fait la même démarche auprès des cliniques, des grandes surfaces, des banques mais par mailing. Les retours sont moins importants, preuve en est faite que le relationnel a son importance.

Je suis retournée voir mes anciens clients (dermatologues) qui ont pour la plupart accepté de laisser des dépliants dans leur salle d'attente et qui conseillent même à leurs patients de venir me voir pour se détendre. Chaque semaine, je

démarche(*), cela me permet de prendre des rendez vous lors de mes visites. Il est très important de faire jouer ses connaissances, il ne faut pas négliger les lieux où « l'on parle » : les salons de coiffures mais aussi tous les petits commerces. C'est bien sûr encore mieux lorsque l'on y est client...

Aujourd'hui le réseau commence à fonctionner puisque depuis deux mois je ne fais jamais moins de 7 à 10 shiatsu par semaine. Je n'hésite pas à proposer deux ou trois séances lorsque le besoin s'en fait sentir car les résultats sont bien meilleurs et durables, ainsi ces personnes là reviennent quelques mois plus tard convaincues de l'efficacité du shiatsu mais en plus, entre temps, elles m'ont envoyé des clients. En résumé, le cocktail détonnant pour se constituer une clientèle :

- ☺ une langue (mais pas de vipère!)
- ☺ 2 doigts de confiance en soi
- ☺ un zeste de bons contacts pour le bouche à oreille
- ☺ un soupçon de ciblage
- ☺ une larme de sérénité
- ☺ lâcher prise, patience, motivation et sourire à volonté ☺.

Cela dit je suis comme tout le monde si le téléphone ne sonne pas, je doute... mais...seulement l'espace d'un instant et je m'en remets de suite à ma bonne étoile.

Et comme par hasard, je rencontre ou l'on me donne les coordonnées de quelqu'un qui peut m'aider à me faire connaître. Alors je remercie et je dis Inch Allah !!!

(*) clubs de sport, yoga, taï chi, psychologues, sage femmes, bouddhistes bio, naturopathes, kinésologues, etc...

Christine Casterouge.

Réflex' Shiatsu 16 Rue Hamon 14000 CAEN 06.84.83.00.42
c.casterouge@wanadoo.fr



- SHIATSU EQUIN -

- SHIATSU EQUIN -

Nous vous avons déjà parlé, à travers l'expérience de Christiane et de Pascal Vespertini, l'un des élèves de l'Institut, du Shiatsu équin. Christiane nous relate ci-après le premier examen de praticien qui a eu lieu en France, auquel se présentait justement Pascal.

C'est dans une ambiance sérieuse et confiante qu'a eu lieu le premier examen de Praticien de Shiatsu Equin. Pendant 3 ans, les candidats ont étudié sous la direction de Liz EDDY et de Christelle PERNOT, fondatrice de la branche française de l'Ecole de Liz EDDY "The Scottish Academy of Shiatsu for Horses". Sur 4 jours, les 18 candidats ont été jugés par Liz EDDY et Elaine LIECHTI (Glasgow School of Shiatsu) sur leurs compétences de "Praticiens en Shiatsu équin" tant sur le plan technique (pratique d'1 heure sur un cheval présenté par le propriétaire, symptôme, raison de la séance puis retour et recommandations au propriétaire, localisation de 6 points d'acupuncture sur le cheval) que sur le plan théorique (partie théorique : 2h de questions portant sur l'anatomie, la physiologie, la théorie de base du Shiatsu, 2 études de cas complet, des questions sur les désordres énergétiques et méridiens concernés et présentation d'un mémoire avec 10 études de cas préparées sur 2 ans et texte personnel relatant les changements à tous niveaux observés tout au long de ces 3 années). (ndlr: Les chevaux seraient-ils mieux soignés que les humains? Sur 18 candidats, 15 ont été reçus. Nous leur adressons toutes nos félicitations ainsi qu'à Christelle et Liz pour leur compétence et leur professionnalisme ! Et Bravo à Pascal qui a été reçu avec les félicitations du jury pour son excellente technique.



Christiane

La réflexologie plantaire en Europe



Dans la vision holistique qui est la nôtre, il est indispensable d'avoir une vue d'ensemble pour éviter les travers sclérosants du travail en autarcie. Je profite de l'actualité des débats législatifs et politiques autour de l'Europe pour faire un résumé du statut dont jouit la réflexologie plantaire dans divers pays de l'union européenne. A l'heure actuelle, chaque pays européen a sa législation propre concernant les droits qu'il accorde ou n'accorde pas à des personnes non formées à la médecine allopathique de dispenser des « soins » et d'effectuer des « actes thérapeutiques ». Il n'est donc pas étonnant que la reconnaissance accordée à une thérapie, les exigences pédagogiques pour dispenser un enseignement professionnalisant et les assurances liées à son exercice, soient des plus divergentes entre voisins européens...

Pour parler plus spécifiquement de la réflexologie plantaire, il n'existe pas de statut juridique, réglementaire européen. Cependant, en Europe cette technique manuelle très ancienne jouit d'un statut de prédilection dans les pays nordiques ainsi qu'en Grande Bretagne. Le développement de la réflexologie plantaire dans ces pays européens est probablement dû au fait que ses fondateurs, Fitzgerald et Ingham, d'origine danoise tous les deux, aient enseigné en anglais aux Etats-Unis. Le premier livre d'Eunice Ingham, « Ce que les pieds peuvent raconter », a été publié en 1938 en anglais. De 1946 à 1969 elle ne cesse de transmettre ses découvertes et de former des stagiaires à sa méthode de « réflexologie par massage-compression ». La première école de réflexologie en Europe a été fondée en 1972 au Danemark pour enseigner cette technique fondatrice de toutes les réflexologies modernes.

Le Danemark est le pays européen où la réflexologie plantaire est la technique de santé parallèle la plus pratiquée et la plus reconnue. Une personne sur quatre dans le pays de la petite sirène a déjà reçu des soins en réflexologie plantaire. Le Ministère de la Santé a déjà financé des recherches cliniques pour prouver l'efficacité de cette technique notamment pour soulager les maux de tête. Il n'est pas rare que des structures privées et gouvernementales emploient des praticiens en réflexologie plantaire pour améliorer les conditions de travail de leurs employés en réduisant les effets néfastes dus au stress. C'est également au Danemark que l'obtention d'un certificat de praticien en réflexologie plantaire exige plus de 600 heures de formation (anatomie, physiologie, pathologies, vision holistique des pathologies, conseils en nutrition, théorie et pratique de la réflexologie), suivi de l'Allemagne qui impose une formation de 500 à 600 heures (dont les bases de la médecine chinoise, la diététique et la psychologie du praticien dans sa relation avec ses clients) et de la Norvège qui exige 500 heures de cours (réflexologie, médecine chinoise, anatomie, physiologie, pathologie, alimentation, phytothérapie, diététique).

En France, la réflexologie plantaire n'est pas reconnue comme médecine « non conventionnelle ». Pour mieux saisir son statut marginal en France, le mot n'a fait son entrée officielle dans le Petit Larousse qu'en 2004. Et pourtant, il existe un intérêt croissant pour cette forme de thérapie manuelle dans un public de plus en plus averti. Il existe plusieurs écoles dispensant des formations en réflexologie plantaire en France. La base des enseignements (aussi divergente qu'elle puisse paraître) est toujours la méthode Ingham. Même en Chine, où la réflexologie est pratiquée comme médecine officielle en milieu hospitalier, les techniques ancestrales chinoises ont évolué pour intégrer les travaux d'Eunice Ingham.

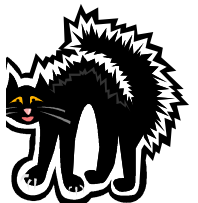
A l'IFS, la formation à l'approche sud-africaine dite « douce » de la réflexologie plantaire, propose l'apprentissage d'une technique de détente efficace et sans risque. Suite à de nombreuses demandes de nos stagiaires, et pour répondre à l'ouverture de la France sur l'Europe, nous allons proposer une formation complémentaire certifiante aux techniques de la réflexologie chinoise et de la méthode Ingham. Nous vous tiendrons au courant de ce nouveau programme très prochainement.

Elske Miles.

Quelques nouvelles de notre monde en folie.



- Nous en avions parlé il y a déjà plusieurs mois, les américains l'ont fait. Les puces électroniques, étudiées et prévues au départ pour nos amies les bêtes (dixit les chercheurs en blouse blanche...) vont être implantées aux humains! Pour leur bien, bien entendu, puisqu'elles ne contiendraient, promis juré, que leur dossier médical. Les Verichips, c'est leur nom et ça ne s'invente pas, viennent d'être autorisées par la Food and Drug Administration. Elles ne seront implantées nous dit-on qu'avec le consentement du patient et pourront être consultées par tout médecin ayant le scanner adéquat, qui accèdera à l'intégralité du dossier médical du porteur. Mais cette implantation se faisant à l'aide d'une simple seringue.... Cela laisse songeur lorsque l'on voit le nombre d'occasions pour un individu « sain » de se faire faire des piqûres « obligatoires » dont le contenu est invérifiable et dont l'acceptation est uniquement basée sur la confiance aveugle envers le « scientifique en blouse blanche ». Bioooo - man... La traçabilité humaine arrive!



- Les manipulations génétiques sont proposées, elles aussi, pour notre bien, comme vous le savez. Les dernières recherches des spécialistes proposent un chat transgénique. Ils vont ainsi nous protéger de cet animal, dont les caractéristiques naturelles « maléfiques » provoquent tant d'allergies, en le modifiant génétiquement. Si vous allez sur le site www.allerca.com, vous pourrez en réserver un en versant 392 € d'acompte (prix total 6600 €). Après avoir dîné de quelques OGM, nous pourrions bientôt nous installer dans notre canapé électronique en caressant doucement notre chat transgénique. Bonheur!

- La dernière émission de télé-réalité aux USA est la « Chirurgy Academy ». Cette émission qui s'intitule « Extreme Makeover » présente des candidats qui acceptent de subir des opérations de chirurgie, la plupart du temps esthétique. Quel bonheur de pouvoir ressembler à Michael Jackson, Pamela Anderson, etc.. Certains vont même jusqu'à changer de sexe... Ouh la la. La culture de l'instant qui prévaut ne présente pas ce que deviennent un phéno vieillissant, une bouche pulpeuse, des rides bo-toxées ou des seins gonflés à l'hélium. Il va finir par être mieux le naître chien ou cheval.



Michel Odoul.

Printemps... attention... danger ?

Dans le cycle des cinq éléments, nous savons tous que l'énergie du foie appartient au Principe du Bois, dont la saison de correspondance est le printemps. Dans les temps anciens, pour protéger des frimas de l'hiver, il était d'usage de manger des aliments et des soupes chargées de graisses le plus souvent d'origine animale. Au printemps, le Foie qui appartient à l'élément bois devait absolument se nettoyer de tous ces déchets accumulés. Il en a conservé un "réflexe conditionné" : comme le font beaucoup de ménagères dans leur maison, c'est le nettoyage de printemps.

Nous devons donc absolument ne pas rajouter de l'huile sur le feu durant cette saison, sous peine de déclencher toute une série de pathologies directement à mettre en relation avec un excès de yang de cette organe. C'est en cette saison que statistiquement nous retrouvons le plus de déclenchements d'hypertensions essentielles, le plus grand nombre d'interventions sur la vésicule biliaire, sans parler des montées en flèche de tous les paramètres biologiques hépatiques.

C'est aussi en cette saison que des états de grandes fatigues peuvent apparaître. Le changement d'heure qui survient alors ne peut qu'aggraver cet état de fait. Emotions et déroulement de la pensée étant étroitement reliés au fonctionnement des organes, la dépression est directement liée au dysfonctionnement énergétique du foie, de la rate pancréas et des reins selon les principes de la M.T.C.

Il faut savoir que la plus grande cause de mortalité dans le monde, bien avant les guerres, est le suicide, sujet tabou par excellence. C'est à l'entrée de l'hiver, là où l'énergie pénètre dans la terre et surtout au printemps, quand la sève doit "remonter dans le bois du foie" que nous trouvons les deux grands pics de la courbe gaussienne des suicides. Plus qu'à tout autre moment, nous devons nous abstenir, pendant cette montée en puissance de l'énergie du foie, de tout aliment susceptible de mettre le feu aux poudres. Citons entre autres pour mémoire quelques uns des plus notables: le lait, le beurre, le fromage, les yaourts, le chocolat, le café, l'alcool. Nous devons, de plus, drainer notre organisme et le thé noir chinois est la boisson paraissant être tout à fait indiqué pour ce faire.

Nous devons veiller aussi à une évacuation régulière des déchets. Je citerais pour mémoire une excellente recette de pharmacopée chinoise qui consiste à faire griller dans une marmite une quantité égale d'amande, de noix et de graines de sésame noir. Ensuite vous les écrasez finement. Vous mettez cette poudre ainsi obtenue en bouteille. Vous en consommez quotidiennement une cuillère à soupe avec du miel avant de vous coucher.

A l'instar du carême des catholiques qui se situe aux alentours de cette montée en puissance de l'énergie du foie, tempérance est donc le maître mot du printemps pour se préparer à l'apothéose de l'été.

Jean Pélissier.



Air du printemps, ère du renouveau...



La belle verveine.

L'air frais du printemps brusque, titille et balaye en un coup de vent le vieux. C'est l'heure d'aérer, de laisser entrer le renouveau sans pour autant passer du coq à l'âne dans sa tête. Et pourtant la logique ancestrale du pays du Milieu veut que l'on passe du coq au buffle... Selon la tradition chinoise, la première semaine du mois de février, nous sommes tous entrés dans l'Année du Coq de bois. Quelle magnifique dynamique, celle qui témoigne du fait que le méridien du rein, symbolisant le rapport à la mort, donne naissance au méridien du foie, symbolisant la naissance et donc l'élan du renouveau !

Pour renforcer ce potentiel de jeunesse d'esprit et de créativité, je vous conseille d'assainir l'atmosphère chez nous comme au travail à l'aide d'un diffuseur d'huiles essentielles. Mon choix de prédilection portera sur l'HE Verveine exotique (*Litsea citrata*). Cette petite merveille vous soutiendra également dans vos résolutions de changer certaines de vos habitudes qui vous posent problème au quotidien. De par son activité sur le cervelet – noyau des habitudes – la verveine exotique facilite la libération de ces contraintes.

Elske Miles.

Articles à signaler sur les huiles essentielles et la Phyto-énergétique...

La sortie du livre de Elske et Michel a manifestement intéressé la presse. En effet, dans un marché inondé par les publications relatives aux HE, plusieurs magazines consacrent des articles à cette invention interpellante !

- **Santé Magazine** consacre une page à la phyto énergétique contre la fatigue, dans son numéro de février 2005
- **Tao Magazine** consacre trois pages à la présentation de la phyto énergétique dans son numéro de septembre octobre.
- **La Vie Naturelle** consacre, dans son numéro de décembre 2004, trois pages également à cette nouvelle approche.
- **Maxi** consacre quatre pages, dans son numéro du 31 janvier, à un dossier intitulé : « Découvrez le méridien de votre forme, pour un tonus sans faille »
- **Bien dans ma vie**, dans son numéro de mars consacre une page à ce sujet.
- **Terre et Nature**, journal suisse, publie également une page sur ce sujet en février.

L'une de nos stagiaires, spécialiste des huiles essentielles, est venue compléter sa formation en suivant le cycle proposé à l'Institut. Rédactrice d'une revue, elle présentera un prochain article sur le concept et la formation. Nous en reparlerons.

Nelly.

Articles, émissions, forums, colloques... à signaler :

- **Quotidien** : le 8 mars, le Parisien Libéré a sorti un supplément intitulé « la Parisienne » à l'occasion de la journée de la femme. Le thème est « Prenez le temps de... » et dans la rubrique : « Prenez le temps de vous faire du bien », un article est consacré aux spas, massages, etc....L'Institut et la phyto énergétique sont cités.

- **Hebdomadaire** : le Nouvel Obs du 6 janvier 2005 consacre la une de son supplément « Paris Ile de France » à « La folie massage : les adresses, choisir shiatsu ou californien et qui sont les masseurs ». 6 pages sont consacrées à ce sujet. Entre autres, les portraits de « nouveaux praticiens bien-être » sont présentés, ancienne secrétaire de direction, ex comptable, informaticien reconvertis après une formation professionnelleen shiatsu.

- **Mensuel** : la très sérieuse revue Management de janvier 2005 consacre son dossier au sujet suivant : « Comment être plus créatif ». Que découvrons-nous dans cet article ? L'expérience de la Société SOFRAPAIN sous la rubrique : massage et détente pour libérer les neurones. Souvenez-vous, nous vous avons parlé de la découverte du shiatsu assis que Christiane Serres et Pascal avait proposé aux cadres de cette entreprise, lors d'un séminaire organisé par Géraldine (stagiaire à l'IFS) consultante. Bravo pour l'excellente référence.....et à lire un peu plus loin, les prochaines perspectives en vue.

- **Mensuel**: la revue Alternative Santé de janvier 2005, dans dossier « Energie et bien-être », consacre un article de 3 pages sur les bienfaits du Shiatsu, intitulé « *Shiatsu: des pressions bénéfiques* ».

- **Bimestriel** : Dans la lettre précédente, nous vous avons parlé du magazine THALASSO International § SPAS qui souhaite présenter des articles sur le shiatsu, la réflexologie plantaire, les huiles essentielles et a sollicité Michel pour ce faire. Ce magazine a trois clientèles, les professionnels de la thalasso, les clients à qui est remis un encart intérieur gratuit, le journal étant distribué dans les centres de thalassothérapie et les lecteurs qui achètent directement en kiosque. Michel commencé à animer les rubriques précitées regroupées sous le titre « Belle et Zen ». Le numéro de février - mars est sorti, 2 pages sont consacrées au shiatsu et l'IFS est cité en référence. Le prochain numéro portera sur les huiles essentielles. Pour toutes les personnes travaillant en centres de Thalasso...Pensez à faire abonner votre employeur !

- **Trimestriel** : « Energie », hors série trimestriel de la revue « Karaté Bushido », du 18 mars 2005 consacre un dossier au massage. Tui Na, massage chinois et ayurvédique, etc. Pour le shiatsu, l'Institut est cité en référence et les photos ont été prises dans nos locaux.

- **Télévision** : en janvier, le journal Santé de France 5 a consacré un petit reportage sur le shiatsu dans une école parisienne. Les choses avancent ! merci à Marie de nous avoir fait découvrir l'enregistrement.

- **Colloque** : le 15 janvier, Michel a été invité au colloque annuel du Groupe d'Etudes CG Jung dont le thème était : « les processus de guérison » : le public était quasi exclusivement composé de psychanalystes freudiens et jungiens : la psychologie corporelle appliquée devient chaque jour davantage une référence.

- **Forum FNAC La Défense**: le 10 février, Michel a répondu aux questions d'une journaliste puis du public sur le shiatsu, la phyto énergétique et l'Institut en tant que centre de formation à ces disciplines, les supports de l'intervention étant bien entendu, les différents ouvrages.

Actualités du shiatsu... dont les perspectives d'emploi engendrées...

- Nous vous avons parlé dans une précédente lettre que la SNCF, afin de gagner des parts supplémentaires de marché sur les lignes du Sud Est, envisageait de lancer des TGV à tarifs économiques sous certaines conditions, d'une part et d'autre part, de proposer de nouveaux services à sa clientèle... dont des massages relaxants. Rachel, l'une de nos stagiaires (la plus nomade de tous, vous la reconnaîtrez sûrement) dès décembre a participé à une action. Dans le TGV Paris Toulon, un wagon « bien être » a été mis en place : par petites annonces, une hôtesse et un animateur invitaient les voyageurs à venir se faire « masser » la tête, les mains et les trapèzes auprès des « praticiens ». Les paiements s'effectuaient directement dans le wagon. Rachel a constaté que les personnes étaient ravies de se faire relaxer pendant la durée du trajet.

- En dehors de plusieurs formations en shiatsu crânien dans les salons de coiffure du Hair Club programmées en 2005, l'Institut va intervenir le 7 avril dans un stage de ressourcement d'une équipe de direction d'un grand groupe français. 4 stagiaires et formateur de l'Institut vont faire découvrir le shiatsu assis à ces cadres. Nous vous en parlerons plus en détail dans la prochaine lettre. De plus, une autre formation du même type est en projet avec une grande banque.

Nelly.



La presse parle de nos élèves :

Corse Matin, dans son magazine Version Fémina consacre dans son numéro du 19 février 2005, un très bel article à l'une de nos élèves, article de deux pages, avec photos, intitulé : « L'art d'équilibrer les énergies ». Catherine Piombini, présente son activité en shiatsu et en réflexologie plantaire. L'article est très clair, très instructif, les tarifs et conditions sont indiqués. Gageons que cet article va développer de façon notable la connaissance de ces disciplines en Corse et la clientèle de Catherine. Merci à elle, de citer, l'Institut où elle a été formée et où elle a obtenu son diplôme.

Michel Odoul.



Infos soirées

Soirées shiatsu

Le lundi de 19 à 21 h. le Jeudi de 18 h. 30 à 21 h.

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

RAPPEL!

Les **soirées** de shiatsu ont lieu, **sauf en période de vacances scolaires ou de soirées « Réflexologie »**. (vous renseigner auprès du secrétariat pour savoir si la soirée a lieu).

Soirées Réflexologie.

Le dernier jour de chaque stage de Réflexologie Plantaire, de 18 h. à 20 h., des soirées gratuites de pratique, encadrées par Elske Miles, sont ouvertes aux personnes ayant suivi le niveau Pro.

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

L'Équipe de l'IFS

Responsables:

Michel
Nelly

Assistants de l'IFS:

Jocelyne
Sandrine

Animateurs de stage

Elske Miles
Michel Odoul
Christiane Serres
Jacques Blanc
David Sayag
Bertrand Caillet
Roland San Salvador
Jean Pélissier

Assistant(e)s Shiatsu, Réflexologie, Anatomie, etc.:

Alain (s), Sophie,
Célia, Sylvie,
Dorothee, Viviane,
Dominique, Et les autres.
Elodie,
Geneviève,
Laurence,
Nathalie,
Patricia,



SHIATSU

Niveau 1	session de week-end	session de semaine
Tarif 395, 00 €	20, 21, 22 mai 2005	6, 7, 8 avril 2005
Niveau 2	session de week-end	session de semaine
Tarif 395, 00 €	27, 28, 29 mai 2005	22, 23, 24 mars 2005 7, 8, 9 juin 2005
Niveau 3	session de week-end	session de semaine
Tarif 790, 00 €	18, 19, 20 mai 2005	
1° partie	10, 11, 12 juin 2005	21, 22, 23 juin 2005
2° partie	1, 2, 3 juillet 2005	
	16, 17, 18 septembre 2005	20, 21, 22 sept. 2005
Shiatsu ASSIS	session de week-end	session de semaine
Tarif 295, 00 €	4, 5 juin 2005	11, 12 avril 2005
Shiatsu Fondamental	session de week-end	session de semaine
Tarif 525, 00 €		24, 25, 26 mai 2005
Perfectionnement	Shiatsu Niveau 1	Shiatsu Niveau 2
Tarif 125, 00 €/ niv.	02 septembre 2005	03 septembre 2005
	19 octobre 2005	20 octobre 2005
Perfectionnement	Shiatsu Assis	Shiatsu Fondamental
Tarif 125, 00 €/ niv.	09 avril 2005	01 avril 2005

SUPERVISION	en semaine	en semaine
Tarif 145, 00 €	18 mai 2005	

ANATOMIE / PHYSIOLOGIE	en week-end	en semaine
Tarif 445,00 €	18, 19, 20 novembre 2005	14, 15, 16 mars 2006

DO IN	en week-end	en semaine
Tarif 295, 00 €	16 et 17 juillet 2005	4, 5 octobre 2005

DIETETIQUE ENERGETIQUE	en semaine	en semaine
Tarif 295, 00 €	14, 15 octobre 2005	6, 7 mars 2006

LA PSYCHO-ENERGETIQUE

Niveau 4	3 X 2 journées réparties sur l'année
Tarif 1025, 00 €	8 et 9 novembre 2005, 10 et 11 janvier 2006, 28 et 29 mars 2006

LA PSYCHOLOGIE CORPORELLE APPLIQUEE

Niveau 5	3 X 2 journées réparties sur l'année
Tarif 1025, 00 €	13 et 14 septembre, 15 et 16 novembre 2005, 17 et 18 janvier 2006

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Niveau Initiation	en week-end	en semaine
Tarif 295, 00 €	17, 18 juin 2005	11, 12 mai 2005
Niveau Professionnel	en week-end	en semaine
Tarif 445, 00 €	24, 25, 26 juin 2005	
Perfectionnement		
Tarif 125, 00 €	10 avril 2005	13 juin 2005

HUILES ESSENTIELLES

Niveau Initiation	en semi - week-end	en semaine
Tarif 295, 00 €	11, 12 novembre 2005	27, 28 septembre 2005
Niveau Professionnel	3 X 2 journées réparties sur l'année	Perfectionnement
Tarif	13, 14 décembre 2005, 1, 2 mars 2006	
880, 00 €	23, 24 mai 2006	6 juin 2005

PSYCHOLOGIE DU PRATICIEN

	PREMIERE PARTIE	DEUXIEME PARTIE
Tarif 1200,00 €	5, 6, 7 décembre 2005	21, 22, 23 février 2006