

# La Lettre

“de l’Institut Français de Shiatsu”

ÉDITORIAL

## Danemark...

Lettre trimestrielle  
de l’Institut Français de Shiatsu

N° 14 – ETE 2005  
- 8 € -  
le 15 juin 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.

L’Europe a des frissons. Le dernier référendum lui a donné froid dans le dos. Le non de la France, sera sans doute analysé, décortiqué et doctement expliqué bien entendu, par tous ces spécialistes, qui, à l’instar des météorologues, savent si bien nous expliquer « après »! Mais de toute façon la France a mal au nombril! A force de se le regarder et de trouver qu’elle est le centre de pensée du monde, elle risque aussi le torticolis.

Mais nous dit-on, le message a été entendu! Lequel? Et des mesures vont être prises. La France va daigner « regarder ailleurs », vers ce qui se fait et qui fonctionne dans d’autres pays. Incroyable révélation qui envisage que l’exception française ne soit pas une loi immuable.

Nous avons compris cela à l’Institut et les dossiers déjà publiés sur le Shiatsu « ailleurs » le démontrent si nécessaire. Nous savions que l’exigence et la qualité ne pouvaient passer que par la connaissance de ce qui se fait de bien ailleurs. En prendre exemple ne nous a pas semblé être un signe de faiblesse, au contraire.

L’ailleurs de la France politique, semble aujourd’hui être le Danemark. En effet l’exemple de la perfide Albion est à la fois trop proche et trop limite pour être acceptable. Alors que le Danemark a toutes les qualités et réunit les visions politiques de gauche et de droite. Formidaaaable! La petite sirène va nous montrer la voie. Elle va nous guider vers le traitement des pathologies de la société française.

Nous ne pouvons que nous en réjouir, nous qui prenons aussi exemple ce trimestre sur le Danemark. Vous lirez dans l’article sur la Réflexologie Plantaire que ce pays est celui qui accorde la place offi-

cielle la plus importante à cette « médecine non conventionnelle ». Nous ne pouvons que nous réjouir de cette exemplarité danoise car ce pays donne une place et respecte profondément les choix thérapeutiques et les approches alternatives.

Nous osons espérer que si la France et pourquoi pas l’Europe, regardent vers le Danemark, ce ne sera pas uniquement pour regarder et traiter le symptôme et la partie du corps social qui fait mal. Nous osons espérer que ce sera pour considérer le système danois comme un ensemble cohérent dans lequel, à l’instar d’un corps physique et d’un esprit, les différentes parties vont bien parce que l’ensemble va bien.

Sinon le risque sera de voir le « médicament » choisi pour traiter le symptôme seul avoir des effets iatrogènes (négatifs) lourds. Le traitement danois du symptôme social s’appuie sur les

prélèvements sociaux les plus forts d’Europe si ce n’est du monde. En plus du torticolis, la France risque quelques dérangements digestifs et intestinaux. Lorsqu’elle est utilisée seule et de façon purement symptomatique, la Réflexologie Plantaire à la danoise peut faire très très mal, voire être insupportable. Si elle est exercée comme il convient, dans un travail et une démarche commune entre le praticien et le patient, elle fonctionne à merveille.

Il peut être intéressant par conséquent de suivre la sirène, mais à condition, comme Ulysse qui se fit attacher au mât de son bateau, de rester éveillés et lucides pour garder le cap. Sinon les sirènes ont toujours conduit les voyageurs crédules au fond de l’eau.

Michel Odoul.

Pour atteindre à la source, il faut nager à contre courant.

Stanislaw Jerzy Lec.

DOSSIER

# Le shiatsu... en Europe.

Suite...

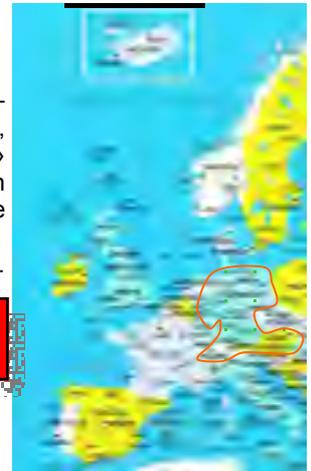
Un dossier réalisé par Michel Odoul.

Dans la suite de notre dossier sur le Shiatsu nous continuons d'aller à la rencontre des autres expériences et situations en Europe. Le dossier de ce trimestre porte sur les pays germanophones, l'Allemagne, l'Autriche et la Suisse. A l'instar du dossier sur l'Italie, nous avons choisi d'aller au-delà des « infos du net » en envoyant un émissaire sur place. Nous avons demandé à Peter Fraas, élève de l'Institut et praticien Shiatsu, de se rendre sur place pour nous brosser le tableau le plus précis possible de la situation actuelle du Shiatsu dans ces trois pays. Il a effectué un travail remarquable dont nous le remercions. Voyez plutôt. Michel Odoul.

**L'Allemagne.**

**L'Autriche.**

**La Suisse.**



**MO: Bonjour Peter! Alors comment s'est passée cette étude sur le Shiatsu en Allemagne, Autriche et Suisse?**

**PF:** Très bien, je te remercie. Le voyage fut plein d'enseignements, tant sur le plan technique que sur le plan humain.

**MO: Peux-tu nous dire de quelle manière tu as organisé ton voyage d'étude?**

**PF:** Le premier critère a été géographique. J'ai commencé par l'Allemagne qui semblait être le pays le plus « grand », puis l'Autriche et enfin la Suisse. Le second critère a été de retenir les sièges des fédérations de chaque pays en premier, pour l'Allemagne ce fut à Berlin, pour l'Autriche ce fut à Vienne et pour la Suisse à Wettingen. Enfin les écoles les plus représentatives. La réalité du terrain et la vitalité de la pratique Shiatsu ne sont pas directement en relation avec ces critères. La suite de l'enquête va vous le montrer.



moins une personne désirant pratiquer le Shiatsu en tant que professionnel peut s'enregistrer à la chambre de commerce en tant que prestataire de service et exercer son activité sans problème.

**MO: Existe-t-il une possibilité de prise en charge ou de remboursement des consultations (assurances maladie ou Mutuelles ?)**

**PF:** En général non. Une exception : certaines Mutuelles peuvent prendre en charge le remboursement partiel des séances de Shiatsu, après négociation du contrat avec le chargé du dossier.

C'est le cas pour les personnes souffrant de maux pour lesquels la médecine conventionnelle ne peut rien faire, et qui ont épuisé toutes les solutions. Elles peuvent obtenir la prise en charge partielle des séances de Shiatsu par l'assurance maladie obligatoire, en dernier recours, et après négociation serrée.

**MO: Le Shiatsu est-il enseigné par des Universités ou des écoles privées ?**

**PF:** L'enseignement est fait par des écoles privées.

**La formation en Shiatsu.**

**MO: Existe-t-il une fédération?**

**PF:** La GSD (Gesellschaft für Shiatsu in Deutschland) est la seule fédération de ce genre en Allemagne. Elle a été créée en 1992 et se comprend comme organisation professionnelle du Shiatsu. Elle reconnaît actuellement 13 écoles de Shiatsu en Allemagne. La GSD réunit les écoles, les enseignants, les praticiens et les élèves. La GSD compte aujourd'hui environ 950 membres, dont 600 Praticiens certifiés. D'après la GSD il existe environ 300 praticiens déclarés et installés.

Sa conception du Shiatsu est la suivante:

- Le Shiatsu est un moyen de traitement global, issu de la théorie et pratique des médecines traditionnelles japonaises et chinoises.
- Son but est de favoriser la capacité d'auto guérison et d'évolution par le toucher.
- Ce toucher prend en compte globalement l'être humain. La santé ou la maladie de son corps, de son esprit ou de son âme, sont l'expression d'un équilibre ou déséquilibre énergétique. Par un travail avec et par le corps, ce toucher tend à harmoniser les déséquilibres en utilisant essentiellement une méthode de pressions, propre au Shiatsu et agissant en profondeur.

Les points importants de la formation :

- Apporter une compréhension approfondie du Shiatsu ainsi que de ses possibilités et limites.
- Amener l'élève à une compréhension du corps humain (dont le sien) et de ses manifestations énergétiques. L'élève doit maîtriser avec aisance le toucher spécifique au Shiatsu.
- Rendre l'élève capable, par un diagnostic propre au Shiatsu, de percevoir l'état physique et psychique d'un être humain dans ses grandes lignes et de pouvoir en déduire un traitement spécifique.
- L'élève doit être capable de d'accompagner un client dans son évolution durant une série de séances sur une durée plus ou moins longue.
- A la fin de sa formation, l'élève devrait être capable de continuer d'évoluer d'une manière autonome dans sa pratique du Shiatsu.
- Ne pas établir de diagnostic médical.
- Assurer la confidentialité des Informations qu'il obtient de ses clients.
- Utiliser uniquement des méthodes maîtrisées.

**L'Allemagne.**

**MO: Quand est-il de la reconnaissance comme « médecine non-conventionnelle » selon la terminologie définie par le Parlement européen ?**

**PF:** Le Shiatsu n'est pas reconnu comme médecine. Pour pratiquer la médecine (conventionnelle ou non), il faut être médecin ou Heilpraktiker.

**MO: Existe-t-il un statut professionnel particulier pour les praticiens Shiatsu ?**

**PF:** Il n'y a pas de statut particulier, néan-

*L'origine de tout conflit entre moi et mes semblables est que je n'ose dire ce que je pense et que je ne fais pas ce que je dis.*

Martin Buber.

**MO:** Quels sont les objectifs de la fédération allemande ?

**PF:** Les objectifs de la GSD sont :

- La promotion du Shiatsu envers le public.
- L'échange d'informations sur le Shiatsu au bénéfice de tous les personnes qui s'y intéressent.
- L'organisation de Congrès ou Formations.
- L'évolution de la formation qualifiante de Praticien de Shiatsu, pour être au niveau des standards internationaux.
- Faire reconnaître le Shiatsu en tant que méthode autonome.
- Collaborer avec d'autres Fédérations de Shiatsu européennes.

La GSD est membre de l'International Shiatsu Network. (ISN, créée en septembre 2003 par les fédérations allemande, française, italienne et suisse).

La GSD prend part à des rencontres régulières avec les fédérations d'autres disciplines comme le Yoga, l'Eutonie (*pratique corporelle d'autodéveloppement*), le Rol-fing, le Feldenkrais, la Technique de F.M Alexander, les Massages Touch Line.

Le point commun entre ces disciplines est le travail avec l'être humain dans le but de l'accompagner vers un bien-être général, en tenant compte de l'arrière-plan psychosomatique.

Les thèmes de réunion sont :

- La création d'un réseau des méthodes et fédérations.
- Les échanges d'informations
- Les Invitations mutuelles à des congrès, réunions, etc.
- Les discussions et démonstrations pour favoriser la compréhension des différentes méthodes.

Étant donnée que la GSD n'a pas d'autorité officielle, il y a un nombre d'autres écoles indépendantes qui enseignent le Shiatsu et décernent des diplômes (par ex. l'école Shendo Shiatsu qui compte 300 Membres et 3 écoles en Allemagne, qui propose formation de praticien sur 26 jours). D'autres écoles qui proposent des formations qui correspondent en théorie aux critères de la GSD, mais qui n'ont pas trois enseignants « GSD » à l'école (pour être agréée GSD, une école doit avoir au moins trois enseignants eux-mêmes agréés). Il y a enfin des écoles qui veulent tout simplement rester indépendantes.

**MO:** Quelles sont les principales écoles ?

**PF:** Les écoles les plus présentes sont IOKAI (Ulm, Stuttgart/Tübingen, Regensburg, Köln/Bonn) et ESI (Europäisches Shiatsu Institut, Berlin, Heidelberg, Münster, Mün-



chen). L'ESI, a été créée par d'anciens élèves de Maître Ohashi, qui ont fait évoluer leur Shiatsu depuis. L'ESI est présente en Allemagne, en Italie, en Autriche et en Suisse. Les enseignants et directeurs des écoles européennes se rencontrent régulièrement pour échanger, se former et faire évoluer la formation. La formation ESI est identique dans les quatre pays.

**MO:** Quelle est la durée d'une formation professionnelle complète au Shiatsu et son coût selon les plus grandes écoles ?

**PF:** Les directives de la GSD exigent que la formation complète se fasse au moins en trois ans. Son coût est d'environ 7500 € et doit comporter au moins 500 heures.

**MO:** Quel est le contenu traditionnel des formations (nombre d'heures de formation pratique, nombre d'heures de formation théorique, enseigne-t-on l'anatomie, doit-on suivre des stages pratiques dans un cabinet professionnel suivi par un Praticien professionnel, etc.) ?

**PF:** Je crois que l'on peut prendre l'exemple du cursus de l'ESI qui est valable pour l'Allemagne, l'Autriche et l'Italie. Ce cursus est présenté en fin de dossier.

À l'issue de sa formation, l'élève peut se présenter à l'examen, qui se passe dans l'école. En cas de réussite, l'école lui remet un diplôme. Si ce diplôme a été remis par une école reconnue par la GSD, il peut faire enregistrer son diplôme par la GSD et peut figurer sur la liste des Praticiens publiée par la GSD. La GSD ne remet pas un autre diplôme ou certificat à cette occasion.

Les élèves qui ont suivi leurs formations dans une école non reconnue par la GSD, ou à l'étranger, mais qui remplissent les exigences de base (trois années, 500 heures minimum) peuvent se présenter directement à la GSD pour passer leur examen devant une commission de celle-ci.

Il n'y a pas de standards ou tronc communs, mais la GSD définit des critères pour les formations. Les échanges entre les écoles sont en théorie possibles, mais la structuration différente des cursus, suivant les écoles, les rend difficiles. Sauf pour les écoles ESI et IOKAI, qui respectent le même cursus propre à toutes leurs écoles.

Il y a en Allemagne des cliniques privées qui proposent le Shiatsu en accompagnement d'autres soins : Exemple: la Clinique am Steigerwald, spécialisée dans le traitement des maladies chroniques, qui emploie deux praticiens de Shiatsu.

L'école ESI Heidelberg participe actuellement à une étude sur le Shiatsu, mise en place par la Frauenklinik Heidelberg. (Clinique pour femmes, Heidelberg)

Le tarif de la consultation varie entre 40€ et 80€.

**MO:** Quelles sont les personnes que tu as rencontrées en Allemagne ?

**PF:** A Berlin, pendant la réunion annuelle de la GSD :

Frank Seemann, Directeur de l'ISOM (Institut für Shiatsu und Orientalmedizin) à Bonn, chargé des relations internationales de la GSD. <http://www.shiatsu-institut.de/>  
Klaus Metzner, Directeur de ESI (Europäisches Shiatsu Institut) à Munich, <http://www.shiatsu.de/muenchen/>  
Anna Christa Endrich, Enseignante à l'ESI Heidelberg, <http://www.shiatsu.de/heidelberg/>

A Nuremberg :

Angelika Maria Häbel, Directrice du Satya-leela Institut für Spiritualität und Heilung, <http://www.spiritualitaet-und-heilen.de/>

A Munich

Dr. rer. Nat. Helmut Kreil, Heilpraktiker, enseignant Shiatsu agréé GSD, <http://www.shiatsu-oberton.de/>

A Bisingen

Tilman Gaebler, Vice-président IOKAI Allemagne, <http://www.iokai-shiatsu.de/>

**MO:** Peut-on revendiquer une action thérapeutique en Allemagne ?

**PF:** En Allemagne, pour prétendre guérir ou diagnostiquer il faut être médecin ou Heilpraktiker.

**MO:** A quoi correspond ce statut de « Heilpraktiker » ?

**PF:** Les médecines naturelles non conven-

*L'homme est libre, mais il fait de telle sorte qu'il se croit prisonnier dans une geôle étroite.*

*Julien Green.*



tionnelles ont toujours connu beaucoup de succès en Allemagne. En 1930, il y avait 14000 thérapeutes (non médecins). Les différentes associations (Homéopathie, Naturopathie, Kneipp, etc.) comptaient plus de 400.000 membres.

Toutes les tentatives des médecins pour faire disparaître cette concurrence ayant jusqu'à là échoué, les «national socialistes» votèrent en 1939 une loi, interdisant la formation des ces praticiens de santé, empêchant ainsi leur nombre d'augmenter. Ainsi avec le temps ces praticiens et pratiques de santé étaient destinés à disparaître. Toutes les différentes associations étaient dissoutes et réunies de force dans le nouveau Heilpraktikerbund Deutschland (Union des praticiens de Santé en Allemagne).

A partir de 1949 le Heilpraktikerbund tente de faire radier de cette loi l'interdiction de formation, qui empêchait l'arrivée de nouveaux praticiens. En 1954 le tribunal administratif lui donna raison et une loi qui était à l'origine destinée à faire disparaître ces praticiens de santé (Heilpraktiker) devint une loi qui réglementait et rendait officiel le statut de ces mêmes praticiens, permettant l'exercice d'une profession de santé sans être médecin.

Aujourd'hui seul l'examen de Heilpraktiker est réglementé par la loi, mais pas la formation. Toujours est-il que les formations proposées par les écoles sérieuses comportent au moins 1000 heures de cours. Il faut considérer cette préparation comme des études en médecine générale. Par le passage de l'examen (écrit et oral) devant une commission composé de médecins et de Heilpraktiker, le législateur veut s'assurer que le futur praticien ne sera pas un danger pour la santé publique. Il y a moins

de 50% de réussite à l'examen.

En tenant compte de quelques restrictions mineures, le Heilpraktiker possède les mêmes pouvoirs qu'un médecin dans l'exercice de sa profession.

Une fois l'examen réussi, le praticien doit alors choisir sa ou ses spécialités (Acupuncture, Shiatsu, médecine chinoise, Homéopathie, Ayurveda, diététique, gériatrie, massage, thérapie cranosacrée, etc.) et peut commencer à se former dans cette spécialité.

Il y a en Allemagne environ 160.000 médecins, 14.000 personnes possédant le diplôme de Heilpraktiker et environ 7.000 cabinets de Heilpraktiker.

Actuellement aucune tentative de réglementation des Heilpraktiker à un niveau européen n'est en cours. Pour information ce statut est reconnu en Suisse.

## L' Autriche ?

**MO:** Venons en maintenant à l'Autriche. **Quand est-il dans ce pays de la reconnaissance comme « médecine non-conventionnelle » selon la terminologie définie par le Parlement européen ?**

**PF:** Le Shiatsu n'est pas reconnu comme médecine. Pour pratiquer la médecine ou prétendre guérir il faut être médecin. Jusqu'à fin 1998 le Shiatsu était non-réglémenté.

Depuis 1998, le législateur a décidé que le toucher des zones réflexes et des pressions sur les points d'acupuncture dans le but de procurer un bien-être général, faisaient partie des techniques habituelle-

ment considérés comme massage, et font partie du métier réglementé de « masseur de bien-être ».

Il est possible pour une personne prouvant avoir suivi une formation spécifique en Shiatsu, d'obtenir une autorisation de travail en tant que masseur limité au shiatsu. Cependant la pratique du Shiatsu seul ne pourra pas être considéré comme activité à part entière. Etant donné que le Shiatsu constitue un moyen de traitement global qui ne peut pas être attribué à un corps de métier en particulier, le shiatsu peut être pratiqué par les personnes des métiers suivants : Psychologues/Psychothérapeutes, masseurs professionnels (non-médicaux) et conseillers (assistants) sociaux/conseillers de vie.

Par une réglementation du 23 janvier 2003, le Shiatsu a obtenu une position autonome à l'intérieur du « massage commercial. » Un profil de formation est défini par cette réglementation et l'attribution des diplômes conformes à cette réglementation fait partie des rôles de l'ÖDS (fédération autrichienne de Shiatsu).

Nous vous présentons ci après un extrait de la réglementation officielle, (n°68. Verordnung des Bundesministers für Wirtschaft und Arbeit über die Zugangsvoraussetzungen für das reglementierte Gewerbe der Massage, Bundesgesetzblatt Teil II Nr. 68/2003) , émise par le Ministère de l'économie et du Travail autrichien et consultable sur le site officiel suivant:

[http://www.shiatsu-austria.at/frame\\_beruf.htm](http://www.shiatsu-austria.at/frame_beruf.htm)

« die rechtliche basis von shiatsu ».

(n.d.l.r. :les heures mentionnées sont des « heures » de 50 minutes).

Matières et domaines devant être officiellement enseignés en Autriche.	Heures (minimum)
Théorie générale ( Compréhension du Ki, Yin et Yang, Les cinq éléments, concepts fondamentaux des médecines traditionnelles orientales, etc.)	40
Théories spécifiques au Shiatsu ( Méridiens, Localisation et indications d'au moins 100 points, points interdits, points particuliers, traitement des problèmes avec le Shiatsu, etc.)	80
Connaissances générales en médecine, Anatomie, Physiologie, Contre-indications	60
Hygiène	15
Premier secours	30
Techniques de traitement (Travail à partir du Hara, différentes techniques d'appui ou pressions, travail avec les méridiens classiques et ou les méridiens de Masunaga, tonifier/disperser, exercices de méridiens, etc.)	180
Repérage des déséquilibres énergétiques (Bo Shin, Bun Shin, Mon Shin, Setsu Shin, Diagnostics du Hara, du dos, des Méridiens, de la langue, etc.)	115
Développement de la personnalité et de la perception. (Apprentissage de la réflexion et de la perception de soi, développement des capacités d'écoute et d'accueil lors des séances de Shiatsu, conversation/entretien accompagnant la séance, fondements éthiques, etc.)	100
Pratique supervisée (études de cas, supervision)	30
Total	650

*Il le faut avouer, l'amour est un grand maître: ce qu'on ne fut jamais, il nous enseigne à l'être.*

Molière.



**DOSSIER**

La globalité de la formation théorique/pratique contient au moins 650 heures de formation pendant une durée minimale de trois années. Au moins 150 séances de Shiatsu (avec feuille de séance) doivent avoir été données.

**MO: Existe-t-il un statut professionnel particulier pour les praticiens Shiatsu ?**

**PF:** Il existe un statut professionnel pour le praticien de Shiatsu. Tout personne ayant obtenu un diplôme de l'ÖDS peut s'inscrire au Registre des Métiers pour l'activité de massage, option limitative Shiatsu

**MO: Existe-t-il une possibilité de prise en charge ou de remboursement des consultations (assurances maladie ou Mutuelles ?)**

**PF:** Les assurances Mutuelles remboursent en général les séances de Shiatsu, suivant les taux en vigueur.

## La formation en Shiatsu.

**MO: Le Shiatsu est-il enseigné par des Universités ou des écoles privées ?**

**PF:** L'enseignement est fait par des écoles privées.

**MO: Existe-t-il une fédération?**

**PF:** L'ÖDS a été créée en 1993, et réunit les Ecoles de Shiatsu autrichiennes (16 écoles) Son comité directeur est composé de deux représentants d'élèves, deux pour les praticiens et trois pour les écoles. Des réunions sont organisées afin de décider des thèmes qui doivent être abordés au niveau de l'ÖDS. Par une réglementation du 23 janvier 2003, le statut du Praticien de Shiatsu a été défini dans le code du commerce.

L'ÖDS définit les règles de pratique et le code d'éthique du Praticien Shiatsu comme suit:

- L'exercice de son activité exige du praticien(ne) une attitude responsable vis-à-vis de lui même, du traitement appliqué (Shiatsu) ainsi que des personnes avec lesquelles il commence un travail de consultations.
- Le fondement de ces rapports est la compréhension profonde du fait que tout ce qui existe est lié et interdépendant.
- La responsabilité du praticien inclut le respect de la dignité et de la responsabilité propre à chacun.

La particularité de la relation entre praticien et client apporte des devoirs particuliers pour le praticien et des droits correspondants du côté du client :

- Identifier la demande du client, montrer les possibilités et limites du Shiatsu, déterminer si le Shiatsu est le traitement adéquat.
- L'identification précise du déséquilibre énergétique, des maux du client, des facteurs de risque, si nécessaire faire appel à d'autres thérapeutes ou à un médecin. (en particulier en présence de maux physiques ou incertitudes quelconques).
- garantir le libre choix du client de faire appel au shiatsu ou non. Les enfants peuvent être traités uniquement avec l'accord de leur parents ou du responsable légal.
- Être parfaitement clair sur la façon dont le traitement est prévu se dérouler (séances, coût, etc)
- Informer le client sur les possibilités de participation active au traitement et déterminer avec lui le processus, l'intensité et le déroulement du traitement.

- Informer le client sur les conséquences possibles des séances de shiatsu, dues à l'équilibrage et à la régénération de l'organisme.

En outre le praticien se doit de consigner les détails suivants :

- Début et fin du traitement dans son ensemble.
- Le moment et la durée des séances, leur coût.
- Les détails importants du passé médical du client ainsi que tous les maux qui pourront se présenter pendant le traitement.
- Les consultations d'autres praticiens de Shiatsu ou d'autres thérapeutes.
- Tous les conseils donnés au client (diététique, exercices, consulter d'autres thérapeutes, etc)
- En cas d'incertitudes sur l'état de santé du patient (organique, psychiatrique, etc) et que celui ci refuse de rencontrer un médecin pour éclaircir la situation, éventuellement refuser de commencer ou continuer le traitement.
- Le client (ou représentant légal) peut à tout moment consulter les éléments consignés, ce droit ne s'étend pas aux notes personnelles du praticien.
- Le praticien ne doit en aucun cas divulguer les informations concernant le client et dont il a pris connaissance au cours du traitement.
- Le Praticien doit gérer d'une manière responsable la relation de confiance et dépendance entre lui et son client.
- Tout abus de cette relation de confiance représente une infraction grave quant aux devoirs éthiques du praticien.
- L'abus existerait si le praticien négligeait ses obligations envers son client au profit de ses intérêts économiques, sociaux ou sexuels; de cela résulte l'obligation du praticien d'éviter tout implication personnelle, économique ou sociale avec le client, qui pourrait nuire à la relation client-praticien.
- Est considéré aussi comme abus le fait que le praticien exerce une pression quelconque sur le client, pour l'obliger à agir d'une certaine manière.
- Le praticien doit informer à tout moment toute personne concernée par sa décision d'arrêter d'exercer sa profession ou de son refus de donner un soin.

**MO: Quelles sont les principales écoles ?**

**PF:** L'école la plus représentée est l'ESI (Europäisches Shiatsu Institut, Wien et Linz), l'ÖDS réunissant 16 écoles.

**MO: Quelle est la durée d'une formation professionnelle complète au Shiatsu et son coût selon les plus grandes écoles ?**

**PF:** Les directives de la ÖSD exigent que la formation complète (minimum 500 heures) se fasse au moins en trois ans. Son coût

varie suivant les écoles entre 5000 et 7500 €. A l'ESI la formation se fait en général en 3ans1/2 à 5ans1/2.

Pour pouvoir obtenir le diplôme, 150 séances de Shiatsu doivent avoir été données. Ces séances doivent être données gratuitement sans contrepartie, l'exercice commercial du Shiatsu n'est autorisé qu'avec le diplôme. Étant donné que les séances font partie de la formation, l'élève est, pour sa pratique, assuré par son école.

**Par exemple une école comme le «Centre de Formation Bergler, Graz, Autriche», <http://www.massage.at/info.asp> indique:**

*Un masseur « commercial » a une formation de 800 heures (de 50 min. , coût environ 5500 €). Il a uniquement le droit de masser des personnes en bonne santé. Un masseur « médical » est d'abord un masseur commercial et doit faire une formation supplémentaire d'environ 800 heures (de 50 min., coût environ 3000€) et réussir son examen devant une commission officielle. La formation de masseur médical comporte 1950 heures (de 50 min.), coût env. 5000 €. + examen devant une commission officielle.*

Aujourd'hui l'ÖDS compte 320 membres et a décerné environ 800 diplômes. Il est difficile de dire combien de praticiens exercent réellement.

**MO: Quel est le contenu traditionnel des formations (nombre d'heures de formation pratique, nombre d'heures de formation théorique, enseigne-t-on l'anatomie, doit-on suivre des stages pratiques dans un cabinet professionnel suivi par un Praticien professionnel, etc.) ?**

**PF:** Comme pour l'Allemagne et l'Autriche on peut se référer à l'exemple de l'ESI détaillé en fin de dossier. La formation se fait en trois étapes, qui se décomposent en 7 niveaux. On doit ajouter les heures de pratique qui ont lieu lors de soirées ou journées, les séminaires spéciaux (au choix, mais 50 heures sont obligatoires) et les cours de médecine (anatomie et Médecine chinoise).

Les heures de pratique sont à comprendre comme des cours d'approfondissement à thème, sous la direction d'un enseignant. Coût : journée – 50€, weekend (2 jours) – 100€, matinée ou après-midi – 35€, soirées ( 2h1/2) – 15€

Les « cours particuliers » (tutorat) sont des cours de 2 ou 3 heures, avec deux ou trois élèves sous la direction d'un enseignant. Un certain nombre en est obligatoire dans le cursus, ils peuvent aussi être fait volontairement pour approfondir des thèmes particuliers, suivant les besoins des élèves. Coût : 50 €.

## La Suisse.

**MO: Venons en maintenant à la Suisse. Quand est-il dans ce pays de la situation du Shiatsu ? La Suisse ne faisant pas partie de l'Europe, peux-tu nous résumer ce qui s'y passe?**

**PF:** L'Association Suisse de Shiatsu (Fondée en 1990) est une organisation professionnelle regroupant les praticiens du shiatsu. En 2005, elle comptait environ 900 membres actifs (diplômés) et 260 membres passifs (en formation).

Ses principaux objectifs et tâches sont les suivants:

- contrôle et qualité du perfectionnement professionnel et de la formation continue.
- reconnaissance et défense du shiatsu comme profession indépendante.
- contacts suivis avec les autorités, les médecins, les caisses d'assurance maladie, les écoles de shiatsu et le public.
- participation à la Communauté d'intérêts en matière de méthodes naturelles dans le domaine de la santé (IGMG).
- affiliation à la Fédération Européenne de Shiatsu / coordination avec l'UE à Bruxelles qui reconnaît le shiatsu comme méthode médecine non conventionnelle.
- information et prestations aux membres.

La formation de shiatsu dure au moins 3 ans à temps partiel, suivie d'une année de pratique comportant un nombre minimum de traitements attestés. Il faut compter entre 1200 et 2000 heures de travail pour obtenir le diplôme. L'ASS évalue, contrôle et reconnaît les écoles répondant à ses critères.

Le shiatsu est reconnu par la plupart des caisses maladie dans le cadre de l'assurance complémentaire et il est en grande partie remboursé.

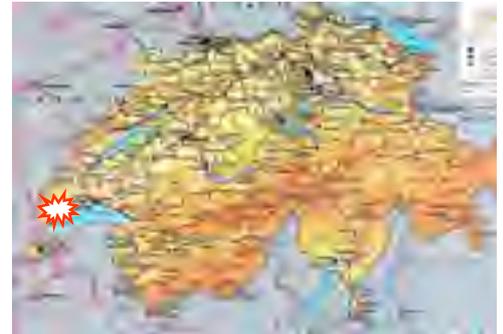
L'ASS considère le shiatsu comme un complément important aux méthodes de la médecine classique. Les membres de l'ASS sont soumis à un code déontologique qui leur impose d'adresser leurs clients à un médecin ou à un psychologue lorsque cela semble indiqué.

Les prix pratiqués sur le marché se situent dans une fourchette allant de 50 € à 90 € pour un traitement ou une séance d'une heure à une heure et quart, selon le degré d'expérience du praticien.

L'ASS a établi des directives claires concernant la formation professionnelle. Elle évalue, contrôle et reconnaît les écoles répondant à ses critères. Pour devenir membre de l'ASS, il faut détenir un diplôme

délivré par une école reconnue. Les diplômés des écoles non reconnues ont toutefois la possibilité de passer un examen interne à notre association, dans la mesure où ils peuvent prouver que leur niveau de formation et de compétences correspond aux critères de l'ASS.

DOSSIER



## La formation.

**MO: Peux tu nous donner les éléments essentiels du cursus suisse?**

**PF:** Les conditions minimales du cursus de la ASS sont les suivantes:

**Total en heures :**  
650 heures dont 500 heures d'enseignement spécifique au Shiatsu et 150 heures d'études de médecine générale

**Conditions supplémentaires**  
Supervisions : 12 leçons de 45 min = 9h

**Séances (prouvées) pendant la formation**  
15 séances reçues et 150 séances données

**Études de cas**  
3 cas avec au minimum 5 séances par cas.

**MO: Et en termes de contenu?**

**PF:** Les domaines enseignés obligatoires sont les suivants:

- Les bases générales:  
L'évolution du Shiatsu, la littérature spécifique, les bases de la médecine chinoise traditionnelle (en particulier la compréhension du concept du Chi, les principes du YIN et du YANG, les cinq éléments et leurs interactions, les méridiens classiques) et la Diététique chinoise.

- Les bases du Shiatsu:  
Les méthodes et les outils énergétiques, le diagnostic énergétique, le diagnostic du Hara, les principes du Kyo et du Jitsu, les méridiens de Masunaga, le caractère et les fonctions vitales des méridiens, la localisation, les indications et l'action des Tsubos, les points Bo (ou Mo) et Yu, le travail du Hara, les techniques et le déroulement de la séance, la tenue et l'utilisation du corps,



## Pour conclure

l'utilisation du Hara et de la gravité (poids du corps), l'utilisation des différentes parties du corps, le travail en différentes positions (couché sur le dos, le ventre latéral, etc.), le principe des deux mains, les tonifications et de dispersion, les techniques d'extension et de rotation, le déroulement complet du traitement.

- Les bases spécifiques complémentaires: La communication, le conseil, les bases de la psychologie, de la psycho-pathologie et de la médecine traditionnelle chinoise, les principes de base de la communication, l'entretien, l'apprentissage *der seelischen, körperlichen und geistigen Achtsamkeit* (relations âme, corps, esprit), la connaissance de soi, les textes de référence, la méditation, les exercices des méridiens (Makoho), les autres pratiques corporelles (Chi Gong ou autre).

- Les bases professionnelles, l'ouverture et la direction de cabinet: Les lignes de conduites éthiques, l'image professionnelle (*berufsbild*), les champs d'application du Shiatsu, la sécurité, l'hygiène, les bases économiques et juridiques.

- Les connaissances de la médecine générale: L'anatomie, la physiologie, la pathologie, les premiers secours.

- Les examens et diplômes: Il y a un examen écrit, un examen oral, un examen pratique et un examen individuel. Un mémoire est à fournir. L'âge minimum exigé est de 22 ans.

**MO: Merci Peter pour ton travail. As-tu des remarques ou réflexions particulières que ton enquête a suscitées?**

**PF:** Plusieurs remarques me sont effectivement venues à l'esprit. Il est tout d'abord par exemple étonnant de constater qu'il n'y a en Allemagne aucune école enseignant la forme Namikoshi.

Dans les trois pays, tout travail thérapeutique, diagnostics de l'état de santé, pronostics de guérison, etc. sont réservés aux médecins ou Heilpraktiker (pour l'Allemagne et la Suisse).

Les fédérations allemandes (GDS), suisse (SDS, Shiatsu Gesellschaft Schweiz, ASS en Français) et autrichiennes (ÖDS) reconnaissent leurs diplômes mutuellement.

Il est à noter que malgré cette convergence et cet accord de contenus, le Shiatsu prend, selon les pays, des directions conceptuelles différentes.

En Allemagne on considère qu'une dimension spirituelle est nécessaire pour obtenir le bien-être général de la personne traitée. Le Shiatsu y est une pratique libre, non réglementée et peut y être exercé, sans vocation thérapeutique (sauf pour les praticiens possédant un diplôme de médecin ou de Heilpraktiker).

En Autriche en revanche, la reconnaissance du professionnel de Shiatsu se place aujourd'hui uniquement sur un terrain commercial (prestation de service), destiné au bien-être et non-thérapeutique (sauf pour les praticiens possédant un diplôme de médecin).

Mais la vision de l'avenir de l'ÖDS est dans un premier temps de solidifier la situation juridique du statut de Praticien, pour ensuite faire évoluer encore la formation, afin d'établir le Shiatsu en tant que médecine non-conventionnelle, cadre qui dépasserait son champ d'application légal actuel. Ex. : Un praticien peut proposer du Shiatsu de bien-être avec le diplôme issu de la formation actuelle. Après un certain nombre d'années d'exercice, il a la possibilité de continuer sa formation (curriculum à définir) qui peut le conduire jusqu'à un diplôme de praticien professionnel en Shiatsu. Pour cela, l'ÖDS s'est associée à la Fédération Autrichienne de Médecine Chinoise Traditionnelle et Méthodes Thérapeutiques Assimilées qui a pour vocation de rapprocher les médecines occidentales et traditionnelles, de soutenir des projets de recherche, et de défendre les intérêts politico-professionnels des praticiens des médecines traditionnelles.

En Suisse enfin, les heures de formation en médecine générale sont au nombre de 150 et le Shiatsu semble tendre vers une vocation thérapeutique pure.

**MO: Un très grand merci pour la qualité de ton enquête Peter! Je suis sûr que les lecteurs apprécieront à juste titre ce travail de fond riche en informations.**

Nous vous proposons ci-après, à titre illustratif le contenu du cursus des écoles appartenant à l'ESI. Nous avons déjà évoqué ce groupement lors de l'étude sur le Shiatsu en Italie. L'intérêt de ce cursus est qu'il est commun aux trois pays ainsi qu'à l'Italie, objet de notre précédent dossier..

Michel Odoul.

## Exemple du cursus de l'ESI, commun à l'Allemagne, l'Autriche et la Suisse.

Nous vous rappelons que la formation se déroule en trois étapes, qui se décomposent en 7 niveaux pour un total de 548 h.

### 1.Étape : Niveaux 1 à 3 :

Étude des méridiens énergétiques traditionnels, connaissances de base en médecine/anatomie, bases du shiatsu, techniques pratiques, introduction en Médecine chinoise traditionnelle (peut être suivi entre les niveaux 2 à quatre).

**Niveau 1** 40 heures, **Niveau 2** 40 heures + 10 heures de pratique personnelle, **Niveau 3** 40 heures + 15 heures de pratique personnelle. Il faut ajouter à cela 60 heures d'anatomie et 18 heures de Médecine Traditionnelle Chinoise. Soient 223 heures au total.

### 2.Étape : Niveaux 4 et 5 :

Étude des méridiens selon Masunaga, principes du Kyo-Jitsu, Diagnostics du Hara et du Dos.

**Niveau 4** 40 heures + 20 heures de pratique personnelle + 2 heures de tutorat, **Niveau 5** 40 heures + 15 heures de pratique personnelle + 2 heures de tutorat. Soient 119 heures au total.

### 3.Étape : Niveaux 6 et 7 :

Développement des aspects professionnels du travail en Shiatsu. Structuration du traitement, diagnostics, études de cas, travail en petits groupes. Approfondissement du concept énergétique de Masunaga. Diagnostic énergétique et comment l'exploiter, études de cas, encouragement d'un style de travail personnel.

**Niveau 6** 56 heures + 20 heures de pratique personnelle + 2 heures de tutorat, **Niveau 7** 56 heures + 20 heures de pratique personnelle + 2 heures de tutorat ainsi que 40 heures de séminaires « spéciaux » (complémentaires) et 10 heures de séances reçues. Soient 206 heures au total.

# - LA REFLEXOLOGIE OU LES REFLEXOLOGIES ? -

Le succès de la Réflexologie Plantaire est indéniable. Cette pratique corporelle est d'une richesse infinie et ne se cantonne pas aux pieds ni à une seule forme. Nous verrons en effet dans les mois à venir qu'il existe une Réflexologie du visage par exemple. Ceci nous conduit à réfléchir à son avenir en tant que médecine non conventionnelle. La Réflexologie s'inscrit totalement dans la vision que nous avons pour le Shiatsu. La technique est excellente et tout est à faire en ce qui concerne son enseignement, son organisation et sa professionnalisation. Nous allons donc œuvrer dans ce sens, aucune structure fédérale existant à ce jour. Elske est chargée de la mission d'étude. Voici les premières bases de son travail qui prend en compte « ce qui se fait ailleurs » pour bien sur en retenir « le meilleur ».

Michel Odoul.

## Une école des réflexologies : La santé par les pieds et ...

Dans la dernière lettre de l'Institut, j'ai fait un rapide état des lieux concernant l'enseignement de la réflexologie plantaire en Europe. Ce qui en découle est, d'une part, l'intérêt croissant du grand public pour cet art à la fois millénaire et moderne, et, d'autre part, la nécessité de faire évoluer le cursus actuel que j'enseigne à IFS pour mieux répondre aux exigences techniques et théoriques de nos stagiaires souhaitant faire un usage professionnel de la réflexologie.



Actuellement c'est le Danemark qui, parmi les pays européens, exige le plus grand nombre d'heures d'enseignement dans la formation professionnelle de praticiens en réflexologie. C'est également

le Danemark qui, de par son statut d'aîné en matière d'enseignement de la réflexologie en Europe, offre le plus grand recul par rapport aux résultats obtenus par les soins en réflexologie plantaire. A l'IFS nous visons toujours à proposer des formations de grande qualité autant par le contenu théorique que par la maîtrise technique des pratiques manuelles que nous enseignons.

Après de mûres réflexions, de sages résolutions et de grandes ambitions, est née l'idée de fonder une école au sein de l'IFS dispensant un enseignement plus complet des différentes techniques de réflexologie commençant par la méthode dite « douce » sud-africaine et passant par l'incontournable méthode dite « interventionniste » de Ingham et par le massage du pied selon la tradition de la médecine chinoise.

Chaque méthode a son champ d'action, sa logique, sa raison d'être, ses limites et ses conditions de pratique optimale. C'est au praticien de choisir celle qui sera la plus efficace ou la plus indiquée en fonction des besoins du client, ou d'en faire un mélange selon le cas. Dans cet article, je vais faire une présentation sommaire de différentes réflexologies.

On peut classer les différentes techniques

de la podo-réflexologie en trois catégories :

- 1) La Réflexologie dite « douce » - Technique métamorphique, lecture des pieds, méthode psycho-émotionnelle sud-africaine.
- 2) La Réflexologie dite « interventionniste » - Méthode Ingham, RZT (Reflex Zone Therapy).
- 3) Réflexologie chinoise - Massage énergétique du pied selon la MTC.

Je vais brièvement expliquer les indications thérapeutiques et les ramifications théoriques et pratiques de chacune de ces techniques.

### 1/ Réflexologie dite « douce » - Technique métamorphique, lecture des pieds, méthode psycho-émotionnelle sud-africaine

La base théorique de la technique métamorphique se trouve dans l'idée que le corps est un univers holographique dans lequel les différentes parties reflètent la totalité du corps. Il en découle donc l'existence de zones réflexes dans différents endroits du corps. Ceci explique l'existence de différentes réflexologies, notamment plantaire, palmaire, faciale, auriculaire, vertébrale, crânienne...

En France, la forme de réflexologie qui bénéficie de la plus grande notoriété dans le milieu scientifique et médical est l'auriculo-réflexologie mise en place par le médecin français, Nogier. Ce médecin voyait dans la forme de l'oreille une analogie formelle avec l'embryon. C'est à partir de cette analogie qu'il a expérimentée et vérifiée l'exactitude de l'emplacement des organes reflétés sur l'oreille. Ses découvertes étaient effectivement très probantes et convaincantes, lui donnant une certaine crédibilité dans les milieux scientifiques. Il est intéressant de comparer la cartographie qu'il donne des points réflexes de l'oreille avec les cartographies chinoises des points d'acupuncture dans l'oreille. Il existe une grande concordance entre les deux sciences sans que Nogier ait fait référence à la logique énergétique telle qu'elle est utilisée dans la MTC.

Dans la réflexologie faciale (le dien' cham' vietnamien) le point de départ pour établir le réseau de points réflexes est le bout du nez qui ressemble à un fessier. Il s'agit donc d'un petit bonhomme ou une petite bonne femme projeté/e sur le visage : sa tête est projetée au milieu du front, ses épaules et bras suivent la ligne des sour-

cils, ses mains sont projetées sur les tempes, sa colonne vertébrale suit l'arête du nez, son fessier et son bassin sont reflétés par les narines, ses cuisses épousent le pli nasogénien, ses genoux s'activent avec le sourire, ses pieds se projettent sur le menton...

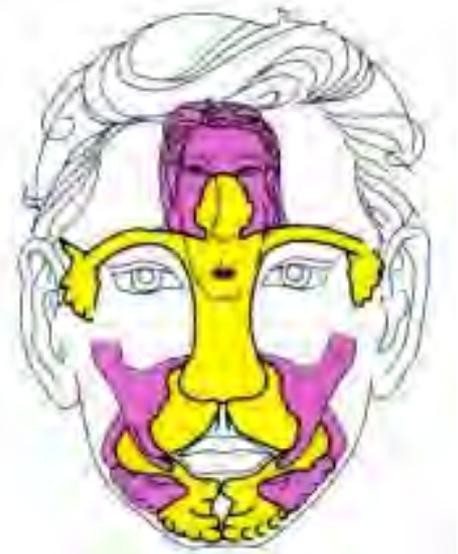


Illustration du Prof. Bui Quoc Chau

La loi de l'analogie ou la théorie des Signatures s'applique depuis tous les temps à toute chose. Revenons à la méthode métamorphique dans la discipline de la réflexologie plantaire. La ressemblance que les plantes des pieds montrent avec les graines d'autres plantes - celles-ci végétales - les associe au potentiel de vie que l'on trouve dans tout germe. Tout comme la vie germe en deux directions opposées dans la plante - la racine pousse vers le bas et la tige vers le haut -, la vie humaine tend à s'élever en s'enracinant profondément dans un terreau riche d'expériences et de valeurs humaines... Il est intéressant de noter que les plantes des pieds ressemblent formellement aux deux reins dans le corps, et que les Anciens Chinois mettaient bien le point de source du méridien du rein (cette fameuse « fontaine bouillonnante ») au milieu de la plante de chaque pied. C'est le méridien du rein qui gère notamment la puissance et la fécondité. La vie, n'est-elle pas bien faite ?

Le travail « métamorphique » sur les pieds prend en considération la dimension sym-

bolique fondamentale des pieds qui reflètent à la fois nos racines et nos aspirations. Fort de cette lecture du pied comme germe de vie, nous retrouvons le travail sur la mémoire fœtale. Sur les pieds que le praticien en réflexologie « douce » a devant lui, sont reflétées les émotions, les sensations et le vécu de l'entité de vie dont il regarde les pieds, et ceci depuis sa conception...

#### Indications thérapeutiques de la technique douce :

Un large spectre d'action thérapeutique est connu pour cette méthode dont le résultat le plus évident est la relaxation profonde que le soin procure au receveur. Il est très courant que le receveur s'endorme lors d'une séance.

- Maladies de civilisation du système nerveux et auto-immune
- Insomnies, troubles du sommeil
- Déséquilibres du système endocrinien. Sauts d'humeur, coups de déprime, tristesse, émotivité excessive, états d'âme, dépréciation de soi.
- Convalescence
- Douleurs liées à une pression excessive. Céphalées, hypertension.
- Troubles nerveux. Stress, anxiété
- Pour révéler la cause émotionnelle du déséquilibre de la santé

#### Caractéristiques de la méthode douce :

C'est une technique entièrement indolore. Le toucher du praticien agit sur le système nerveux central et autonome du receveur. Cette méthode se distingue d'autres formes de podoréflexologie par la qualité et finesse du toucher sensitif et des effleurements qui font partie du soin. Le soin très agréable plonge le receveur dans un état de relaxation profonde - autrement appelé l'état Alpha -, qui favorise l'auto-guérison de l'organisme qui se ressource profondément grâce au repos procuré par le soin. L'unique malaise éventuel ressenti par le receveur viendrait de la difficulté à gérer les émotions (colères, tristesse, rancœur, déception...) qui pourraient surgir sous les mains expérimentées du praticien qui saura les décoder en dialoguant avec le client pour l'aider à y voir plus clair afin d'aller mieux.

Outils : les mains et le talc. On utilise le talc pour avoir une meilleure prise sur les réflexes. Comme le toucher n'entre pas en profondeur dans les zones réflexes, il faut s'assurer d'une extrême minutie dans son travail. En appliquant du talc sur les pieds, on assure une prise légère et détaillée sur les différents réflexes sans que le pouce ne



s'accroche à la peau, ni que le pouce ne glisse sur les réflexes sans les percevoir.

Cette technique met en évidence les émotions qui habitent ou qui traversent la personne qui reçoit le soin. Le but n'est bien évidemment jamais de figer une émotion qui, par définition, est en mouvance perpétuelle. La « lecture des pieds » révélant la dynamique psycho-émotionnelle d'une personne à un moment donné de sa vie s'avère très utile pour prendre conscience de certaines dynamiques inconscientes qui nous entravent dans les relations que nous entretenons avec nous-mêmes, et les autres. Le but de cette lecture très intime de notre personnalité est toujours de nous aider à nous libérer des comportements conditionnés et inconscients qui nous font souffrir.

Durée du soin : ce soin holistique prend en compte la totalité des systèmes et des organes reflétés sur le pied et dure environ 1 heure.

L'apprentissage : Cette méthode est simple. Sa maîtrise n'exige pas de connaissances approfondies ni en physique ni en anatomie, mais beaucoup d'expérience, une grande ouverture d'esprit et une perception très fine.

Les contre-indications sont quasi-inexistantes. La seule contre-indication formelle étant celle de la condition médicale d'une phlébite déclarée.

Cette technique constitue une démarche hygiéniste idéale pour la grande majorité de personnes qui suivent un rythme de vie leur laissant peu de temps de pause pour se ressourcer. Un soin d'entretien par mois est conseillé.

#### **2/ Réflexologie dite « interventionniste » - Méthode Ingham, RZT (Reflex Zone Therapy ou thérapie zonale)**

Cette technique est la méthode originale de la pratique occidentale de la théorie des zones de réflexes mise en place par Fitzgerald. La théorie de base est celle des 10 zones longitudinales traversant le corps de haut en bas selon le docteur Fitzgerald. Ainsi tous les organes situés dans une même zone sont-ils en rapport les uns avec les autres. Par exemple, en appuyant sur le 4<sup>e</sup> orteil du pied droit, on pourrait intervenir sur l'état de la vésicule biliaire qui se situe dans la même zone longitudinale. Pour travailler sur les organes centraux du corps tels que le cœur, l'estomac, les viscères, la colonne vertébrale, il faudrait exercer un massage-compression sur l'intérieur des deux pieds. La méthode douce s'inspire de cette fondation, mais s'en éloigne par la délicatesse de la manipulation et sa vision strictement holistique qui se refuse d'intervenir uniquement sur un point ou une zone correspondant à un symptôme dans le corps.

La technique de la réflexologie dite « interventionniste » a été développée dans le milieu médical et paramédical dans les années 30. La fondatrice de toutes les

réflexologies modernes est bien Eunice Ingham, infirmière et kinésithérapeute-masseuse qui travaillait dans le cabinet du docteur Selby Riley. Elle a fait un travail infatigable et minutieux pour localiser les zones réflexes sur les pieds en fonction des tensions douloureuses qu'elle y décelait à l'aide de ses doigts et même parfois à l'aide d'un bâtonnet en bois (ou un crayon). Elle mettait en rapport les pathologies (l'apparition de symptômes dans l'organisme) et les zones douloureuses pour y découvrir une logique. Ses trouvailles sont précieuses ; ses résultats probants...

Malgré les origines paramédicales de cette technique occidentale, il n'existe pas d'explication simple, « scientifiquement satisfaisante » du fonctionnement de l'application d'une pression sur des zones données et les résultats obtenus dans des organes éloignés de ces zones. Il existe plusieurs hypothèses valables dont chacune donne une version partielle de l'effet physiologique du massage-compression faite en réflexologie interventionniste : hypothèse nerveuse, hypothèse vasculaire, hypothèse analogique, hypothèse énergétique...

#### Indications thérapeutiques de la technique dite « interventionniste » :

- Etats inflammatoires dans des organes : sciatique chronique, sinusite, prostatite
- Etats infectieux
- Stases veineuses, lymphatiques
- Troubles circulatoires
- Constipation chronique
- Insuffisance fonctionnelle
- Kystes, fibromes
- Troubles de la perception : organes des sens
- Hypoglycémie
- Diabète

#### Caractéristiques de la méthode « interventionniste » :

Cette technique peut être très douloureuse. Il s'agit d'un toucher-palper-compression très profond dans les tissus du pied. Souvent on enseigne cette technique en expliquant qu'il faut rester, pendant la durée du traitement, juste en dessous du seuil de l'intolérance à la douleur. Trouver ce toucher « juste » exige beaucoup d'expérience, un grand respect pour le receveur et une observation très fine de ses réactions (expression et couleur du visage, réaction nerveuse face à la douleur).

Outils : les doigts, les articulations, des bâtonnets en bois ou en pierre polie. Comme le toucher est très pénétrant, on se sert du bâtonnet pour soulager le pouce qui fatigue à force de nettoyer les réflexes des toxines qui y sont emmagasinés. Toutefois, les praticiens les plus expérimentés préfèrent se servir de leurs mains sans forcément avoir recours aux outils. Il est plus difficile de doser le seuil de l'intolérance à la douleur si l'on se sert d'un instrument. La main, elle, est capable d'une perception pleine de sagesse et de compréhension.



Dans la réflexologie interventionniste, il s'agit de faire une analyse des tissus des zones de réflexe en les palpant du doigt pour y déceler des anomalies : « points morts » sans résistance, points douloureux où il y a trop de densité, présence de toxines en forme de dépôts d'acide lactique et urique sur les terminaisons nerveuses. Le but du traitement est de « casser », ramollir et évacuer ces toxines sous la pression des doigts et de restaurer l'élasticité naturelle des tissus dans les réflexes. Eunice Ingham a constaté que, une fois l'élasticité revenue et la douloureuse partie des réflexes plantaires, le symptôme dans l'organisme était également résorbé.

Durée du soin : variable. Cette technique étant interventionniste, le praticien sélectionne une série de réflexes sur lesquels il va intervenir. Comme le soin peut être assez éprouvant, les séances sont relativement courtes. Pour soulager des problèmes aigus le praticien peut conseiller 3 séances de 20 minutes chacune par jour. Dans ce cas, le plus simple est de montrer au client quel réflexe il faut masser en profondeur pour ne le voir qu'une fois par jour. En dix séances intensives la plupart des situations critiques se trouvent franchement améliorées.

Apprentissage : pour exercer cette technique, il faut une bonne connaissance du fonctionnement du corps et une connaissance approfondie des différentes pathologies. Il peut y avoir de violentes réactions à un traitement, ce qui nécessite une maîtrise parfaite de la théorie et de la pratique de cette méthode très efficace. On ne peut par exemple faire un travail de détoxination des réflexes des reins si l'on constate une faiblesse hépatique. Si l'organisme n'est pas assez robuste – par exemple, affaibli par un traitement médical lourd – il ne saurait gérer sans beaucoup d'inconfort et de risques une trop forte stimulation au niveau des réflexes des pieds. Lors d'une séance interventionniste, le praticien libère un flot de toxines dans l'organisme. Normalement, les émonctoires se chargent d'éliminer ces toxines.

Contre-indications : en plus des contre-indications portant sur la condition médicale d'une phlébite déclarée, cette technique est contre-indiquée pour les femmes enceintes, les enfants en bas âge et pour des personnes au cœur fragile. Il est impératif de s'assurer de l'état du foie, du cœur

et des reins avant d'appliquer cette technique sur un client. Les résultats peuvent être bons, mais il faut être de la plus grande prudence. Cette technique est également contre-indiquée en cas d'entorse, d'inflammation ou de fracture récente du pied.

A condition de bien maîtriser cette technique ainsi que les limites de son application, elle est très efficace pour améliorer les conditions apparemment les plus désespérées. Bien que cette technique ne soit pas très agréable, les résultats s'avèrent assez convaincants pour que l'on en fasse l'éloge et l'intègre dans le milieu clinique dans certains pays.

### **3/ Réflexologie chinoise - Massage énergétique du pied selon la MTC**

Connu depuis 5000 ans en Chine, l'art du massage du pied fait partie de la médecine traditionnelle chinoise. Cette science millénaire répond aux lois du yin/yang et des 5 principes. Le principe de base de ce massage énergétique est que l'énergie parcourt le corps dans un réseau de fleuves énergétiques – les fameux méridiens énergétiques sur lesquels interviennent les acupuncteurs – et que tout déséquilibre dans un méridien donné, ou dans un principe énergétique donné, déséquilibre l'organisme. Le praticien en réflexologie chinoise pose un véritable diagnostic énergétique et vise à rétablir l'équilibre dans tout le corps en dégageant et en rééquilibrant les méridiens à partir d'un massage très profond des pieds.

Les zones correspondant aux différents systèmes (respiratoire, lymphatique, digestif, endocrinien, nerveux, urinaire) et organes du corps montrent des similarités avec les zones réflexes utilisées en réflexologie occidentale, mais il y a aussi certaines différences notables qui s'expliquent par la théorie énergétique.

Le praticien procède à l'exploration du pied. Il se sert d'un outil ou de ses doigts en prenant soin d'exercer une pression égale sur les différentes zones. Toute douleur lancinante attirera son attention. Dans cette méthode également, il s'agit d'une technique interventionniste. Le réflexologue n'interviendra que sur certains systèmes lors du soin.

#### Indications thérapeutiques de la réflexologie chinoise :

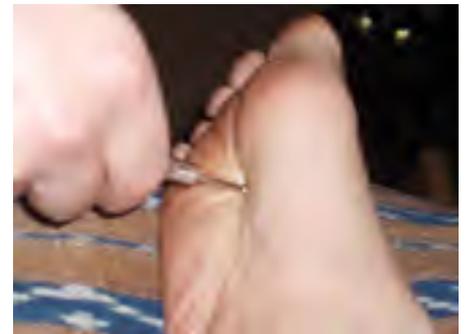
- Troubles touchant aux nerfs crâniens, à la perception et aux organes de sens
- Troubles digestifs, ulcères
- Congestion respiratoire, constipation
- Etats inflammatoires ; néphrite, sinusite, prostatite, polyarthrites, cystite
- Troubles gynécologiques
- Troubles liés à la circulation
- Déséquilibres énergétiques
- Anémie
- Hypertension, hypotension

- Surcharge pondérale
- Œdème
- Eczéma, acné, zona, herpès

#### Caractéristiques de la réflexologie chinoise :

La réflexologie chinoise peut être très éprouvante surtout si elle est faite par un praticien qui n'a pas l'habitude de travailler en Occident. Cependant, si elle est exercée par une personne qui maîtrise le travail énergétique en l'associant à sa respiration, par exemple, et en massant avec tout son corps (au lieu de masser du bout des doigts), la profondeur des manipulations non seulement est supportable, mais devient agréable. Il faut apprendre à accompagner la pression au lieu de la combattre.

Outils : les mains, les articulations, les coudes, un bâtonnet en bois, les aiguilles d'acupuncture et de l'huile de massage. La séance commence toujours par la prise des pouls selon la tradition chinoise. Souvent une séance de réflexologie chinoise est accompagnée de conseils diététiques et d'un traitement en phytothérapie. Lors de la séance, le praticien peut éventuellement vous mettre des aiguilles d'acupuncture dans quelques points selon son diagnostic énergétique. Le bâtonnet sert à exercer et à maintenir une forte pression sur certaines zones congestionnées.



Dans la réflexologie chinoise le but est de poser un diagnostic énergétique et de tonifier ou disperser certains méridiens afin de restaurer un bon équilibre énergétique dans le corps et l'esprit. C'est en palpant les tissus sur le pied que le praticien obtient de précieuses informations lui permettant de réguler le flux énergétique de l'organisme en débloquent toute stase énergétique perceptible dans le pied. Le massage remonte jusqu'aux genoux pour entraîner les toxines qui ont été libérées sur les pieds dans le système lymphatique.

Durée du soin : variable. Cette technique étant énergétique, interventionniste et assez vigoureuse, une séance de réflexologie dure environ 30 minutes si elle est suivie d'une séance le lendemain ou sur-le lendemain. S'il n'est pas possible de revenir le lendemain, la séance sera plus longue (environ 50 minutes) et moins vigoureuse avec beaucoup d'insistance sur les

énonçatoires et un travail de détente à la fin. Normalement on conseille 10 séances très rapprochées (sur un ou deux mois) pour résoudre un problème chronique de façon durable.

Apprentissage : il faut avoir une bonne connaissance de la médecine traditionnelle chinoise et une compréhension de l'explication énergétique de la maladie.

Contre-indications : en plus d'être contre-indiquée en cas de phlébite déclarée, la réflexologie chinoise est déconseillée aux

personnes ayant un accès de fièvre inexplicable, ayant une infection ou inflammation du pied ou encore aux personnes souffrant d'une fracture du pied. Cette technique est également contre-indiquée pour des personnes âgées ou de santé fragile. Il faut faire très attention avec des personnes souffrant d'insuffisance hépatique, cardiaque ou rénale.

Cette technique a fait ses preuves dans le monde oriental et elle est même pratiquée en milieu clinique dans des hôpitaux en

Chine, mais reste méconnue en Occident. Ceci est peut-être lié à une certaine brutalité dans la manipulation du pied et sans doute au niveau de connaissances en MTC exigé pour bien exercer cet art. Vu l'intérêt grandissant pour les études en MTC et les pratiques associées, ainsi que le haut niveau d'enseignements sérieux qui visent à former d'excellents praticiens, le moment est venu de faire connaître la réflexologie chinoise à un plus grand public.

Elske Miles.

## - REFLEXOLOGIE PLANTAIRE ET SHIATSU ASSIS A LA CRECHE -



La crèche ARC-EN-CIEL, basée en banlieue parisienne, est une crèche de structure associative. Elle a pour vocation le soutien aux familles en difficultés (parents au chômage, mère célibataire, logement insalubre, enfant sous alimenté, femmes ayant des horaires de travail décalés et/ou fragmentés...).

Le personnel de la crèche est motivé, compétent. Il est, cependant, très sollicité par les familles, par les enfants (organisation des jeux, activités, repas, cris, pleurs). Etre toujours disponible, souriant et efficace génère chez les puéricultrices, éducatrices et aides maternelles, fatigue, stress, maladies....

Connaissant la Présidente de l'association, je lui ai proposé des séances de shiatsu assis pour son personnel. Au début, la fréquence de mes interventions était mensuelle. Les séances de 45 mn étant très appréciées, et surtout très profitables, nous sommes très vite arrivés à une fois par semaine ! Et dans les couloirs, la directrice s'amuse à identifier (avec succès !) les personnes venant de recevoir un shiatsu. Leurs visages sont détendus et rayonnants.

L'association a donc privilégié de prendre soin de son personnel pour une plus grande efficacité auprès des enfants. Après une séance ils sont beaucoup plus sereins, calmes et reposés. De plus, en 6 mois, la directrice a relevé une baisse très significative des arrêts de travail et de l'absentéisme de son personnel et donc des gains sur sa masse salariale ! Le conseil d'administration de l'association a ainsi voté la prolongation de mes interventions, éva-

luées comme «économiquement rentables».

Maintenant, le personnel attend les vendredis avec impatience, et même s'ils ne reçoivent pas chacun un shiatsu, **ma présence leur rappelle que leur employeur prend soin d'eux !** C'est tout aussi important.

Puis, quelques mois après, la directrice m'a demandé si je pouvais pratiquer également du **shiatsu pour les enfants de la crèche**. Il y a 3 sections : les petits de 3 mois à 1 an, les moyens de 1 an à 2 ans, les grands de 2 ans à 3 ans. Les installer sur ma chaise n'était pas possible ! Je me suis donc créé un protocole ! J'ai proposé de la réflexologie plantaire.

Afin d'éviter tout souci et toute équivoque (problème de pédophilie), je propose la réflexologie dans la grande salle, sur le tapis de jeux avec les autres enfants et sous le regard des éducatrices.

La première fois, j'étais pétrifiée. Je ne savais pas trop comment j'allais aborder le mot réflexologie plantaire avec les enfants ! Je leur ai dit que j'allais faire des massages des pieds. Marine, 3 ans, a enlevé ses



chaussons et m'a dit : « c'est moi la première ! » Je n'ai donc pas eu besoin de faire de grand discours ! Merci à Marine car elle est restée 10 mn sans bouger et a conclu par un « c'est super ! » tonitruant et déclenchant de nouvelles « vocations » : d'autres enfants ont voulu essayer !

Certains ne veulent pas. Je ne force jamais car nous devons respecter l'intimité de chacun, même et surtout celle des enfants et des bébés. Léane, 3 ans, n'en voulait pas, elle disait : « c'est nul ! ». Puis un jour elle

me dit : « je veux avec Inés » (l'éducatrice). Je demande à Inés de venir s'installer à côté de moi, et de faire comme moi ! Nous avions chacune un enfant ! Au bout des 10mn, Léane se relève et me dit : « maintenant tu m'en fais un ! ». Depuis ce jour, à chaque séance elle veut être la première.



Dans la section des grands et des moyens, lorsqu'ils me voyaient arrivés, c'était « massages, massages ! » et moi de répondre « non, je m'appelle Sophie ! ». Maintenant, c'est « Sophie, c'est à moi ! ». Ils enlèvent leurs chaussons et vont s'installer sur le tapis de jeux. Les tours de rôle ne sont pas toujours faciles à mettre en place ! Ils veulent tous passer les premiers !

Dans la section des bébés, c'est beaucoup moins démonstratif ! Mais tout aussi attachant, et bénéfique. Je commence toujours par les bébés qui pleurent, et dès que je commence à leur masser les pieds, leurs pleurs cessent !

Après quelques mois, le médecin de la PMI (Protection Maternelle Infantile) a constaté que les enfants étaient moins malades dans cette crèche que dans les crèches avoisinantes.

Je suis ravie de cette expérience ô combien gratifiante !

Il y a beaucoup de crèches. Il vaut mieux privilégier les crèches associatives ou familiales, car elles ont leur propre budget. Il y a du travail en perspective...

Sophie JOLLAIN-LOCATELLI

## Parfum d'été, par grande faim... de plaisirs tropicaux.

Salade de fleur de bananier, tofu farci à la papaye verte, jus de mangue frais, en guise de bienvenue au pays de douces verdure – pays des rizières, de l'eau et de la jeunesse fougueuse... C'est bien ici que le botaniste ou le simplement passionné des plantes est tenté de tirer sa révérence face à autant de richesse légumineuse et donc de fantaisie culinaire.

Pour vous inciter à passer un été où le rythme trop souvent effréné de l'année scolaire cède le pas avec beaucoup de galanterie à des journées aux contours plus souples, je vous offre ces quelques vers de résonance synchronique.

Volets mi-clos  
pour garder dehors

la chaleur étouffante,  
la douceur ombragée de l'ylang-ylanguier,  
pénètre l'intérieur révolu  
avec son arrière goût de vie coloniale,  
ses ventilateurs qui broient du noir  
contre l'injustice que c'est  
que de travailler dur à entretenir l'oisiveté  
des habitants...  
L'odeur suave et sucrée déborde de la fleur  
- même fermée -  
pour arracher l'après-midi aux lois de la  
productivité.

Incitation au voyage estival dans le  
paysage des sens:

2ml HECT Ylang-ylang (totum)  
1ml HECT Bois de Santal  
1ml HECT Epinette noire  
1ml HECT Petit grain (fe.)  
1ml HECT Gingembre  
44ml HV Tournesol

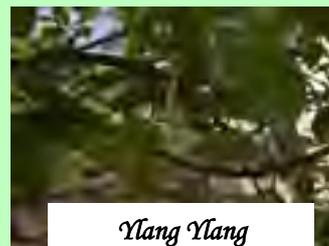
Conseils d'utilisation :

- Appliquer avec parcimonie à l'abri du soleil \*  
sur la colonne vertébrale et/ou en massage  
ventral.

- Partager avec un/une intime.

• Attention : certaines huiles essentielles dans le mélange sont photosensibilisantes !

Elske Miles.



## - SHIATSU DANS LE DESERT - - SHIATSU DANS LE DESERT -



Nous avons développé, en association avec un grand [voyagiste](#), une offre proposant des séjours « shiatsu » dans le désert.

Nous avons travaillé sur un séjour dépaysant géographiquement et culturellement dans lequel la grandeur du désert sert d'écrin à la pratique du shiatsu. Espace, détente et magie du désert permettent à notre pratique de donner du sens au mot bien-être.

Pour cela nous avons fait appel au spécialiste reconnu du désert, «**DESERTS**» filiale de **VOYAGEURS du MONDE**. La qualité et le professionnalisme de ce

voyagiste, ainsi que son éthique ont été déterminants dans notre choix. En effet «**DESERTS**» est membre

fondateur de ATR, l'association Agir pour un Tourisme Responsable ». Cette association établit une charte, un label équivalent à ceux du commerce équitable, qui font du voyageur autre chose qu'un simple pourvoyeur de transport rentable, en imposant des règles très précises de respect des biotopes et des populations locales par exemple.

Un séjour qui restera gravé dans les mémoires. Si vous êtes tentés par cette expérience sans pareille, n'hésitez pas à vous rendre rapidement sur le site très complet de «**DESERTS**», car nous avons tenu à ce que les groupes ne dépassent pas 14 personnes.



Michel Odoul.

## - LE SITE INTERNET DE L'INSTITUT -



Et bien voilà, c'est fait! L'Institut vient d'ouvrir son site Internet. Média d'aujourd'hui, Internet ne pouvait plus continuer à exister sans nous. Ce n'était pas raisonnable. Trêve de plaisanterie! Ce site va être notre vitrine. Il présente l'Institut et l'ensemble des activités qui s'y développent. Nous avons tenu à ce qu'il soit le plus facile d'usage tout en restant le plus complet. Nous espérons également qu'il devienne une référence. C'est pourquoi il présente nos formations dans tous les domaines mais également un historique du Shiatsu, la situation européenne, les projets, etc. Le site propose également la Lettre de l'Institut, permettant à ceux qui ne la connaissent pas, de pouvoir la découvrir et à ceux qui ont perdu un numéro de la retrouver. En tant que vitrine enfin, notre site sera un lien essentiel avec les médias et toute personne cherchant à en « savoir plus » sur le Shiatsu, la Réflexologie Plantaire et les Huiles Essentielles.

Bientôt une rubrique destinée aux « infos stagiaires » sera consultable. N'hésitez pas à aller surfer sur [www.shiatsu-institut.fr](http://www.shiatsu-institut.fr) pour le découvrir et le visiter de fond en comble.

Michel Odoul.



## - L'INSTITUT PRESENT AU SALON « RENTREZ ZEN » -

L'Institut a pris, en plus de celle de la création du site Internet, une deuxième orientation ce trimestre, à savoir la présence au Salon Rentrez Zen qui aura lieu du 15 au 19 septembre, Porte de Champerret à Paris. Notre participation à ce salon s'inscrit tout à fait dans notre politique de promotion du Shiatsu en général. Il sera également une « vitrine » importante pour l'Institut. Il ne sera pas question d'y faire des séances ou des démonstrations de shiatsu mais de faire connaître auprès du public ce qu'est cet art de la santé et de quelle façon on peut s'y former. Nous aurons un très beau stand et les animateurs et assistants de l'Institut y seront présents à tour de rôle. Michel y animera une conférence le 16 septembre à 19 h. sur le thème « La maladie est-elle une fatalité ou un hasard » et en co animera une seconde le 17 septembre à 17 h. avec Elske Miles sur le thème « Les huiles essentielles, énergies de vie, énergies de soins ».

Nelly.



## - UNE MUTUELLE REFERENCE L'INSTITUT » -

Une nouvelle Mutuelle, « DOLCE MEDICA Santé + » appartenant au Groupe Walliance a développé une « Complémentaire Santé spéciale Médecine Douce » qui prend en charge, en plus des actes classiques traditionnels, le remboursement des actes d'ostéopathie, homéopathie, étioopathie, acupuncture, naturopathie, chiropratique et... Shiatsu.

La qualité et le contenu de nos formations ont permis à l'Institut d'être un organisme agréé par cette mutuelle après enquête et visite de leur part.

Quelles sont les conséquences de cette décision ? L'agrément que l'Institut a obtenu a donc pour effet de permettre, à tout patient adhérent à cette Mutuelle, d'obtenir le remboursement de séances de Shiatsu thérapeutique reçues chez des praticiens professionnels diplômés de l'Institut.

Bien entendu, l'enjeu est majeur pour cette mutuelle et pour tout organisme agréé tel que nous venons de l'être. Citons un extrait du courrier que cette mutuelle nous a adressé :

« En effet, si l'ouverture de ces remboursements constitue une opportunité non négligeable du développement des médecines non conventionnelles, la réussite de cet élargissement du système de remboursement à des pratiques de santé non prises en compte par la Sécurité Sociale (mais considérées comme complémentaires par un public grandissant) repose tout entier sur la responsabilité, non seulement des praticiens eux-mêmes, mais aussi et surtout des écoles garantes de leur formation. »

Nous sommes d'autant plus fiers d'avoir été retenus par leurs soins. Il est vrai que cela nous responsabilise encore plus !

-La formation est primordiale et sa qualité doit en permanence s'accroître, ce que nous continuons à faire et que nous continuerons à faire en référence aux meilleures grandes écoles européennes. Nous travaillons à définir des standards de formation et de pratique européens.

-Le niveau de qualité des praticiens continuera à être mesuré dans des examens exigeants de pratique et de théorie et dans

le respect strict de la charte de déontologie et d'éthique.

**-Seules, bien évidemment, les consultations en shiatsu thérapeutique pourront faire l'objet de remboursement, ce qui implique que seuls les praticiens professionnels en shiatsu et psycho énergétique seront agréés par l'Institut.** A l'inverse, aucune prestation de shiatsu de confort n'est concernée.

La réussite du système se mesurera en terme d'équilibre global et tout le monde comprendra que le « trou de la sécurité sociale » a largement démontré les limites d'un système de prise en charge non responsabilisant.

Comment procéder lors de la réception d'un client adhérent à cette mutuelle lorsque l'on est praticien professionnel agréé par l'Institut ?

Vous remettez une facture à votre client indiquant que vous êtes diplômé de l'IFS et lors de l'envoi pour remboursement, la mutuelle validera, auprès de nous votre statut. D'ailleurs, il est tout à fait possible que des collaborateurs de cette mutuelle souhaitent vous rencontrer et visiter votre bureau de consultation.

Combien coûte l'adhésion à cette mutuelle ? Nous avons demandé quelques exemples chiffrés du coût mensuel :

- pour un adulte de 35 ans célibataire : 52 € par mois. 350 € de séances de shiatsu peuvent être remboursés par an (en plus des soins classiques traditionnels)
- pour un adulte de 35 ans avec un enfant : 78 € par mois. 2X 350 € = 700 € de séances de shiatsu peuvent être remboursés par an (en plus des soins classiques traditionnels)
- pour deux adultes de 35 ans avec un enfant : 116 € par mois. 3X 350 € = 1050 € de séances de shiatsu peuvent être remboursés par an (en plus des soins classiques traditionnels)

- pour un adulte de 45 ans célibataire : 66 € par mois. 350 € de séances de shiatsu peuvent être remboursés par an (en plus des soins classiques traditionnels).

Les responsables insistent sur le fait que ces tarifs sont indicatifs, en effet, chaque tarification doit être personnalisée. De plus, le devis est valable deux mois et ce d'autant plus que ce domaine étant très nouveau, beaucoup de paramètres peuvent changer : de nouveaux partenaires peuvent rejoindre Dolce Médica et participer à faire baisser les prix, une dérive de remboursements indus venant en plus des soins classiques et non « à la place de », feront périlcliter le système.

Pour tout renseignement, prenez contact avec :

DOLCE MEDICA Santé +  
Groupe WALLIANCE  
BP 108  
93162 NOISY LE GRAND CEDEX  
N° indigo 0892 235 120.

A notre connaissance, cette mutuelle, et nous la félicitons pour son courage et son engagement est la seule à proposer ces prestations. Merci à Sophie de nous l'avoir fait connaître et faites la connaître autour de vous. Et surtout, si vous connaissez d'autres prestataires, informez-nous, nous en parlerons dans la prochaine lettre.

Nelly.



**Vivre Debout ou l'équilibre retrouvé**  
de Nicolas Bounine.  
Ed JC Lattès Prix: 17,00 €



« Vivre debout », est une autre façon de nommer la théorie de l'homme entre le ciel et la terre.

De plus en plus d'ouvrages sont consacrés au rapport corps-esprit. Signe que les consciences ne se suffisent plus des explications mécanistes de notre système de soin classique et sont prêtes à entendre autre chose ?

Kinésithérapeute de formation, Nicolas Bounine aurait pu se contenter de ce « titre », et appliquer ce qu'il avait appris durant sa formation. Mais il fait partie de ces gens amoureux de la vie, passionné par son métier en particulier et le fonctionnement de l'humain en général.

Pour cela, il n'a pas hésité à partir à l'exploration d'autres façons de soigner le corps et d'appréhender la maladie. Un séjour en Amérique du sud a été son moyen de s'ouvrir aux autres et à lui-même. Le contact de ces peuples « simples », au rapport à la nature encore ancré lui a donné envie d'explorer d'autres choses, notamment le concept d'énergie. Au fil de son ouvrage, de ses 25 années d'expériences, il nous raconte son parcours, ses différentes formations et comment il a cherché à créer des ponts entre chacune au lieu d'ériger des murs. Il a mis au point sa méthode qu'il nomme MPO pour « Modelage Postural Ostéotendino-aponévrotique. »

.../...

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

**A VOIR - Direct 8 :** Michel Odoul intervient sur la nouvelle chaîne TNT le 20 juin 2005 de 11h à 12h dans le cadre de l'émission « Bien Etre ». A vos décodeurs.....

- **ça m'intéresse :** le numéro d'avril titre en couverture : « Acupuncture, shiatsu, ayurvéda, pharmacopée traditionnelle... Les médecines orientales au secours de notre santé », 9 pages sont consacrées à ce dossier où l'on apprend, entre autres, que 49% des français ont eu recours au moins une fois dans leur vie à une médecine alternative, contre 70% des Canadiens et 42% des Américains. Merci à Lukas de nous l'avoir fait connaître.

- **THALASSO International § SPAS :** Dans le numéro « Eté » Michel Odoul, rédacteur de la rubrique « Belle et Zen » a rédigé un article de deux pages, sur les huiles essentielles. Souvenez-vous, le précédent article était consacré au shiatsu, le prochain parlera des cheveux. L'édition consacrée aux professionnels doit bientôt sortir, un article est consacré à la formation en shiatsu. Pour toutes les personnes travaillant en centres de Thalasso.....Pensez à faire abonner votre employeur !

- **Vivre Zen :** la très luxueuse revue bimestrielle de mai juin 2005 consacre un article de quatre pages au massage : des plus traditionnels, ayurvédique, shiatsu aux plus nouveaux : le « bamboo » massage utilisant le bambou et les huiles essentielles tièdes.

- **Karaté Bushido :** le numéro de avril-mai-juin consacre 16 pages au « tour du monde des massages ». Pour le shiatsu, les photos ont été réalisées à l'Institut. Vous découvrirez dans ce dossier, en plus des grands massages traditionnels, le Watsu, contraction de « water » et « shiatsu ». C'est une approche corporelle mise au point par Harold Dull, un maître shiatsu, dans les eaux chaudes de Californie, en 1980. Elle se pratique en France dans certains centres de thalasso, en piscine à 33°. Soutenu au niveau de la tête et du bassin, le praticien vous berce au rythme de votre respiration. Le système énergétique est stimulé par la dynamique de l'eau et les points de shiatsu pratiqués par le praticien. A découvrir !

- **Génération Tao :** Le n° hors série n°4 du printemps 2005 est entièrement consacré aux massages énergétiques et aux thérapies manuelles. Une distinction est faite entre les massages de tradition, les massages d'aujourd'hui et les thérapies manuelles. Dans les massages de tradition, 4 pages sont consacrées au shiatsu et 3 à la réflexologie plantaire. Merci à Patricia de nous l'avoir fait découvrir.

- **Manifestation « Cultures et société » :** Frédéric, l'un de nos stagiaires a organisé du 19 au 30 mai, à Livry Gargan des séries de conférences et rencontres sur les philosophies orientales avec notamment la présence de Matthieu Riccard. Sylvie, l'une de nos stagiaires a animé une conférence sur le Taoïsme. Bravo à tous les deux !

## Actualités du shiatsu .....dont les perspectives d'emploi engendrées par ce développement économique

- Rachel, l'une de nos stagiaires, travaille régulièrement, lorsqu'elle est en France pour la société Culture Zen. Cette société organise des événements à la demande de clients et souvent des prestations en shiatsu assis sont proposées. Vous avez la possibilité de découvrir le site et de proposer votre CV en ligne : [www.culturezen.com](http://www.culturezen.com)
- Dans la lettre précédente, nous vous avons indiqué que l'Institut avait été sollicité pour intervenir dans le cadre d'un séminaire d'encadrement d'une grande **société française de télécommunications** et ce à la demande de Géraldine, l'une de nos stagiaires et consultante en entreprise. 3 de nos stagiaires, nouvellement installés, sous la responsabilité de Christiane Serres se sont déplacés à Valence le 7 avril et ont permis de faire découvrir le shiatsu assis et de détendre les cadres stressés. Géraldine nous a fait part du grand succès de cette prestation auprès des cadres.
- Dans un cadre similaire, nous avons répondu à une demande concernant une grande **banque française** se développant à l'international. 6 de nos stagiaires sous la responsabilité de Christiane ont effectué des prestations de shiatsu assis à environ 50 cadres, le 6 juin à Louveciennes.
- Deux grandes marques de soins et de maquillage, Shiseido et Shue Uemura proposent du shiatsu.
  - Shu Uemura présente ainsi son initiation au shiatsu dans la lettre d'avril du magasin « Le Bon Marché » : « l'initiation au shiatsu est l'étape nécessaire et indissociable du maquillage, le soin visage est la voûte de l'art de la beauté à la japonaise ». Des cours de soins « japonais fondamentaux » étaient proposés à la clientèle.
  - Shiseido, dans la même lettre, propose des soins pour le visage, « relaxé grâce à un massage shiatsu dans la pure tradition japonaise ».

**Le shiatsu devient incontournable dans le domaine du bien être, du confort, surtout lorsqu'il y a recherche de qualité voire de luxe !! Très très tendance !!!!**

Nelly.

Vous connaissez maintenant cette rubrique. Le témoignage de Sophie que vous avez pu lire en page est passionnant et édifiant sur les effets du Shiatsu et de la réflexologie. Bravo pour sa ténacité et sa responsabilité. Elles signent une pratique juste et adaptée qui font les praticiens de qualité. Bravo également Laurence pour son installation. Celle de son local a été une expérience indéniablement riche, pas toujours simple. Mais elle a démontré sa motivation, une qualité essentielle à toute profession indépendante.



Oh oui! Même dans les Ardennes profondes la Réflexologie Plantaire est présente. Tout à fait par hasard, j'ai trouvé un local, avec une vitrine, rue longue... Il y en a une aussi à Charleville-Mézières !!

Je l'ai refaite entièrement, quel plaisir, quelle excitation de se fabriquer son chez soi, dur, fatigant, on avance, mais on avance, à son rythme, et le jour ou tout est achevé, whouaou !! j'étais toute impressionnée par le résultat, et je me suis dit "bon et bien maintenant il ne reste plus qu'à faire tourner la boutique".



Ma pub, 1/3 de format A4, que je parsème dans les boulangeries (la boulangère d'à côté et sa vendeuse viennent tous les mois ou presque) dans les bureaux de tabac, et quelquefois dans un restaurant, je roule ma plaquette et avec un petit trombone ça fait quelque chose de joli que l'on peut poser sur une table.

Quelques pharmacies également me font de la pub (une m'a dit que ça l'inquiétait de voir tant de gens qui prenaient autant d'antidépresseurs). Enfin je sème mes petites feuilles un peu partout, au gré de mes parcours en ville.

Voilà, petit à petit le bouche à oreille se fait, avec des creux et des monts, le doute comme tout le monde quand le téléphone reste silencieux, mais je garde confiance, et je n'hésite pas à discuter sur le pas de la porte avec les gens (quand je lave mes vitres !) et je tente de leur expliquer les bienfaits de la Réflexologie et surtout le bien être que l'on en retire.

Je découvre et j'aime de plus en plus ce que je fais, c'est merveilleux les petits pieds !!! Les grands aussi d'ailleurs.

Laurence IRTHUM-BLOND

- INFOS EXAMENS - - INFOS EXAMENS -

**RAPPEL**

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

L'examen aura lieu le **mardi 28 juin 2005 à Paris**. Cet examen est ouvert aux élèves ayant suivi l'intégralité du 1<sup>er</sup> cycle de formation et étant à jour de leur adhésion.

45 candidats se présentent et attendent le « grand jour » avec décontraction et tranquillité comme il se doit.

**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<sup>er</sup> degré ou praticien de confort, ayant suivi l'intégralité du 2<sup>ème</sup> 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.**



.../...

Inspiré par le travail de Michel Odoul qu'il cite dans son livre, il sort de la seule vision mécaniste pour l'enrichir de la dimension énergétique et du décodage des maux du corps.

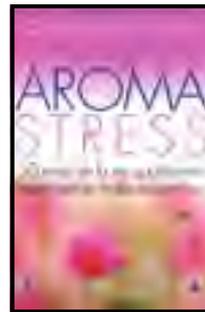
Ce livre est un message d'espoir à plus d'un titre. Au travers des nombreux témoignages contenus dans l'ouvrage, le lecteur est amené à se rendre compte du fait que le pronostic ne doit pas être réduit au diagnostic et que le miracle de la guérison n'attend qu'à émerger des profondeurs pour peu que l'on soit prêt à écouter et entendre le message du corps, et le (se) traiter en conséquence.

Bertrand.

**Aroma Stress: 50 stress de la vie quotidienne traités par les huiles essentielles par le Dr Jean-Pierre Willem**

**Ed. Albin Michel. Prix 12 €**

Le Dr Jean-Pierre Willem n'est plus à présenter. Personnage atypique du paysage médical, ce grand spécialiste des huiles essentielles nous propose ici un livre « au quotidien ». Le stress, ce grand phénomène généré par les processus de vie actuels, est présent dans le quotidien de chacun d'entre nous. Avoir un outil simple pour pouvoir mieux le gérer voire s'en débarrasser est un rêve. Ce livre va nous aider à concrétiser ce rêve. Après avoir posé quelques définitions et explication sur le stress, Jean-Pierre Willem nous propose une panoplie de recettes et de réponses, adaptées à chaque type de stress rencontré et vécu. Peur des transports, paniques, nervosité, rupture, surmenage, spasmodie, etc. trouvent une aide voire une solution dans ce livre. A avoir chez soi et à utiliser en respectant scrupuleusement les dosages et précautions.



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:

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), Patricia,  
Christine, Peter,  
Dorothée, Philippe,  
Dominique, Sophie,  
Elodie, Sylvie,  
Jean-Paul, Viviane,  
Laurence, Et les autres.  
Loïc,  
Maxime,  
Nathalie,



SHIATSU		
Niveau 1	session de week-end	session de semaine
Tarif 395, 00 €	09, 10, 11 septembre 2005	11, 12, 13 octobre 2005
Niveau 2	session de week-end	session de semaine
Tarif 395, 00 €	4, 5, 6 novembre 2005	31 janvier, 1 et 2 février 2006
Niveau 3	session de week-end	session de semaine
Tarif 790, 00 €	18, 19, 20 septembre 2005	
1° partie	10, 11, 12 juin 2005	21, 22, 23 juin 2005
2° partie	1, 2, 3 octobre 2005	
	16, 17, 18 septembre 2005	20, 21, 22 sept. 2005
Shiatsu ASSIS	session de week-end	session de week-end
Tarif 295, 00 €	17, 18 septembre 2005	10, 11 décembre 2005
Shiatsu Fondamental	session de week-end	session de week-end
Tarif 525, 00 €	7, 8, 9 octobre 2005	6, 7, 8 janvier 2006
Perfectionnement	Shiatsu Niveau 1	Shiatsu Niveau 2
Tarif 125, 00 €/niv.	19 octobre 2005	20 octobre 2005
Perfectionnement	Shiatsu Assis	Shiatsu Fondamental
Tarif 125, 00 €/niv.	09 décembre 2005	18 octobre 2005

NOUVEAU SUPERVISION		en semaine	en semaine
Tarif 145, 00 €		10 novembre 2005	

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

DO IN		en semi week-end	en semaine
Tarif 295, 00 €		3, 4 mars 2006	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 €		30 sept. 01 octobre 2005	22, 23 novembre 2005
Niveau Professionnel		en week-end	en week-end
Tarif 445, 00 €		24, 25, 26 juin 2005	02, 03, 04 décembre 2005
Perfectionnement			
Tarif 125, 00 €		08 décembre 2005	19 mai 2006

### 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	
Tarif 880, 00 €		13, 14 décembre 2005, 1, 2 mars 2006	
		23, 24 mai 2006	15 septembre 2005
Perfectionnement			

### PSYCHOLOGIE DU PRATICIEN

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