

La Lettre

"de l'Institut Français de Shiatsu"

ÉDITORIAL

Femelle chafouine...

Lettre trimestrielle de
l'Institut Français
de Shiatsu

N°51 - AUTOMNE 2014-

8 € -

le 10 septembre 2014



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

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

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

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

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

www.shiatsu-institut.fr
www.reflexologie-institut.fr
page facebook

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

Derrière ce titre provocateur se cache l'histoire d'une femelle truqueuse, menteuse et profiteuse qui n'a pas hésité à usurper un statut que seules les femmes peuvent revendiquer. Et ce uniquement pour profiter du système, avoir une vie plus confortable, occuper la première page des médias et peut-être même se venger de son maître... Et tout cela grâce au mensonge! Quelle honte! Che vergonia comme disent nos amis italiens.

De quoi s'agit-il? La plupart d'entre vous a sans doute déjà compris que je souhaite vous parler d'une femelle panda particulièrement intelligente et manipulatrice. Lisez-plutôt ce qui s'est passé en Chine, dans la région de Chengdu.

Tout le monde connaît les pandas, ces ours si particuliers et semblables à des peluches. Leur espèce est un trésor en Chine, car elle est menacée. Il n'existerait aujourd'hui plus que 1500 à 1600 individus en liberté, leur territoire se réduisant comme une « peau de chagrin ». La menace est simple, les pandas ne se nourrissent que de certaines variétés de bambou. Le coupable est comme bien souvent l'être humain et sa prolifération ou son avidité.

Dans les provinces du Shanxi, du Gansu et du Sichuan, leurs forêts sont détruites pour laisser place à l'agriculture. Las, la Chine cherche pourtant à protéger cette espèce emblématique en créant des centres où elle est protégée. Le pays n'en perd pas pour autant le sens des réalités et n'hésite pas à louer, pour des sommes faramineuses, certains pandas, comme ceux présents au zoo de Bonneval qui font le bonheur des enfants.

Seulement, la nature et les animaux sont beaucoup plus sensibles et évolués que nous le pensons. Face à la disparition de son territoire, l'espèce des Pandas réagit comme toutes les espèces: elle diminue voire stoppe sa fertilité et sa natalité. Les autorités chinoises ont donc créé des centres de reproduction pour pandas. Véritables parcs de vacances pour ursidés noirs et blancs, ces centres dorlotent les femelles en gestation.

Chambres individuelles, air climatisé, feuilles et tiges de bambous tendres, et même, tenez vous bien, petites brioches et fruits variés! Mieux que le Club, un vrai traitement de reines. Et c'est

là que tout commence. Une femelle panda a réussi un coup de bluff incroyable. Elle a simulé une grossesse! Elle est allée jusqu'à augmenter ses sécrétions hormonales, trompant ainsi les analyses, à prendre des postures de type « femelle enceinte », à modifier son appétit, etc. Et pourquoi pas des malaises tant qu'on y est? Tout cela dans un seul but: améliorer son quotidien et se faire choyer!

Le bluff a si bien réussi que le centre de reproduction avait même convoqué les médias et prévu une retransmission télévisée de l'accouchement. Finalement la supercherie fut découverte quelques jours avant et tout dut être annulé. Les spécialistes du centre ont d'ailleurs déclaré que Ai Hin (c'est le nom de la femelle), n'était pas



la première à avoir fait cela... D'autres femelles se seraient-elles déjà livrées à ce genre de simulations? Ils évoquent aussi un autre cas de comportement « émotionnel » de pandas. Un mâle serait tombé en dépression le jour où il a été séparé de sa compagne de cage dorée. Il n'a retrouvé son allant et sa vitalité que le jour où les responsables du centre où il vit, ont décidé de lui installer un téléviseur sur lequel il peut suivre les allées et

venues de sa belle... On voit bien là que toute ressemblance avec une actualité franco-française, ne peut qu'être fortuite...

Que pouvons nous retirer de tout cela, si ce n'est un principe d'humilité? Finalement les humains ne savent pas grand-chose puisque des animaux peuvent les berner. Nous n'avons rien inventé, la vie sait et a su tout faire avant nous. Nous ne savons que copier et nous approprier ce que nous avons copié en nous persuadant l'avoir découvert. Les animaux nous donnent des leçons dans tous les champs de la vie. Ils savent se soigner, ils savent faire de la politique et développer des stratégies, ils savent berner, etc. Mais eux ne cherchent pas à nuire et ils respectent leur biotope en ne prélevant que le strict nécessaire.

C'est en observant la vie et ce qu'elle montre que les anciens chinois ont déduit l'invisible et le subtil. Ils en ont tiré une connaissance dont nous ne mesurons aujourd'hui qu'une infime partie. La chance qui est la nôtre, à l'Institut, c'est qu'à travers la M.T.C. et ses déclinaisons pour le Shiatsu, la Réflexologie et les Huiles Essentielles, nous tutoyons un peu cela.

Bonne rentrée à tous.

Michel Odoul.

*"Ne craignez pas d'être lent, craignez seulement d'être à l'arrêt."
Dicton chinois..*

Le chémotype...



Un dossier proposé par Elske Miles.

Les médecines douces! Voilà un titre tellement rassurant et répandu pour nommer les pratiques alternatives à la médecine chimique ou opératoire. On les appelle également « médecines non-conventionnelles ». Bref des terminologies confuses, un peu comme si les instances officielles ou les tenants de ces approches avaient peur de nommer, de gêner, de faire des vagues. Un peu comme la femelle panda de l'éditorial, qui pour obtenir un peu plus à manger, simulait une grossesse, les approches alternatives tentent-elles d'avoir un peu du gâteau?



J'espère que non. Cependant il faut arrêter de croire que nos pratiques sont « gentilles », anodines ou douces. Nous devons être responsables et professionnels, non seulement dans notre pratique mais également dans notre communication. Certains gestes en Shiatsu ou en Réflexologie peuvent être douloureux voire blessants. Certaines huiles essentielles peuvent être nocives. Par conséquent nos approches ne sont pas des médecines douces, ce sont des médecines naturelles, saines, sans effets iatrogènes et dans lesquelles le patient se doit d'être impatient et de participer activement au processus de soin.

Le dossier de ce trimestre explore la question dans le domaine des huiles essentielles. Trop souvent celles-ci, du fait de leur présentation « cosmétique », nous semblent être d'un usage anodin et laissant place à l'inspiration personnelle ou à l'approximation. Il faut reconnaître qu'un certain nombre de publications le laissent penser. Elske Miles revient sur cette question essentielle (!) car de nombreux praticiens et pratiquants en Shiatsu et en Réflexologie utilisent des huiles. Alors lisez plutôt et gardez toujours en mémoire ce qui suit.

Michel Odoul.



Le chémotype est la condition *sine qua non* de tout usage des huiles essentielles!

Aujourd'hui, il y a un tel engouement pour les produits d'aromathérapie que nous trouvons, même en grande surface, des flacons d'huiles essentielles unitaires, sans parler du foisonnement d'huiles de massage élaborées... En effet, les huiles essentielles sont de véritables trésors aux multiples vertus thérapeutiques qui peuvent accompagner très avantageusement toutes les techniques corporelles enseignées à l'Institut, que cela soit le shiatsu ou les différentes formes de réflexothérapie. Et pourtant, au sein de l'Institut, nous ne cessons de rappeler que l'usage de toute huile essentielle engage la responsabilité de celui qui l'utilise. A plusieurs re-

prises, j'ai entendu un assistant capé freiner l'élan d'un élève qui voulait acheter des huiles essentielles dans notre « boutique » en l'interrogeant gentiment pour savoir si l'acheteur potentiel connaissait suffisamment les huiles essentielles pour savoir les utiliser de manière sûre.

Notre posture préconisant la rigueur et la responsabilité peut paraître disproportionnée dans un contexte commercial où les huiles essentielles sont de toute façon disponibles en vente libre, mais elle s'impose. C'est la condition permettant de découvrir réellement ces trésors thérapeutiques que la Nature nous offre.

La notion du chémotype est absolument fondamentale en aromathérapie. Elle a profondément influencé l'usage des huiles essentielles dans un but thérapeutique en France, pays d'origine de l'aroma-

thérapie. L'accent que les chercheurs comme Pierre Franchomme et le docteur Pénélo ont mis sur les différentes molécules biochimiques composant une huile essentielle en publiant, en 1990, LE livre de référence en aromathérapie clinique (L'aromathérapie exacte : Encyclopédie de l'utilisation thérapeutique des huiles essentielles) illustre indéniablement l'intérêt de cette précision biochimique pour faire un usage plus précis et plus sûr des huiles essentielles. Désormais, le chémotype devient la condition *sine qua non* de l'usage thérapeutique des huiles essentielles.

Malheureusement, son importance est encore souvent méconnue, voire minimisée dans une utilisation dilettante des huiles essentielles. C'est une excellente raison de lui consacrer un dossier complet pour cette rentrée.

Mais c'est quoi, le chémotype ?

Grâce à notre longue histoire viticole en France, la notion du chémotype est facile à appréhender. La nature nous offre, non pas un seul type de raisin, mais plusieurs variétés. De plus, chaque variété manifeste des caractéristiques bien spécifiques grâce à des facteurs déterminants du biotope dans lequel elle vit : la qualité de la terre, l'exposition au soleil, la végétation avoisinante, les conditions climatiques... Ce sont autant d'éléments qui influencent les fruits, puis, évidemment, le vin qui en est issu. Le terroir d'origine s'exprimera dans le vin par des accents plus minéraux, ferrugineux, fruités, fumés selon les caractéristiques du sol : calcaire, argileux, sableux... Ainsi, les pieds de vigne bordelais de la variété cabernet sauvignon cultivés dans la région du Cap en Afrique du Sud, ne donnent pas les mêmes caractéristiques au vin que ceux qui s'enracinent dans le Médoc.

Il en est de même pour les plantes aromatiques où un changement de « terroir » d'origine peut faire apparaître de nouvelles molécules biochimiques qui sont absentes dans les plantes cultivées dans un autre biotope. Or, c'est la composition biochimique qui détermine l'indication thérapeutique de l'huile essentielle. Chaque chémotype diffère signale la présence d'une molécule spécifique dans une huile essentielle donnée, influençant par conséquent, son activité thérapeutique habituelle. La composition biochimique d'une plante ne reste pas inchangée lors de son cycle de vie :

ainsi l'art alchimique de la distillation connaît le calendrier propice pour la cueillette de chaque plante aromatique.

Si, dans l'exemple de la fabrication du vin, la modification du « chémotype » du raisin n'a pas de fâcheuses conséquences pour la santé, la distillation d'une plante aromatique dont on ignore la spécificité biochimique peut entraîner de graves dégâts. A ce titre, rappelons l'histoire de l'absinthe...

Absinthe, ou la boisson Interdite !

Quelle est l'histoire de cette boisson alcoolisée qui était devenue très à la mode à la fin du dix-neuvième siècle dans le monde littéraire. Tant que les plantes d'absinthe (*Artemisia absinthium*) que l'on distillait pour la fabrication de la boisson venaient du Sud de la France, le produit ne contenait qu'un faible pourcentage (4%) d'une molécule extrêmement toxique pour le système nerveux, le thuyone. Pour répondre à la demande croissante des consommateurs pour cette boisson, on a commencé à cultiver la plante aux alentours de la capitale. Ce changement de biotope a fait augmenter le taux de thuyone dans le produit fini à 50% A ce taux élevé, la boisson est devenue très nocive provoquant la folie chez de nombreux consommateurs, ce qui a valu son interdiction dans le pays.

Cette même molécule neurotoxique de la famille biochimique des cétones appelée, thuyone, se trouve également dans des huiles essentielles d'Absinthe (*Artemisia absinthium*), de Thuya (*Thuya officinalis*), d'Armoise (*Artemisia arbores-*

cence). Toutes les huiles essentielles distillées de ces espèces sont trop toxiques pour entrer dans une thérapeutique de famille. De ce fait, leur usage est réservé, en France, aux médecins.

L'intérêt de connaître le chémotype d'une huile essentielle est double : premièrement, cela permet d'avoir une action thérapeutique plus ciblée, donc plus efficace, et, deuxièmement, ces connaissances nous fournissent des données fondamentales quant à la toxicité d'une plante. Comme le démontre le petit rappel historique sur l'absinthe, certains biotopes font apparaître des molécules très toxiques qui sont, soit absentes d'autres chémotypes de la même espèce, soit présentes, mais en moindre quantité.

En plus des précisions botaniques (le nom en latin) ainsi que de la partie de la plante distillée, il est indispensable d'identifier la spécificité biochimique qui peut apparaître dans certaines espèces grâce à leur « terroir ».

Je me propose d'illustrer mes propos par deux exemples concrets, issus de l'arsenal méditerranéen de plantes aromatiques : le romarin (*Rosmarinus officinalis*) et le thym (*Thymus vulgaris*).

Pour mesurer l'importance de la connaissance du chémotype pour faire un emploi sûr et efficace de l'huile essentielle du romarin officinale, je vous invite à regarder les indications thérapeutiques et les contre-indications données pour les trois chémotypes différents, provenant tous de l'espèce botanique de *Rosmarinus officinalis*.

Les 3 chémotypes répertoriés pour l'huile essentielle de <i>Rosmarinus officinalis</i> , Partie de la plante distillée : sommités fleuries			
provenance	chémotype	Indications thérapeutiques	Contre-indications
Corse	verbénone	dérèglement endocrinien insuffisance hépatique, insuffisance immunitaire, fatigue nerveuse	Neurotoxique ! Abortive ! Interdite aux femmes enceintes, allaitantes, aux enfants en bas âge et aux personnes épileptiques !
Maroc	cinéole	affections de la sphère ORL, otite, rhinopharyngites des enfants, fatigue physique	Attention chez les asthmatiques en période de crise !
France (le Midi)	camphre	inflammations broncho- pulmonaires, cellulite, contractures musculaires, douleurs et rhumatis- mes, aménorrhée, congestion hé- patique	Neurotoxique ! Abortive ! Hyperten- seur ! Hépatotoxique par voie orale ! Interdite aux femmes enceintes, allaitantes, aux enfants en bas âge et aux personnes épileptiques !

Le chémotype... suite ... et fin.

En regardant ce tableau, il devient évident qu'il ne s'agit absolument pas de l'huile essentielle de romarin, mais en fait de trois huiles essentielles de romarin différentes. La superbe activité décontractante musculaire qui appartient au romarin camphre l'indiquera en application cutanée sur le plexus solaire pour des congestions hépatiques. Par contre, la voie orale sera contre-indiquée, car le camphre est toxique pour les cellules hépatiques.

Le romarin verbénone, quant à lui, sera surtout pris par voie orale à des dosages très spécifiques pour son activité régénératrice des cellules hépatiques et son efficacité en tant que draineur hépato-biliaire. Aucun des deux ne

convient aux enfants en bas âge. Par contre, l'inhalation et l'application cutanée du romarin cinéole est une pure merveille en cas de congestion de la sphère ORL chez les petits.

Aujourd'hui, les plantes aromatiques originaires du bassin méditerranéen, sont cultivées dans d'autres régions du monde ayant un microclimat propice à leur culture. Si, au sein même du bassin méditerranéen (la Corse, le Maroc et la France Métropolitaine), une plante aromatique fournit trois chémotypes différents, il est improbable que sa culture en Californie ou au Cap ne fasse pas apparaître des différences biochimiques.

Pour la famille des thym la situation est encore plus complexe.

De très faibles changements climatiques suffisent pour faire évoluer la particularité biochimique de la plante. Dans mon « Aromathèque » publiée en septembre 2012 (La Lettre, N°43), je mets en lien ce polymorphisme biochimique très marqué du thym et la réponse immunitaire élaborée dans le thymus chez l'humain.

Actuellement sept chémotypes différents sont répertoriés pour *Thymus Vulgaris*. Nous ne tenons pas compte dans cet article d'autres types de thym, comme *Thymus satureioides*, *Thymus serpyllum* ou encore *Thymus zygis*... ce dernier apparaissant lui-même sous forme de trois chémotypes bien différents...

Les 7 chémotypes répertoriés pour l'huile essentielle *Thymus vulgaris*
Partie de la plante distillée : sommités fleuries

chémotype	propriétés thérapeutiques	Contre-indications
Thymol	Anti-infectieuse majeure à très large spectre	Très agressive pour la peau ! Toxique pour le foie par voie orale, Interdite aux femmes enceintes, aux enfants en bas âge et aux personnes épileptiques !
Thujanol	Infections de la sphère ORL : pharyngites, laryngites, otites, amygdalite, Insuffisance hépatique, Fatigue générale	Aucune
Carvacrol	Anti-infectieuse puissante	Très agressive pour la peau ! Toxique pour le foie par voie orale, Interdite aux femmes enceintes, aux enfants en bas âge et aux personnes épileptiques !
Géraniol	Antibactérienne à large spectre, Antifongique et antivirale, Fatigue cardiaque, Infections gynécologiques	Aucune
Linalol	Antibactérienne idéale pour les enfants, Antiparasitaire intestinale, Candidoses, Fatigue nerveuse	Aucune
Cinéole	Décongestionnante de la sphère broncho-pulmonaire	Attention chez les asthmatiques en période de crise !
Paracymène	Antalgique remarquable, Rhumatismes et arthrose	Diluer dans une huile porteuse pour l'application cutanée chez des personnes sensibles.

La majorité des huiles essentielles de thym vulgaire citées ci-dessus sont efficaces en cas d'infection. Certaines s'orientent spécifiquement vers une sphère ou une autre : ORL, génito-urinaire, hépatique, broncho-pulmonaire... D'autres ont des propriétés anti-infectieuses à très large spectre. Connaître le chémotype du thym vulgaire permet de faire des choix thérapeutiques qui ciblent avec précision la problématique immunitaire rencontrée. L'ignorer peut avoir de graves conséquences !

Lors des formations que je dispense en aromathérapie, j'ai rencontré de très nombreuses personnes passionnées par les huiles essentielles. Malheureusement, j'ai aussi eu l'occasion d'entendre de nombreuses histoires dramatiques de la mauvaise utilisation de ces merveilles de la nature. Beaucoup d'erreurs viennent de l'ignorance de la notion du chémotype. Je pense à l'exemple d'une « thérapeute » qui avait conseillé à une jeune maman de mettre quelques gouttes d'huile essentielle de

thym dans l'eau du bain qu'elle préparait pour son bébé afin de décongestionner les voies respiratoires. Cette maman s'étonnait de voir apparaître une très forte réaction cutanée chez son bébé et d'intenses pleurs ! Tout en restant perplexe quant aux conseils (quelques gouttes d'huile essentielle dans l'eau du bain d'un bébé !!!) procurés, je conclus que la connaissance du chémotype devrait être la condition *sine quoi non* de tout usage des huiles essentielles !

Elske Miles.

L'homme le plus heureux est celui qui fait le bonheur d'un plus grand nombre d'autres.

Diderot.

~ PRATIQUE INDIVIDUELLE ~ PRATIQUE INDIVIDUELLE ~

Une des particularités des approches venant de l'Orient est leur imprégnation culturelle. Nous avons du mal parfois à la percevoir, à la saisir et à en mesurer l'importance. Or elle est majeure. Certes le Shiatsu peut se résumer à une simple pression des doigts. Cependant sa dimension réelle est bien plus vaste que le point d'appui sur le corps de l'autre. C'est en cela et pour cela que nous vous enseignons lors des modules suivis, combien l'attitude, la posture et la pratique régulière et répétée (seul ou à deux) sont fondamentaux dans la pertinence du geste.

Lisez plutôt l'article que vous propose David.

La pratique individuelle.

Il y a une profonde similitude entre la pratique du shiatsu et celle des arts martiaux. Les deux sont des "voies" (en japonais Do) qui invitent au centrage, au placement juste en soi et par rapport à l'autre. La pratique de la voie s'appuie sur une acquisition technique et son perfectionnement jusqu'à transcender le pratiquant, le polir et participer à sa croissance physique, morale et spirituelle. Cette quête du centre s'appuie sur la rencontre entre l'horizontalité (le rapport aux autres) et la verticalité (le rapport à soi).

L'horizontalité se travaille naturellement dans la pratique entre un donneur et un receveur. C'est dans cet échange que le praticien expérimente et valide l'efficacité de ses techniques. Le travail à deux est donc l'outil principal pour progresser.

Dans la grande famille des arts martiaux, tous les DO (Karaté-do, Aïki-do, etc.) nous enseignent que le travail en solitaire est indispensable.



Nakasono Sensei.

Pour s'améliorer, il est nécessaire de cultiver la verticalité, le rapport à soi dénué de tout égo (ou presque !). L'individu, seul avec lui-même, diminue le risque de devoir représenter quelque chose ou quelqu'un. Le travail « seul » est une rencontre avec l'autre moi, avec l'image que nous avons de nous même. Il est indispensable d'aller au-delà de cette représentation pour aller à la rencontre de Soi.

Les praticiens en psycho-énergétique auront compris que je parle du principe du BOIS qui s'appuie sur le Foie, la Vésicule Biliaire et qui nourrit le Moi (la représentation que nous avons de nous même). Le Soi est porté par le principe du FEU (cœur/intestin grêle, maître cœur/triple foyer) et représente la dimension la plus lumineuse de l'être.

La pratique individuelle est donc une des clés de la verticalité. Cette pratique « seul » ne signifie pas impérativement vécu d'isolement. La solitude doit être rencontrée, appréhendée et apprivoisée. La solitude appartient au principe du METAL, nourrie par le Poumon et le Gros Intestin. L'animal astrologique associé au Poumon est le tigre. Ce dernier protège le territoire par ce qu'il estime qu'il a de la valeur et vit seul sur sa montagne. Un proverbe Chinois dit: "*Il ne peut y avoir qu'un seul tigre sur la montagne*". L'ascension, le chemin qui élève, ne peut donc se réaliser qu'en ayant appréhendé ce principe énergétique.

Le principe du Métal contrôle et tempère le Bois. Dépasser le sentiment de solitude permet au

pratiquant d'aller au delà de l'image qu'il a de lui même et d'aller à la rencontre du Soi et,



comme le nomme les orientaux, de l'univers.

Ainsi la quête du centre et le travail individuel vont participer à l'ouverture au monde et favoriser un retour vers l'autre différent, avec un Moi différent. Il débarrasse des intentions, des volontés d'agir, parfois au-delà des besoins de l'autre.

Ainsi, toutes les techniques de pratique personnelle de centrage apprises dans les différents modules de shiatsu et de réflexologies (Do In, Préparation à la pratique, Techniques et posture, Techniques Internes, etc.) doivent faire partie intégrante du travail du praticien. Le travail « seul » doit être un retour vers soi et non un repli. Boudhidarma, le père des arts martiaux chinois, a médité 9 ans devant la porte de Shaolin avant de la fendre du regard. Son travail individuel lui a permis de passer la porte du temple (ce qui élève) qui le séparait des autres moines. Après cette longue période de centrage, il a choisi d'aller vers le monde car il est dit que "*le bonheur n'a de sens que s'il est partagé*" (Jon Krakauer – Into the Wild).

Bonne pratique.

David Sayag.

De bons réflexes pour la rentrée...

Que cela soit le premier trimestre de l'année scolaire ou le dernier trimestre de l'année 2014 que l'on prépare, dépend de son cycle personnel quotidien. Nous voilà de retour, dans l'hémisphère nord, à la saison où l'on commence à préparer doucement l'intériorisation, l'hibernation si nécessaire à tout renouveau.

Pour que cette hibernation se passe au mieux, la vie nous présente, entre autres, de splendides agressions hivernales nous permettant d'évacuer les scories de l'année passée dont nous n'aurons pas usage au moment du printemps prochain. Alors, inutile de les trimbaler au fond de sa couette.

Il n'est pas pour autant nécessaire de passer quelques jours cloués au lit non plus. La Vie étant d'une créativité insoupçonnée, elle ne limite pas son offre.

On peut éventuellement envisager d'éliminer les scories de tout ordre sans forcément succomber aux germes pathogènes et aux virus du moment. Je me propose donc de donner des conseils ouverts pour répondre, avec deux huiles essentielles dans la poche, à plusieurs scénarios «saisonniers».

L'indispensable de l'automne est bel et bien HE *Cinnamomum camphora* CT cinéole (feuilles) du Madagascar, communément appelé, Ravintsare. Son taux de 1,8 cinéole fait de cette huile essentielle un réflexe efficace pour toute congestion des voies respiratoires. Vous pouvez alors en mettre deux gouttes sur un mouchoir et inhaler profondément en vous recouvrant le nez avec le mouchoir. Le soulagement est immédiat.

C'est également un excellent choix pour assainir le cabinet du praticien. En diffusion atmosphérique (5 minutes de diffusion entre deux consultations), HE Ravintsare se mélange parfaitement à tous les zestes d'agrumes (Citron, Pamplemousse, Orange amère, Orange douce, Mandarine, etc...) pour nettoyer l'air ambiant et réserver un



Ravintsara.

accueil agréable à votre clientèle. Vous éviterez toutefois de diffuser les huiles essentielles pendant la consultation.

Pendant toute période où vous sentez que votre système immunitaire a besoin d'un coup de pouce (fatigue, journées de consultations en présence de personnes grippées, choc émotionnel...) vous pouvez appliquer 4 gouttes de *Cinnamomum camphora* CT cinéole (Ravintsare) sur les avant bras en friction.

En cas d'état grippal, vous pouvez appliquer quelques gouttes (3 gouttes pour un enfant de + de 5 ans et 6 à 8 gouttes pour un adulte) directement sur le thorax, 3 à 4 fois par jour pendant 5 jours. En plus de l'application cutanée, un adulte peut prendre, par voie orale, deux gouttes HE Ravintsare sur un quart de sucre ou dans une cuillère à café d'huile d'olive ou de miel, 4 fois par jour pour soutenir les défenses naturelles.

La deuxième huile essentielle à retenir pour cette rentrée, provient de la même espèce botanique que la première, mais elle est d'une autre provenance. Elle vient de Chine... ce qui fait naître un nouveau *chémotype* (voir le dossier). Il s'agit de HE *Cinnamomum camphora* CT linalol (feuille), autrement appelé, Bois de Hô ou Bois de Shiu.



Bois de Hô.

HE *Cinnamomum camphora* CT linalol (feuille) a des propriétés antibactériennes remarquables,

tout en étant exceptionnellement bien tolérée par les peaux les plus sensibles. C'est la plus belle réponse en aromathérapie familiale pour des infections chez les enfants, notamment pour des problèmes d'infection urinaire. Elle est tout autant indiquée pour les infections respiratoires et surtout pour les otites et les sinusites. Cette huile essentielle ne présente aucune agressivité pour la peau. Faites pénétrer quelques gouttes en vis-à-vis de l'organe ciblé pour bénéficier de son activité anti-infectieuse.

Si je la conseille en prévention, dans cette aromathèque, c'est surtout pour ses vertus informationnelles sur le plan olfactif. Le tout n'est pas d'éliminer les scories du passé, mais également d'accepter avec reconnaissance ce que l'on retient du passé en tant que trésor pour son avenir ! Son parfum chaud et agréable remonte le moral en réchauffant le cœur. Deux à trois gouttes appliquées en massage (mêlé à quelques gouttes d'huile d'amande douce) sur le plexus solaire adoucissent le cafard... Il est très conseillé de l'incorporer dans un bain aromatique : mélangez 10 gouttes HE Bois de Hô à un demi verre de lait avant de verser le tout dans l'eau de votre bain. Profitez-en au besoin.

Précaution d'usage : avant toute utilisation des huiles essentielles, faites un test en appliquant une goutte dans le pli de votre coude pour vérifier que vous n'y êtes pas allergique. Les deux huiles essentielles citées dans cet article ne présentent aucune toxicité pour la peau. Vous pouvez donc faire le test sans les diluer au préalable dans une huile végétale.



Elske Miles.

Retour d'expérience sur le travail des points antiques.

Lors d'une consultation, le « hasard » et la nécessité faisant, je me suis retrouvé dans une situation où j'avais des étirements lombaires à faire et où le temps me manquait. Un homme de 42 ans (voir Points Antiques 3) venait pour un problème de douleur à la ceinture lombaire, avec une latéralité à droite et remontant parfois jusqu'à l'épaule ou la nuque. Il me disait vivre de fortes tensions professionnelles. Il saturait et ceci générait des brûlures gastriques et des maux de ventre (diarrhées nocturnes). À 32 ans il avait changé de vie: il avait quitté le camping familial qu'il tenait pour monter sa propre affaire suite à un énième problème relationnel avec son père.

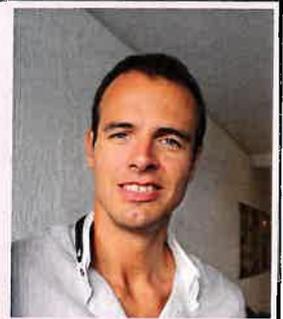
Lors du travail du petit dos, j'avais perçu de fortes tensions au niveau L3 et L4. Ne pouvant, par manque de temps, effectuer les étirements dans l'immédiat, je décidai alors d'utiliser la technique des signatures d'acceptation sur les paliers tensionnels.

La Psychoénergétique nous apprend que les lombaires représentent les positions fondamentales de vie, L3 étant en rapport avec le travail et L4 avec la famille. Je décidais alors de « signer » sur L3 « j'accepte de mettre de la souplesse dans mes positions de vie et mes références en rapport au travail » et sur L4 « j'accepte de changer mes références en rapport à ma famille ». Ayant également repéré des vides importants tant au niveau des poulx que des zones dorsales du Rein et de l'Intestin Grêle, j'ajoutai un travail quantitatif sur ces 2 méridiens.

Le résultat fut surprenant !! Au 2^{ème} rendez-vous, ses douleurs avaient disparues. Il avait pourtant tenté beaucoup de méthodes (kiné, Ostéo, Chiropracrie,..) et c'était la première fois qu'on le soulageait.

Face à un tel résultat, je décidai d'étendre la technique aux autres paliers vertébraux, sur d'autres personnes. Ce fut le cas par exemple d'une femme âgée de 43 ans qui avait des tensions à la nuque et aux épaules. Suite à un travail de «petit dos» et une signatu-

re sur le palier concerné (dans ce cas, C7), des étirements, et des points adéquats, les tensions se sont vite résorbées.



Pour ceux qui ont fait le module « Points Antiques 2 », C7 est le palier qui correspond au soleil, je vous laisse réfléchir à la signature que l'on pourrait y apposer (n.d.l.r. surtout si l'on y rajoute l'âge!).

Chaque fois les résultats sont probants. Je continue d'expérimenter et suis toujours autant bluffé par ce que cela peut produire.

Pour autant, il n'y a pas de recettes miracles, ces signatures sont d'autant plus efficaces qu'elles s'inscrivent dans une pratique globale prenant en considération le patient sur tous les plans.

Emmanuel Cornibert, praticien référencé à Montpellier et à Alès.

~ BREVES DU FRONT ~ BREVES DU FRONT ~

Mariana Kernanet (praticienne référencée dans le 91) et Patrick Stoffelback (praticien référencé à Agen), qui ont déjà eu les honneurs de nos colonnes, continuent leur travail de communication.

Bravo pour leur énergie débordante et leur inlassable motivation à se faire connaître et apprécier par la société civile locale par des conférences à chaque fois nouvelles. Le bénéfice en termes d'image est indéniable. L'intérêt du public ne faiblit pas et les associations auxquelles ils participent en sont ravies.

33
Jeudi 3 avril 2014
www.les-herminettes.fr

Découvrir la réflexologie à l'occasion du 2^e salon bien-être

Mariana Kernanet, réflexologue à Orléansville, animera deux conférences le 5 avril à 17h et le 6 avril à 13h30 à l'occasion du 2^e Salon du bien-être.

Praticienne de shiatsu et réflexologue, Mariana Kernanet tiendra l'un des stands au salon gratuit organisé par l'association Entre Ciel et Terre.

« Nous serons une vingtaine de professionnels dans le domaine du bien-être, des pratiques énergétiques à être là pour présenter chacun nos activités », explique Mariana. La réflexologie détaillera aux visiteurs ce que sont le shiatsu et la réflexologie faciale (le

Dien Chan), des techniques de soins énergétiques qui permettent d'aider, d'accompagner et de retrouver un équilibre physique, psychique et émotionnel.

B.B.K.
• Rens. 06.87.28.00.00.

Vendredi 11h30

LE PETIT JOURNAL

L'hebdo du Lot-et-Garonne

Du mardi 8 avril au lundi 14 avril 2014 - Numéro 482 - 1,20 €

Médecine Traditionnelle Chinoise

La dépression n'est pas une fatalité !

Nous vivons dans un contexte difficile, crise économique, harcèlement au travail, divorce, maladie. De nombreuses personnes ne retrouvent dans une impasse ou éminent l'impossibilité de gérer ou de faire face, à nos situations vécues dans la dépression.

Patrick Stoffelback propose d'aborder ce thème sous l'angle de la Médecine Traditionnelle Chinoise, au cours d'une conférence le Jeudi 10 avril à 19 heures, salle Picasso au Centre culturel. Ils partagent de notions

simples comme notre dépendance avec le soleil, la circulation des énergies dans le corps, certains signes de médecine énergétique chinoise, vous découvrirez comment une personne peut s'affranchir de la dépression.

Findez : 3 € (abonnement) Inscrivez au Palais de l'Association « La Héronette » pour la protection de la Médecine Traditionnelle. Site: www.les-herminettes.fr / Contact: stoffsue47@gmail.com TEL : 06 81 33 76 64 ;

Patrick Stoffelback donnera les clés pour désigner la dépression.



Cette rubrique est celle de la Diététique Energétique Chinoise et des conseils dispensés par Jean Pélissier. Dans ce numéro, il nous propose son éclairage sur une plante dont la célébrité vient de l'un de ses hôtes, le ver à soie.

Voyons plutôt.



La feuille de mûrier blanc, 桑叶, Sang Ye.

par Jean Pélissier.

Le mûrier blanc, *Morus Alba* fait partie de la famille des moracées. Il est originaire de Chine et est plus particulièrement produit dans le nord et le sud de la Chine. Mais sa culture s'est ensuite largement répandue pour s'étendre dans tous les climats tempérés. C'est la feuille dont se nourrit le ver à soie.



La différence entre le mûrier blanc et le noir se trouve au niveau de la forme des feuilles. Celles de « *morus alba* », le blanc mesurent de 5 à 12 cm. Elles sont frêles et souvent lobées. Celles du mûrier noir sont plus grandes, jusqu'à 18 cm, épaisses, rugueuses et rarement lobées. Le fruit du mûrier blanc qui peut aussi bien être blanc, rosé, violet ou noir est mûr à la fin du printemps, alors que celui du mûrier noir n'est mûr qu'à la fin de l'été. Pour la serriculture et la pharmacopée, le mûrier blanc est souvent cultivé sous forme de haies pour faciliter la récolte des feuilles.

Que dit la médecine chinoise?

C'est un produit de saveur **amère et douce**. Sa nature est **froide**. Ses méridiens et organes cibles sont ceux :

- Du Poumon ;
 - Du Foie.
- Et secondairement
- Du Gros Intestin
 - Et de l'Estomac.

Principales actions

- ° Il assèche l'humidité.
- ° Il chasse le vent.
- ° Il rafraîchit le sang.
- ° Il éclaire la vision.
- ° Il élimine la soif.
- ° Il purge le feu du Foie.
- ° Il clarifie le feu du Foie

Principales indications

- Atteinte par le Vent-chaaleur externe avec fièvre, céphalée, toux et mal de gorge.
- Sécheresse du Poumon avec toux et gorge sèche.
- Excès du Yang du Foie avec étourdissement, vision trouble, céphalée, sensation de distension dans la tête.
- * Sang Ye rafraîchit le sang et peut être utilisé pour traiter les vomissements de sang dus à la « chaleur dans le sang ».
- * Réduit en poudre et appliqué sur des blessures, il a une effica-

cité remarquable pour éviter les infections.

* Les feuilles qui ont résisté au gel peuvent être utilisées en décoction ou en instillation des yeux pour traiter les larmoiements dus au vent.

* En cas de rhumatisme ou de syndrome d'obstruction, Bi, on se lavait traditionnellement les quatre membres avec une décoction de feuilles de mûrier pour « chasser le Vent ».

Il existe une formule très connue en Chine, à base de feuilles de mûrier blanc :

« mélanger à parts égales Sang Ye et Heizima (la graine de sésame) puis l'ensemble avec du miel ».

La formule s'appelle Fu Sang Wan, « pilule de secours à base de *folium mori* ». Cette formule permet d'éliminer l'humidité et de chasser le vent. Elle noircit la barbe et éclaire la vue.

Une anecdote est bien connue à ce sujet et souvent rapportée :

Un vieillard de 84 ans pouvait lire la nuit des livres écrits en fins caractères. Sa recette :

« le 23^e jour du 9^e mois il procédait à un lavage des yeux avec une préparation de Sang Ye, le garantissant d'une déficience de l'acuité visuelle ».

Fais du bien à ton corps pour que ton âme aie envie d'y rester.
Proverbe indien.

- DIETETIQUE - - ALICAMENTS - suite

*Pris en poudre cuisinée avec du riz ou dans des soupes, Sang Ye arrête la transpiration nocturne.

*Pris sous forme de thé ; il élimine la soif.

*La feuille de mûrier est un remarquable tonique de la peau et peut restaurer les cheveux secs et abîmés.

On peut aussi l'appliquer sur des plaques de psoriasis ou d'eczéma.

*Dans un régime amaigrissant, vous pouvez régulièrement faire des cures de 9 jours de décoction de feuilles de mûrier.



Que disent les recherches modernes?

*La décoction inhibe fortement le staphylocoque doré, les strepto-

coques hémolytiques B, les bacilles de la diphtérie et de l'anthrax, le colibacille et le bacille pyocyanique.

*Elle régule le taux de sucre et le cholestérol.

*Elle peut diminuer la tension artérielle.



Modes d'utilisation

*Les feuilles sont collectées après les premières gelées, séchées au soleil. Il faut choisir celles qui sont intactes et évidemment non traitées chimiquement.

*Selon la tradition, il est préférable de prendre des feuilles qui ont résisté au gel. Elles sont

alors de qualité supérieure quant à leurs vertus médicinales.



Quel est le dosage ?

•5-10gr en décoction.

•1-2gr en poudre concentrée de décoction.

•En usage externe, pour des instillations oculaires, la quantité varie de 50 à 100GR.

*Les préparations au miel sont utilisées pour la toux due à la sécheresse du Poumon.

Jean Pélissier.



N.d.l.r. vous pouvez retrouver Jean Pélissier et les nombreuses rubriques qu'il propose dans ses « cahiers de Sinobiologie », dont ce texte est issu, en allant sur son site, à l'adresse ci-dessous.

CAHIERS DE
SINO-
BIOLOGIE



www.jeanpelissier.com

Lors du dernier module de Pratique de Consultation, nous avons rencontré le cas d'une patiente porteuse d'une tension liée aux difficultés rencontrées lors de l'une de ses grossesses, des années auparavant. Il s'avérait que cette tension avait des conséquences énergétiques et comportementales très pathogènes pour elle et que ce sont les données de la Psycho-énergétique qui pouvaient permettre de donner un sens libérateur essentiel. Cependant, pour pouvoir décoder la situation, encore fallait-il connaître la pathologie d'origine en cause, la pré-éclampsie.

Lisez plutôt l'éclairage que nous propose Lukasz Jablonski (praticien référencé à Rouen).

La pré éclampsie, qu'est-ce que c'est ?

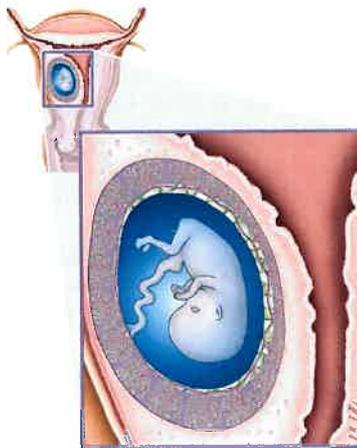
Je vous propose de vous parler d'une affection concernant la grossesse qui se nomme communément la pré éclampsie. Il vous a déjà été expliqué à l'institut, que, dans nos pratiques, des précautions, voire des proscriptions sont de mise au cours de la grossesse. C'est pourquoi mon propos n'est aucunement de développer les moyens d'action dont nous pourrions disposer (shiatsu, réflexologie, HE). La pré éclampsie implique un suivi rapproché par un obstétricien et une parfaite maîtrise des outils énergétiques le cas échéant. En revanche, voyons la richesse d'informations qu'apporte un tel événement tant sur le plan énergétique que psycho-énergétique.

La pré éclampsie.

Le terme vient du grec *eklampsis* qui signifie «jet de lumière», «lumière éclatante» et fait référence à l'éclampsie elle même qui se manifeste par une crise convulsive générale comme dans l'épilepsie. La pré éclampsie (qui précède l'éclampsie) est définie médicalement par l'apparition d'une hypertension artérielle et d'une protéinurie* chez une femme en-

ceinte. Ces 2 manifestations désignent le 1^e axe énergétique concerné ici, à savoir Maître cœur / Rein.

Il est intéressant de s'attarder tout d'abord sur la physiopathologie de la pré éclampsie qui peut se résumer à des anomalies de la formation du placenta. Cette structure, bien limitée, sert aux échanges entre le fœtus et sa mère. Il va permettre au fœtus de recevoir l'oxygène et les nutriments nécessaires à sa croissance, et de façon plus subtile d'être informé sur le ressenti et le vécu intérieur de sa mère. En



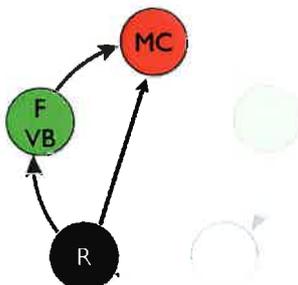
retour, il va également pouvoir envoyer des informations sur son vécu intime, sur ses besoins propres et évacuer les toxines et déchets. Voyons cela de plus près.

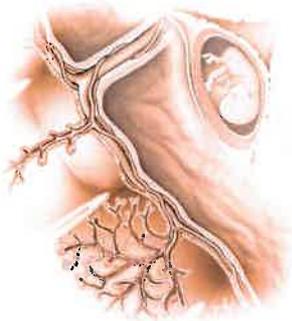
Au cours du 2^e mois de grossesse, les cellules nourricières de l'embryon (les trophoblastes) vont se développer en direction des artères de l'utérus afin d'établir un contact et permettre une nutrition par échange avec la

mère (jusqu'ici l'embryon utilisait les réserves dont il disposait). Ce rapprochement implique un dialogue intime entre la mère et l'embryon. Si le mimétisme de

cette rencontre est juste, le placenta sera en mesure d'assurer convenablement son rôle d'échange. En revanche, si la prise de contact manque de justesse, le placenta manquera d'efficacité (on parle médicalement d'insuffisance placentaire). Il s'agit véritablement pour le fœtus de prendre sa place (justement). Se dessine ici, le second aspect énergétique de la pré éclampsie et concerne le méridien VB. La place serait-elle quelque chose qui se prend ? (Pour ceux qui ont suivi le module Anatomie Fondamentale, je rappelle que c'est aussi ce méridien qui nourrit le fœtus au 2^e mois). Enfin, une donnée qui peut être intéressante, c'est au cours de ce 2^e mois que se fait la distinction sexuelle. L'attente était-elle portée sur un garçon ou une fille ? Y'a-t-il une tradition familiale autour de cet enfant (le 1^e d'une lignée par exemple) ? etc..

C'est à partir du 3^e mois que les premiers signes de souffrances fœtales se font sentir. L'être en devenir ne reçoit pas assez (ni en quantité, ni en qualité). La réponse qui va se mettre en place est tout d'abord une hypertension artérielle chez sa mère





(on trouvera même le terme d'hypertension gravidique). Cela va permettre d'améliorer les apports du fœtus (sur un aspect quantitatif au moins..), mais cela va surtout témoigner de l'état d'alerte dans lequel est alors sa mère. Le péril est alors croissant, le risque pour la mère devient majeur, le danger de mort pointe à l'horizon. Que signifie cette/la grossesse? Comment s'est déroulé la sienne? Qui y'a t'il tant à craindre?

L'état d'urgence intérieur est tel, qu'il s'accompagne (provoque ?) d'une perte des repères fondamentaux et ceci d'une manière singulière: la protéinurie. Des éléments propres à nourrir, nécessaires à la construction et au développement (les protéines) vont se retrouver filtrées dans les urines au lieu de demeurer dans le sang. Ce flux vital va s'en trouver appauvri et l'énergie du foie peut alors se mettre en tension. De la solidité du foie va dépendre l'adaptation. Si l'énergie du foie est suffisante, la grossesse sera menée à terme avec une surveillance médicale et dans de nombreux cas un déclenchement programmé. Si la structure du foie est insuffisante, il peut alors se produire des phénomènes des thromboses (les vaisseaux se bouchent, la vie ne circule plus) ou d'hématomes (le sang quitte les vaisseaux, coagule et peut comprimer). Il est alors

intéressant de voir que l'hématome peut aller se loger (par hasard bien sûr) derrière le placenta** et mettre en péril dans un temps très court la vie qui est en train d'émerger dans le ventre de la (future) mère. A ce stade, la patiente est déjà dans un brancard poussée en 4e vitesse jusqu'au bloc opératoire (comme à la télé) et césarisée en urgence. Sa vie et celle de son enfant tiennent alors à un fil. Si ce fil est solide, tout rentrera dans l'ordre. La perte des protéines cesse et la tension artérielle retrouve des valeurs «normales». L'alerte semble être passée (en tout cas dans le manifesté..).

Une variante possible du dénouement à cet état d'alerte extrême est ce qu'on appelle le HELLP*** syndrome (il fallait l'inventer !). Ici, c'est le foie qui lâche physiologiquement, déraile et s'accompagne d'une réaction de destruction des globules rouges. Là aussi, même scénario médical, il faut amener à l'extérieur ce qui tente sa chance à l'intérieur. Dans la littérature, on trouvera même les termes «traitement étiologique de la prééclampsie = extraction foetale en urgence». Il faudra qu'on m'explique ce que ça a d'étiologique..

Pour l'éclampsie en elle-même, tout est fait pour la prévenir (l'empêcher ?) et au 1e signal, la naissance est déclenchée ou une césarienne est réalisée. C'est pourquoi le fameux «jet de lumière» n'a que rarement l'occasion de se produire dans nos contrées bien gardées.

Pour conclure, je voudrais simplement revenir sur l'intérêt d'approfondir la physiopathologie. Il ne s'agit pas de se perdre dans le détail et la complexité d'événements biologiques

mais plutôt de disposer de «matière» à orienter la phase de l'entretien à la fois dans le bilan énergétique mais aussi sur les questions psycho-énergétiques: Quelle est la place de la patiente en tant que femme/mère/fille? A-t-elle pris la place de quelqu'un et porte-t-elle une culpabilité par rapport à cela? Que signifie la grossesse pour la patiente? Comment s'est déroulée sa propre venue au monde? Quelles sont ses peurs? Auxquelles on ajoutera les questions portant sur la lignée familiale. La 2e chose importante à mon avis, et propre à tout travail énergétique, est qu'une connaissance plus riche donnera de la profondeur à votre travail sur le corps, votre geste en devient «plein», et pas votre esprit qui doit rester autant que faire se peut, clair.

Lukasz Jablonski.

* *le fait que le rein laisse passer des protéines dans les urines au lieu de les garder dans le sang.*

** *on parle alors d'hématome rétroplacentaire pour dire qu'il se situe en arrière du placenta.*

*** *Hemolysis, elevated liver enzymes and low platelets count.*

Mots clés pour l'analyse:

physio: HTA - atteinte rénale (protéinurie) - trouble de la coagulation (thrombose ou hématome) - défaillance des fonctions hépatiques - crise convulsive

énergétique: MC / R - VB - F

psycho-énergétique: sens de la place en tant que femme / mère / fille - perte des repères fondamentaux - peur de la mort - structure du moi - transgénérationnel.

- CONGRES - CONGRES - CONGRES - CONGRES -

La rentrée sera riche en événements. Michel est invité à participer à deux manifestations d'envergure. La première est le Salon Holistica qui aura lieu à Genève du 19 au 21 septembre 2014. Dans ce cadre et dans le but de présenter son travail, il est invité, la veille **18 septembre 2014**, à animer une rencontre de 2 heures avec le public et les professionnels des approches alternatives en Suisse. Cette rencontre sera la conférence inaugurale du Salon et préparera de façon interactive les futures interventions de Michel dans le cadre d'une école suisse, Esclarmonde à Genève.

Le sujet abordé sera celui de « la thérapeutique du sens », à savoir: comment une approche de type Psycho-énergétique peut-elle être transverse à de nombreuses techniques et méthodes? Comment peut-elle toutes les nourrir de sens grâce aux liens qu'elle établit?

Un vaste sujet, passionnant et excitant auquel vous êtes conviés à venir nombreux.

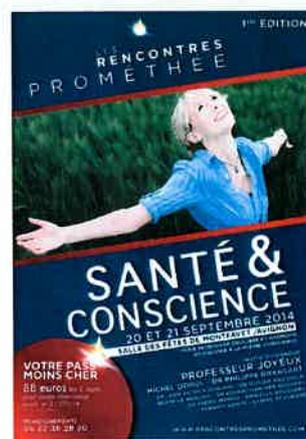


Le deuxième événement aura lieu à Avignon, le **20 septembre 2014**. Autour du thème « Santé et conscience », les Rencontres Prométhée organisent un congrès dont l'invité d'honneur sera le Pr Henri Joyeux. Le thème central étant la question du sens et de la place que celui-ci peut prendre dans les thérapeutiques d'avenir, Michel a été invité à venir partager sa connaissance sur la question.

Sollicité parmi de nombreux médecins et chercheurs, sa position de précurseur sur la question des liens corps/esprit, a conduit les organisateurs à lui demander de présenter une conférence sur le thème du congrès.

Voilà une excellente opportunité de parler de l'Institut, de la spécificité et de la qualité de ce qui y est enseigné. Autant d'occasions, comme lors de chaque conférence de Michel, de valoriser les praticiens formés et ainsi d'enrichir leur clientèle.

Ces rencontres sont ouvertes à tous, professionnels ou non. Alors, venez nombreux.



- CONFERENCES - CONFERENCES - CONFERENCES -

A Genève.

Dans le cadre du Salon Holistica à Genève, (le lieu non encore fixé, sera précisé sur le site de l'Institut).

• **Le jeudi 18 septembre 2014** à 19 h. 30 sur le thème "**La Psycho-énergétique, thérapeutique transverse du sens. Comment comprendre et intégrer la notion de liens, dans toute pratique thérapeutique**".

Renseignements: www.recto-verseau.ch

A Avignon.

Dans le cadre des conférences des Rencontres SANTE & CONSCIENCE, à la salle des Fêtes de Montfavet/Avignon.

• **Le samedi 20 septembre 2014** à 14 h. 50 sur le thème "**Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi**".

Renseignements: www.rencontrespromethee.com

A Sarreguemines.

Dans le cadre des conférences de l'Association Ardevie, au Casino des Faïenceries de Sarreguemines.

• **Le vendredi 10 octobre 2014** à 20 h. sur le thème "**Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi**".

Renseignements: www.ardevie.fr

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





Les yeux, messagers de nos émotions.

par Pascal Barbey.

Ed. Albin Michel

Prix: 17,50 €.

Ce titre va sans doute évoquer beaucoup de choses à tous ceux d'entre vous qui ont suivi le module de M.T.C. Je leur explique en effet combien l'œil et son éclat sont représentatifs de l'état du Chenn. Voilà un livre qui leur apportera une grande quantité d'informations. Pascal Barbey, son auteur, est un spécialiste de l'œil, qui ajoute au scientifique une dimension psychologique indéniable. Cela lui permet de nombreux liens qu'il met en relief avec son expérience.

Il nous livre une mine d'informations telles que *les yeux sont issus du même feuillet embryonnaire que le cerveau* ou bien *qu'un glaucome peut être lié à un secret de famille, etc. Il ne restera plus qu'à faire le lien Psycho-énergétique... Au-delà des principes chers à l'EMDR, cet ouvrage propose une lecture psycho émotionnelle fort intéressantes des différents symptômes oculaires.*

Un livre à lire et à garder dans son cabinet de consultation.



Michel Odoul.

Le Tao Te King des parents.

Sagesse ancienne pour parents d'aujourd'hui.

Par Emmanuel Piquemal.

Editions Albin Michel.

Prix : 14,00€.

Vous connaissez certainement le Tao Te King. Livre référence s'il en est de la philosophie taoïste; philosophie qui sous tend la pratique de la MTC et donc notre pratique. Lorsque j'ai découvert ce titre, je ne pouvais qu'être curieux, dans la mesure où je nourris une passion pour la vision exprimée dans le Tao Te King et que mes choix de vie "m'obligent" à me poser certaines questions...

Le résultat est remarquable. Il n'est même pas nécessaire d'être parent au sens propre pour en profiter, puisque qu'en devenant praticien des pratiques enseignées à l'Institut, on épouse la fonction symbolique du "Père", il nous suffit alors de remplacer le terme "enfant" par "client ou patient" à votre convenance, pour se replonger dans la sagesse plurimillénaire de ce merveilleux ouvrage qu'est le tao te King et d'en tirer quelque enseignement. L'auteur s'est subtilement inspiré de sa source pour nous offrir un ouvrage plein de sagesse, que l'on peut lire, d'une traite ou bien encore ouvrir "au hasard" et se laisser inspirer par cette vision pleine de bon sens.

Bertrand Caillet.



Je ne dors pas.

Et pourtant j'ai tout essayé.

Par Marie Noëlle Maston.

Editions Albin Michel.

Prix : 15,90 €.

Le titre est à lui seul une invitation à la lecture de ce livre. Qui n'a jamais entendu cette remarque, dans la bouche d'un aïeul, d'une épouse angoissée, d'un père stressé ou d'un enfant avant des examens. Bien souvent les choses rentrent dans l'ordre, dès que les conditions redeviennent favorables au sommeil. Mais parfois ce n'est pas du tout aussi simple. Or le sommeil est fondamentalement essentiel à l'équilibre de l'être, et par effet collatéral, à celui de ceux qui l'entourent.

Nous rencontrons fréquemment dans nos pratiques des personnes venant consulter pour des questions de sommeil. La plupart du temps, les techniques de Shiatsu ou de Réflexologie permettent de remettre les choses en ordre. Mais parfois cela ne fonctionne pas. Alors nous nous posons des questions voire nous pensons ne pas avoir été à la hauteur de la situation. Cela peut arriver parfois mais cela peut également venir du fait que l'insomnie a des racines profondes liées à des mémoires émotionnelles traumatiques ou transmises. C'est là que ce livre est majeur parce qu'il dévoile les mécanismes en jeu et propose des réponses. Ce que l'auteure fait avec sensibilité et simplicité.

Un livre à lire par tous et en particulier par les praticiens installés.



Michel Odoul.

Merci de vous inscrire, par courrier ou par mail, au plus tard pour le 15 octobre 2014. Une convocation vous sera adressée à partir du 22 octobre 2014.

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

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

Examens de Praticien en Shiatsu de confort.

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

Le prochain examen a lieu le lundi 15 décembre 2014 et s'adresse aux personnes ayant terminé la MTC au plus tard en janvier 2014. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de juin peuvent se présenter à cette session.

Examen de Praticien Professionnel en Shiatsu.

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

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

La prochaine session a lieu le lundi 15 décembre 2014 . Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 2^{ème} cycle de shiatsu et ayant commencé leur cursus de shiatsu depuis au moins 3 ans. Une épreuve pratique portera sur les techniques du shiatsu fondamental et sur les données anatomiques. L'épreuve écrite portera sur des cas de psycho énergétique, de diététique, d'anatomie, de physio pathologies, etc. Elle permet aux personnes ayant échoué en décembre 2013 de se représenter.

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

La prochaine session a lieu le lundi 15 décembre 2014 . Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 3^{ème} cycle de shiatsu et ayant commencé leur cursus de shiatsu depuis au moins 4 ans et ayant réussi la 1^{ère} partie de l'examen de praticien professionnel au plus tard en 2013. Une épreuve pratique et une épreuve théorique aborderont le contenu du 3^{ème} cycle mais également de l'ensemble du cursus. Elle permet aux personnes ayant échoué en décembre 2013 de se représenter.



Examens de Praticien de Confort en Réflexologie Plantaire.

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

La prochaine session a lieu le mardi 16 décembre 2014 et s'adresse aux personnes ayant terminé le 1^{er} cycle de réflexologie plantaire douce au plus tard en janvier 2014. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de juin peuvent se présenter à cette session.

Examen de Praticien Professionnel en Réflexologie Plantaire.

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

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

La session a lieu le mardi 16 décembre 2014. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 2^{ème} cycle de réflexologie dont le module de RP Chinoise au plus tard en juin 2013 et ayant suivi le module de physio pathologies . Une épreuve pratique portera sur les techniques de réflexologie chinoise et sur les données anatomiques. L'épreuve écrite portera sur des cas théoriques de RP Chinoise, des questions sur la MTC, d'anatomie, de physio pathologies, etc. Elle permet aux personnes ayant échoué en décembre 2013 de se représenter.

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

La prochaine session a lieu le mardi 16 décembre 2014. Cette session s'adresse aux personnes ayant terminé le 3^{ème} cycle de réflexologie et ayant commencé leur cursus de réflexologie depuis au moins 4 ans et ayant réussi la 1^{ère} partie de l'examen de praticien professionnel au plus tard en 2013. Une épreuve pratique et une épreuve théorique aborderont le contenu du 3^{ème} cycle mais également de l'ensemble du cursus.

- INFOS SOIREES DE PRATIQUE - - INFOS SOIREES DE PRATIQUE -

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

Soirées de pratique de Réflexologie Plantaire.

Elles ont lieu de 19 h à 21 h.

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

Les prochaines soirées auront lieu

En septembre : les 18, 22, 27.

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

En novembre: les 8, 17, 24.

En décembre: les 2, 8, 11 (dernière soirée avant les vacances de fin d'année).

Merci de venir avec un drap de bain.

Soirées de pratique de Shiatsu.

Elles ont lieu de 19h à 21h.

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

Les prochaines soirées ont lieu

En septembre : les 15, 20, 26.

En octobre: les 7, 14. (dernière soirée avant les vacances de la Toussaint).

En novembre: les 7, 12, 19, 25.

En décembre: les 1, 5 (dernière soirée avant les vacances de fin d'année).

Infos soirées

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

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

RAPPEL!

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

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

L'Équipe de l'IFS

Responsables:

Michel
Nelly

Animateurs de stage

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

Assistant(e)s « Capés »

Alain, Carolyn, Catherine,
Laure, Valérie.

Assistants de stages

Annabelle, Caroline, Céline, Christine, Claire(s), Coralie, Corinne, Elisabeth, Emmanuel, Emmanuelle, Evelyne, Jocelyne, Laurent, Magali, Marianna, Nathalie, Rodolphe, Sandrine, Stéphane, Yves et les autres.



Vous pouvez connaître toutes les dates sur les sites internet
www.shiatsu-institut.fr et www.reflexologie-institut.fr



Module	1° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module 1 Initiation		12, 13, 14 novembre 2014	395 €
Module 2 Tech. Avancées		5, 6, 7 décembre 2014	395 €
Module de Shiatsu Assis		15, 16 novembre 2014	295 €
Module de M.T.C.		16, 17, 18 mars + 8, 9, 10 avril 2015	825 €

Module	2° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module de Psycho-énergétique		6, 7/10 + 10, 11/11 2014 + 21, 22/01 2015	1025 €
Module de Shiatsu Fondamental		7, 8, 9 novembre 2014	525 €
Module d'Anatomie pour le Shiatsu		25, 26, 27 mai 2015	485 €
Module de Do In		19, 20 janvier 2015	295 €
Module de Physio Pathologies		8, 9, 10 septembre 2015	485 €
Module de Diététique Energétique		15, 16 juin 2015	295 €

Module	3° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Psychologie Corporelle Appliquée		1, 2/04 + 17, 18/06 + 15, 16/09 2015	1025 €
Shiatsu des Techniques Internes		12, 13 janvier + 3, 4 février 2015	625 €
Anatomie Fondamentale		1° semestre 2016	525 €
Psychologie du Praticien		30 sept, 1, 2/10 + 4, 5, 6 nov. 2014	1200 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Pratique de Consultation		15, 16 octobre 2014	325 €
Etude de cas		13 octobre 2014	145 €
Perfectionnement Sh. Fondamental		14 octobre 2014	125 €
Perfectionnements 1 / 2		29 / 30 novembre 2014	125 € / 125 €
Perfectionnement Amma		28 novembre 2014	125 €
Perfectionnement M.T.C.		27 novembre 2014	145 €

Module	1° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module 1 Initiation		27, 28 septembre 2014	295 €
Module 2 Pratique Avancée		8, 9 décembre 2014	325 €
Module 3 de Théorie Générale		26, 27, 28 janvier 2015	405 €

Module	2° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de M.T.C.		16, 17, 18 mars + 8, 9, 10 avril 2015	825 €
Anatomie pour les Réflexologies		2, 3 décembre 2014	325 €
Module de Techniques et Postures.		1 ^{er} décembre 2014	145 €
Réflexologie Plantaire Chinoise.		22, 23, 24 mai + 26, 27, 28 juin 2015	1025 €
Module de Physio Pathologies		8, 9, 10 septembre 2015	485 €

Module	3° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de Podo-Réflexologie Appliquée		Deuxième semestre 2015	1025 €
Module de Réflexologie Faciale		11, 12 déc. 2014 + 14, 15 janvier 2015	645 €
Anatomie Haut Niveau pour les RP		21, 22 mars 2015	325 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Supervision		23 novembre 2014	145 €
Perfectionnement RP Douce		4 décembre 2014	125 €
Perfectionnement Podo réflexologie		25 novembre 2014	125 €
Perfectionnement RP Faciale		24 novembre 2014	145 €
Perfectionnement RP Chinoise		26 novembre 2014	125 €
Perfectionnement M.T.C.		27 novembre 2014	145 €
Module de Diététique Energétique		15, 16 juin 2015	295 €

Module	CYCLE HUILES ESSENTIELLES	date	tarif
Module d'Initiation		8, 9 octobre 2014	295 €
Module Aroma Pro		6, 7, 8 janvier 2015	485 €
Module de M.T.C.		16, 17, 18 mars + 8, 9, 10 avril 2015	825 €
Module de Phyto-énergétique		9, 10, 11 juin 2015	485 €
Module d'Olfacto-thérapie		3, 4, 5 octobre 2014	455 €
Module de Physio-pathologies		8, 9, 10 septembre 2015	485 €
Module de Diététique Energétique		15, 16 juin 2015	295 €

Tarifs valables jusqu'en juin 2015. L'Institut se réserve le droit de modifier, pour des raisons de bonne organisation, les dates de tout module non encore confirmé.