

La Lettre

“de l’Institut Français de Shiatsu”

ÉDITORIAL

E.M.I.S (Expériences de Mort Imminente Sociétale) ...

Lettre trimestrielle de
l’Institut Français
de Shiatsu

N°98 – ETE 2026-
8 € -
le 8 juin 2026.



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.

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.

D’aucuns s’interrogent sans doute sur ce titre et ce sigle. Que signifie-t-il et qu’est-ce qu’une E.M.I. Une E.M.I. est ce que l’on appelle une « Expérience de Mort Imminente » ou N.D.E en anglais (Near Death Experience).

Il s’agit de l’expérience particulière et bouleversante vécue par une personne, déclarée « cliniquement morte ». Les deux bilans fondamentaux dans une telle situation, électrocardiogramme et électroencéphalogramme, totalement « plats », précisent le diagnostic sans aucune ambiguïté. Or la personne décédée « revient » de son voyage dans les limbes de la mort.

On estime à ce jour, à plus de 2,5 millions le nombre de cas d’E.M.I recensés en France et plus globalement à 4% de la population mondiale! Et ces chiffres sont des estimations très certainement inférieures à la réalité, car de nombreuses personnes n’osent pas évoquer leur expérience, même auprès des proches. Les regards, et en premier lieu ceux des « scientifiques » sont en effet la plupart du temps critiques, jugeants et par conséquent blessants.

Je m’intéresse à la question depuis de nombreuses années suite à la lecture du premier livre publié par le Dr Raymond Moody, dans les années 70. Mon intérêt n’a jamais cessé depuis, malgré le peu de publications existantes. Ce sont des cas personnels partagés par des patients, qui ont entretenus ma flamme depuis tant d’années. Ces moments, toujours touchants, pour ne pas dire bouleversants, nourrissent une conviction très forte, celle des interactions entre le corps et l’esprit, de la puissance et de la présence de la Conscience bien au-delà du seul cerveau.

C’est avec eux et grâce à eux que j’ai pu nourrir ma conviction de la force incroyable de guérison de la Conscience (celle que j’évoque dans le module de Psycho-énergétique) et de sa composante absolue rencontrée lors des expériences: l’Amour Inconditionnel. Car, au détour des témoignages, c’est lui qui ranime la « veilleuse de l’âme », c’est lui qui réconcilie « l’être en partance » et lui redonne le choix et l’envie de rester, pour lui et pour les autres. C’est lui qui reconstitue ce capital confiance si déterminant pour les actes et les projections dans la vie et redonne cette envie de suivre le précepte d’Antoine de Saint Exupéry: *fais de ta vie un rêve et de ton rêve une réalité...*

Cependant le vécu d’une E.M.I. n’est pas toujours un passage merveilleux. Certes le che-

min suit la plupart du temps un tunnel vers de la lumière, mais ce n’est pas toujours le cas. Il y a parfois des peurs, des zones d’obscurité ou des rencontres troublantes (lire le témoignage d’Ivan Bel, page 8), voire des douleurs insupportables (le cas de Marc Petit, page 9). L’être en transit dans les limbes grises, molles et engluantes est confronté au choix, qu’il en prenne conscience lui-même ou bien à l’instigation d’une voix qui le lui rappelle: *il faut que tu choisisses, rester ou partir, vers quelle lumière veux-tu aller...*

Ce n’est qu’une fois le choix fait, pour lui-même ou pour les autres que la personne « revient » en ce bas monde et renaît au ciel d’une vie qui ne sera plus jamais la même. Il revient, guérit dans son corps et dans esprit et son regard ne voit que la lumière.



Jérôme Bosch

Ce qui est particulièrement intéressant dans la question des E.M.I. c’est leur caractère parabolique, car elles nous parlent du monde d’aujourd’hui, celui dans lequel nous vivons, ou plutôt nous survivons. Nos civilisations, malades comme nos corps, semblent en état de mort clinique. Leur électroencéphalogramme est plat (on ne réfléchit plus) et leur électrocardiogramme aussi (on ne sait plus aimer cet autre dont on nous a appris à avoir peur).

Alors nous sommes dans les limbes, molles et inconsistantes. Nos sociétés stagnent, baignent dans une inertie à peine réveillée par des crises hystériques artificielles, toutes fabriquées autour de peurs viscérales de l’autre (contagions, guerres, opinions, croyances, etc.). Nous sommes en état d’E.M.I.S. (Expériences de Mort Imminente Sociétale).

Mais si nous revenons aux E.M.I., cela veut dire que nous pouvons imaginer le tunnel au bout duquel la lumière nous appelle. Nous pouvons faire le choix de revenir à la Vie, la vraie Vie et laisser tous les miasmes, signes de nos maladies sociétales dans ces zones d’ombres d’un monde dont nous décidons de ne plus faire partie.

C’est un choix de lumière que je vous propose de faire, et comme dans les E.M.I., pour vous-mêmes ou pour les autres. Vos proches et vos patients ont besoin que la brillance de votre regard leur montre ce chemin.

Alors bel été à tous. Profitez de sa lumière pour redresser la tête et de sa chaleur pour réchauffer vos cœurs. Il en naîtra un sourire spontané qui fait du bien à tous.

Michel Odoul.

Les dieux ont connaissance des choses du futur, les hommes de celles du présent, et les sages de celles qui s'approchent.

Philostrate.



De chair et de silence...

Dans la continuité du dossier proposé dans la Lettre n° 97, du Printemps 2026, Lukasz Jablonski nous invite à aller « au bout du temps », celui qui s'impose à nous et celui qui dépasse la conscience consciente que nous pouvons en avoir.

La question est intéressante, certes intellectuellement parlant, mais elle l'est également en regard de nos pratiques de consultation, en ce qui concerne leur temporalité. C'est la question de la présence à soi et à ce que l'on fait dont il est question, et ce bien au-delà de la pure concentration. C'est la notion du temps présent, de ce d'aucuns nomme « l'ici et Maintenant », dont il est question. Et ce que Lukasz Jablonski nous propose de comprendre, c'est la notion de « présence », « d'instant présent », ne sont pas des notions qui signifient une restriction des perceptions au seul objet de préoccupation, mais signifient bien au contraire l'inverse, une ouverture à « l'infini présent »...

Et dans ce cadre, la pression du temps n'a plus lieu d'être. La confiance restaurée accepte les temps nécessaires et en particulier celui qui sépare deux consultations.

Lisez plutôt.

Michel Odoul.



Un dossier proposé par Lukasz Jablonski.

De chair et de silence

Nous avons vu ensemble dans la Lettre de printemps 2026 comment le rapport au temps pouvait être lu et compris selon les principes de la MTC. Dans cet article, je voudrais vous proposer d'aller plus loin. Nous allons voir l'importance des rythmes et des cadences qui sont essentiels à la santé. Nous verrons combien les alternances des phases d'activités et de repos, et plus concrètement dans nos pratiques, entre les temps de soins et les intervalles entre les séances sont fondamentales. Nous verrons qu'il en est un peu comme en musique où les silences ont une importance aussi grande que les sons.

Dans un premier temps, nous reviendrons sur le rôle des 5 principes de la MTC dans le rapport au temps avant d'aborder les logiques qui participent à ce qui semble en apparence, être du silence, de l'absence d'activité, mais nous le verrons est plus que cela. Vous verrez alors que derrière l'habituelle poésie de l'énergétique chinoise existe un rapport direct et concret au réel. Et que de là découlent des règles de fonctionnement du vivant qui

peuvent être aidantes dans les consultations. Nous verrons comment comprendre qu'il y a des temps à respecter dans la succession des séances, et pourquoi il est contre productif de vouloir aller vite. Vouloir rapprocher les séances revient à traiter la question sur un plan quantitatif, et c'est gérer l'état de crise. Cela peut se comprendre dans une sciatique par exemple. Espacer comme il convient les séances permet de travailler sur le champ du qualitatif.

Il se passe toujours quelque chose

Dans nos contrées cartésiennes, la notion d'énergie a tendance à être confondue avec celle de carburant. Si je suis en mouvement et en activité, je consomme ce carburant, tandis que lorsque je me mets à l'arrêt, je ne consomme plus de carburant. Cette logique simpliste trouve très vite ses limites, notamment si l'on s'intéresse au sommeil. Lorsque je dors, mon corps continue de fonctionner et ma psyché accomplit de nombreuses tâches. Tout ceci me permet de me sentir régénéré au réveil. Par conséquent, dans les phases de repos, le carbu-

rant ne cesse pas d'être consommé, il est simplement d'une toute autre nature.

En MTC, les notions de yin et de yang permettent d'éviter ces confusions. Lorsque je suis en activité, je dépense l'énergie Yang (que ce soit physiquement ou mentalement). Lorsque je me repose, je dépense l'énergie Yin. Que ce soit l'une ou l'autre de ces énergies, elles se retrouvent nourries lorsqu'on les utilise. L'action permet de dynamiser le yang en lui permettant de circuler. Alors que le repos dynamise le yin et lui permet de circuler. Les déséquilibres qui amènent aux maladies sont simplement le fait de l'excès de l'un par rapport à l'autre, ou du vide, de l'un par rapport à l'autre. Un excès d'activité épuise le yang et finit par atteindre le yin qui n'est plus suffisamment régénéré. L'excès de passivité ne permet pas au yang de circuler correctement et nuit au yin.

En somme, il se passe toujours quelque chose dans le vivant. Il n'y a pas d'arrêt. Il existe toujours



En somme, rien n'est inadmissible, sauf peut-être la vie, à moins qu'on ne l'admette pour la réinventer tous les jours.

Blaise Cendrars.



De chair et de silence...

une activité, un mouvement, mais sa nature varie selon les moments et en fonction de ce qui est perceptible de l'extérieur. Nous allons revenir sur ces notions.

- ✓ Le Principe du Bois est en rapport avec:
le temps qui s'écoule
- ✓ Le Principe du Feu est en rapport avec:
le temps présent
- ✓ Le Principe de la Terre est en rapport avec:
le temps d'avant
- ✓ Le Principe du Métal est en rapport avec:
le temps d'après
- ✓ Le Principe de l'Eau est en rapport avec:
le temps d'ici.

Le temps et les 5 Principes de la MTC

Nous avons vu dans l'article précédent comment chacun des 5 principes de la MTC jouait un rôle dans le rapport au temps.

- ✓ Le principe du Bois est en rapport avec *le temps qui s'écoule*. On retrouve l'idée de l'énergie du Bois qui est en lien avec la mise en mouvement. Dans le corps cette énergie gère entre autres la tonicité des muscles, la vue et l'immunité acquise.
- ✓ Le principe du Feu est en rapport avec *le temps présent*. On retrouve l'idée de l'énergie du Feu qui est en lien avec la conscience. Lorsque je suis pleinement à ce que je fais, je suis dans le présent. Dans le corps cette énergie gère entre autres, le cœur, les vaisseaux sanguins et la circulation du sang.

✓ Le principe de la Terre est en rapport avec *le temps d'avant*, celui des souvenirs et de la mémoire inscrite au fil du temps. Dans le corps, cette énergie gère, entre autres, la masse corporelle, et la production de chair.

✓ Le principe du Métal est en rapport avec *le temps d'après*. On retrouve ici l'idée du Métal qui protège et qui de ce fait, permet à un futur d'advenir. Dans le corps cette énergie, gère entre autres la respiration, l'évacuation des déchets et la peau.

✓ Le principe de l'Eau est en rapport avec le temps d'ici, c'est en quelque sorte *le temps racine*. On retrouve ici l'idée de l'Eau qui ancre et assure l'existence d'une profondeur à toute chose, son origine pour chacun de nous. Dans le corps cette énergie gère entre autres, le système urinaire et le squelette.

Pour chacun des 5 principes, il peut exister des déséquilibres.

✓ Lorsque l'énergie du Bois est en déséquilibre, le temps est vécu comme une *contrainte*. Il donne le sentiment de nous échapper. Il en ressort une sensation de tension générale dans le corps et en particulier dans les muscles.

✓ Lorsque l'énergie du Feu est en déséquilibre, il devient difficile de fixer l'attention sur une seule chose. On voudrait être à toutes les tâches simultanément. Il en ressort une *sensation d'urgence* qui se traduit par un empressement voire un emballement.

✓ Lorsque l'énergie de la Terre est en déséquilibre, le passé occupe une place prépondérante et excessive. Il en ressort un sentiment de *nostalgie* qui peut se traduire par un état dépressif.

✓ Lorsque l'énergie du Métal est en déséquilibre, c'est le futur qui prend une place excessive. Il en

ressort une *grande anxiété* et une appréhension de ce qui advient ou une difficulté à se projeter.

✓ Lorsque l'énergie de l'Eau est en déséquilibre, le temps en soi ne parvient pas à se fixer parce que la confiance dans la Vie est insuffisante. Demeure alors un climat intérieur de *grande peur*. Il devient difficile de s'engager dans une direction concrète.

✓ Lorsque l'énergie est équilibrée, le temps est vécu comme un allié. C'est alors tout le régime qui change à l'intérieur, toute l'atmosphère de travail des organes. De l'état d'urgence du temps qui court s'installe la douceur du temps qui passe pas à pas. La confiance se répand et apparaît clairement cette évidence : j'ai besoin d'un passé pour savoir d'où je viens, j'ai besoin d'un futur pour voir un possible projet, j'ai besoin du temps qui s'écoule pour le réaliser. Je n'habite alors plus qu'un seul endroit où le temps semble s'être évaporé : le présent.

Au delà du temps : les 2 « mainteneurs »

En MTC, les principes de l'Eau et du Feu s'associent dans un axe Eau-Feu, Yin/Yang, appelé axe Shao Yin, qui présente deux aspects particuliers: celui de porter à la fois le champ conscient, et le champ des profondeurs et du non-conscient. Le premier aspect implique les énergies du Cœur et du Rein, dans leurs dimensions « horizontales » organiques, alors que le second fait intervenir les énergies du Maître-Cœur (MC) et du Rein, dans leurs dimensions « verticales » endocrines.

Sur le plan psychique, le premier axe nous permet d'être consciemment confiant. Ce qui permet d'habiter sereinement le présent.

Cette confiance s'appuie sur une conscience claire de ce que nous sommes, parce que nous connaissons notre origine (famille, ethnie, pays etc).

Le deuxième axe est plus subtil, et s'appuie sur la confiance dans le fait que nous appartenons à quelque chose de vaste et d'infini. Une conscience claire sur ce point permet de s'adosser à la Vie. Le fait d'appartenir et de contribuer à la Vie sont alors une seule et même chose.

Une autre manière de le dire est que c'est la même Vie qui m'anime et qui animait les êtres vivants il y a des millions d'années. Et ce sera la même Vie qui animera les choses dans plusieurs millions d'années (quelque soit la forme que pourrait prendre la Vie). C'est cette sorte de caractère sans fin de la Vie qui a toujours été, et qui de facto, sera toujours là. Cet axe MC-Rein est celui du *présent éternel*, au delà du temps. Comme l'impulse du sang qui circule et qui à elle seule résume tout ce que la Vie est : *du neuf à chaque instant*. Il nous fait quitter l'angoisse du temps qui s'écoule, du passé et du futur pour aller vers, non pas l'immortalité, mais l'éternité, celle du seul instant qui existe. Dans l'idée que l'instant n'a de durée que dans sa perception consciente et par conséquent « finie », alors que le présent est éternel parce qu'incessant. Cet apparent paradoxe est très clairement illustré par le fameux « ruban de Moëbius », objet « réellement » existant, qui n'a ni début ni fin, ni dessus ni dessous. Il est un continuum tel que le présent « habité » par l'axe MC/R peut l'être.

Cet axe MC/R est relié aux plus lointaines mémoires (les mémoires akashiques, telles que nous les évoquons notamment au cours du module de Psycho-énergétique). Il porte tout et permet tout. Il englobe les rythmes et les

cycles. Il les résume comme l'alternance des inspirations et des expirations, ou le flot des battements cardiaques permettent de sentir de quoi la Vie est faite.

Nous allons maintenant laisser ces idées et ces différents concepts pour voir comment concrètement les temps de silence et d'arrêt importent autant que les moments d'action et d'activité. De là, il sera aisé de comprendre pourquoi il faut des temps d'intégration entre les séances de soins (shiatsu ou réflexologie).

Re-nourrir trop vite peut être périlleux

L'expérience montre qu'il peut être délétère de donner à manger à un affamé, ou à boire à quelqu'un qui a failli mourir de soif. Cette idée qui peut sembler contre-intuitive est néanmoins très concrète. Ramener trop rapidement des éléments essentiels à la nutrition d'un humain peut le tuer. Ce sont les situations extrêmes qui ont mis en évidence ce constat. Aujourd'hui, la biologie explique très précisément les mécanismes à l'œuvre qui impliquent des carences profondes de certains éléments essentiels comme le phosphore, le magnésium, le potassium et certaines vitamines. L'apport de nourriture sans avoir préalablement rééquilibrer ces substances provoque un choc biologique qui peut gravement perturber le rythme cardiaque au point de l'arrêter. Ce phénomène s'appelle le syndrome de renutrition.

Mais ce constat très brutal ne concerne pas seulement la vie purement cellulaire, et se retrouve également dans les autres aspects du vivant. Par exemple, chez une personne souffrant de dépression il peut être délétère de ramener à niveau trop rapidement les taux d'hormones de bonheur et de plaisir. C'est pourquoi au début d'un traitement antidépresseur, il est

recommandé de prescrire un léger sédatif pendant les premières semaines. Cela dans le but de prévenir le regain trop rapide d'énergie psychique qui peut amener parfois à des idées suicidaires. Le sédatif permet alors de contenir en quelque sorte cette remontée de l'énergie.

En MTC, cette notion existe au travers de la question des saveurs. On dit qu'une saveur « excite » l'organe, c'est-à-dire qu'elle dynamise son énergie. Mais en excès, la même saveur, épuise l'énergie et l'organe concerné. Par exemple, la saveur douce dynamise les énergies de la Rate-Pancréas (RP) et de l'Estomac. Alors que la saveur douce en excès, c'est-à-dire le sucré, épuise ces mêmes énergies et en lèse les organes. La saveur devient alors impossible à métaboliser. Il existe alors des règles pour restaurer les bénéfices d'une saveur sur son organe correspondant (tel que cela vous est présenté au cours du module de MTC). Le principal conseil à donner est de privilégier la saveur de l'organe mère dans le cycle d'engendrement. Dans notre exemple, il s'agirait de conseiller la saveur amère qui dynamise le Coeur. Le Coeur est l'organe mère de la RP.

Nous pourrions résumer que chez un être humain, lorsqu'une carence a duré dans le temps, il devient délétère voire dangereux de chercher à la corriger immédiatement. Il faut comprendre cette notion comme dépassant le fait biologique (et même psychique) et pouvoir l'étendre à l'information sous toutes ces formes. C'est-à-dire que même les mots et les phrases qui sont amenés à un patient pendant la phase d'entretien peuvent être vécus comme brutaux parce qu'impossibles à assimiler à ce moment là. Nous verrons comment procéder plus loin.

De chair et de silence...



Du respect des rythmes et des silences

Comment imaginer alors qu'un tel processus puisse être un « bug » dans la mécanique du vivant ? Comment au contraire ne pas envisager qu'il soit un élément essentiel et fondateur de la Vie qui nous anime ? Les arrêts et les silences seraient alors une sorte de fonction en soi qu'il s'agit de prendre en compte et d'intégrer. Comme en jardinage, il faut préparer la terre avant de semer une graine. Dans le cas du syndrome de renutrition que j'évoquais plus haut, il s'agit d'abord de redonner certaines vitamines et minéraux avant de pouvoir donner des aliments. Et cela est valable même si l'apport de nutriments était intraveineux.

Heureusement, les situations extrêmes que je vous présente sont rares. Elles montrent qu'au delà d'un certain niveau d'épuisement de l'énergie même les garde-fous sont dépassés. Le reste du temps il existe des systèmes qui protègent ces points de bascule. Mais il est intéressant de garder en tête qu'ignorer les rythmes d'intégration peut être délétère.

Dans les soins que nous proposons à l'Institut cette idée est centrale. Il est d'ailleurs courant qu'au travers de la plupart des témoignages de praticiens qui sont publiés cette idée soit présente en arrière fond. C'est ici que s'inscrit la temporalité nécessaire de la semaine entre 2 séances. Le cycle des 7 jours est fondamental pour l'intégration par le patient des données, tant physiques que psycho-émotionnelles, rencontrées au cours de la séance. Le cadencement en 7 jours n'est pas hasardeux et la lune, Mars, Mercure, Jupiter, Vénus, Saturne et le Soleil sont des représentations mythologiques illustrant parfaitement le temps nécessaire à l'assimilation et la métabolisation de toute chose.

Rôle du phosphore dans le corps

Parmi les éléments présents en carence chez une personne fortement dénutrue (que j'évoque dans le chapitre « re-nourrir trop vite), l'un d'eux joue un rôle central: le phosphore. Sans vous noyer dans les détails, voici quelques uns des rôles qu'il joue dans notre corps. Quand on évoque le phosphore, on pense immédiatement à la solidité des os et des dents. Cet élément d'origine minérale est d'ailleurs tellement solide qu'on peine encore à comprendre aujourd'hui comment les organismes parviennent à l'extraire de leur environnement. Cette solidité et cette force se retrouvent à de multiples niveaux. Le phosphore est l'épine dorsale de la molécule d'ADN, celle qui porte l'information de notre patrimoine génétique. Il assure l'intégrité du code génétique, prévient les mutations et les « erreurs ». Ainsi, l'information peut demeurer dans le temps et le traverser assurant de cette façon sa transmission.

Un autre élément de robustesse apporté par le phosphore concerne la membrane des cellules, celle qui sépare l'intérieur et l'extérieur. Le phosphore joue un rôle clé dans sa stabilité. Un dernier point d'intérêt concerne une substance particulière l'ATP (l'adénosine triphosphate) que toutes les cellules utilisent comme réserve d'énergie. Or le phosphore permet à ce réservoir de rester stable dans le temps. C'est ce qui permet de comprendre que dans les situations de grandes carences le moindre apport de nutriment soit délétère. Le défaut de phosphore procure une sorte de fragilité qui fait que rien de vitalisant ne peut être accueilli.

Que faire en pratique ?

Normalement les patients que nous rencontrons ne sont pas à risque d'être re-nourris trop rapi-

dement. La gravité de cette situation relève d'une prise en charge spécialisée et très souvent d'une hospitalisation. En revanche, il peut arriver que l'on rencontre des patients pour qui l'apport d'informations, que ce soit au travers de l'entretien ou de ce que peuvent contenir les soins, demandent une certaine prudence. En particulier, si on a repéré une fragilité structurelle ou psycho-émotionnelle chez le patient.

La première manière de gérer est de s'appuyer sur les techniques génériques pour ce qui est du soin et d'être progressif dans les questions posées au patient. C'est ici que se comprend le principe pédagogique qui vous est toujours enseigné à l'Institut : *vous n'avez pas à dire ou à révéler au patient quoique ce soit, mais à conduire le patient à le trouver lui même.*

Ensuite, il est rarement « trop tard » pour proposer une piste ou choisir une intervention ciblée dans un soin. Dans l'entre deux (le temps de la semaine), il existe une préparation homéopathique qui peut être d'une grande aide.

Phosphorus (le phosphore blanc)

Le phosphore est une substance quasi alchimique. C'est un métal qui a la propriété d'émettre une lumière spontanément. On le trouve d'ailleurs dans les allumettes. Mais il peut se révéler particulièrement toxique au point d'être utilisé pour certaines munitions. Cette ambivalence entre son aspect lumineux éclairant, nourrissant et stabilisant tout étant explosif résume ce que porte le phosphore en terme de signature.

En homéopathie, la préparation phosphorus est un traitement classique des fatigues profondes qui s'accompagnent de pertes sanguines. On trouve ici cette notion

de fragilité que nous avons vue. Elle découle du fait que tous les tissus sont carencés en profondeur. Sur le plan psychique, phosphorus est indiqué dans le surmenage nerveux et émotionnel.

Au-delà d'un certain seuil de lassitude sur le chemin, l'être dans son ensemble semble développer une résistance à l'entrée dans le présent. Le phosphore permet de pacifier le rapport à la lumière éclatante qui sommeille dans les profondeurs. C'est ainsi que la confrontation au réel est possible. Celle-ci peut avoir été rendu douloureuse par une accumulation d'événements difficiles. *Phosphorus* permet de retrouver le contact avec sa propre lumière, se rappeler sa présence, et progressivement de l'accepter pour enfin pouvoir revenir à soi sans que ce retournement ne soit douloureux.

Si le sentiment de fragilité chez le patient domine dans la succession des consultations, au point que rien ne semble « accrocher » chez lui, il peut y avoir une indication à *Phosphorus*. Un peu dans l'idée d'un disque dur qui n'imprime

plus ou sur lequel on n'ose plus ajouter d'informations, de peur de perdre l'ensemble. Mais attention parce que le phosphore est puissant. Or comme nous l'avons vu précédemment, apporter trop vite peut être délétère. Par conséquent, en fonction de l'état constaté de votre patient, en terme de fatigue physique ou psychique, vous pourrez utiliser le phosphore dans une gradation progressive qui s'inscrira là aussi dans le temps d'une semaine. Une première séance *triadatus phosphorus*, puis une 2e semaine *acidum phosphoricum* et enfin *Phosphorus* sur une 3e semaine. Il s'agit de proposer de prendre 5 granules matin et soir en dilution 7CH pour les 2 premières semaines et en dilution 9CH pour *Phosphorus*. Si vous voulez accentuer l'idée du silence qui rythme, vous pouvez demander au patient d'organiser ces 7 jours dans l'intervalle entre deux rendez-vous.

Conclusion

La conclusion de ce qui précède tient en un seul mot :

RESPECT

Il s'agit de respecter le patient dans sa demande, mais aussi dans ses choix, de là où il est, et de là où il semble vouloir aller. Cela implique très concrètement de focaliser notre attention sur l'endroit où le patient se trouve biologiquement (quelles sont ses carences ?), psychiquement (dans quel état d'esprit est-il ?), énergétiquement (qu'est-il en mesure d'assimiler ?). Et de manière générale, qu'est-il en mesure d'entendre en terme de propos, et de recevoir en terme de soins ? Les outils de base de nos pratiques seront toujours des réponses appropriées face à la tentation de chercher à gagner du temps. Et rappelez vous cette formule fréquemment citée à l'Institut: « *le temps ne respecte pas ce qui se fait sans lui* », il est l'espace indispensable à l'assimilation complète.

Bel été à chacun de vous,

Lukasz Jablonski.



- INFOS JOURNEES DE PRATIQUES -

Dates de pratique du trimestre

Shiatsu

Elles ont lieu soit de 10 h. à 12 h. (matin), soit de 14 h. à 16 h. (après-midi)
Merci donc de n'arriver qu'un 1/4 d'heure avant, cela permettant de préparer la salle.

En septembre: le jeudi 10 (matin).
En novembre: le vendredi 27 (matin).

En octobre: le jeudi 1 (matin).
En décembre: le mardi 15 (après-midi)

Dates de pratiques du trimestre.

Réflexologie Plantaire.

Elles ont lieu soit de 10 h. à 12 h. (matin), soit de 14 h. à 16 h. (après-midi)
Merci donc de n'arriver qu'un 1/4 d'heure avant, cela permettant de préparer la salle.

En septembre: le jeudi 10 (après-midi).
En novembre: le lundi 30 (après-midi).

En octobre: le jeudi 1 (après-midi).
En décembre: le mardi 15 (matin)

Merci de venir avec un drap de bain.

Voici un témoignage plutôt inattendu et réjouissant. Claire Lisiecki nous évoque ici, les réflexions collatérales générées par le suivi du module de « Protocole Douleur ». Comment un tel sujet peut-il conduire à des réflexions « musicales » ? Pour une simple et bonne raison, celle de la cohérence du Principe de Vie. Tous ceux qui ont suivi le module de M.T.C. ont rencontré cette idée à travers l'évocation des contenus des 5 Principes fondamentaux que sont le Bois, le Feu, la Terre, le Métal et l'Eau. Chacun d'entre eux porte des caractéristiques propres qui se déclinent en tout. Saisons, énergies climatiques, saveurs, phases de vie, caractères, émotions, etc.

Or, effectivement, dans le module de Protocole Douleur, je montre le lien indéniable qui existe entre les 5 besoins fondamentaux d'un individu et les 5 souffrances qui découlent de la non-satisfaction de ces besoins, tout ceci se déclinant à travers les 5 corps de tout être humain. J'illustre alors chacun de ces corps avec des représentations artistiques ou des formes d'architecture propres à chacun. C'est ce qui inspiré Claire Liziecki, musicienne violoniste, à élargir ces liens au domaine qu'elle connaît le mieux. Elle m'a confié sa réflexion et je dois reconnaître, étant amateur de musique classique, que ses liens sont pertinents, précis et justes.

Une très belle façon d'illustrer combien la symphonie du vivant est merveilleuse et ne connaît pas de hasard. Lisez plutôt.

Michel Odoul.



Corps et musique.

Lors du module Protocole Shiatsu « Traiter la douleur », Michel nous a dressé le contenu psychoréférentiel des cinq « corps », selon les cinq Principes. Pour chacun d'entre eux, une référence architecturale.

J'ai laissé parler en toute subjectivité mon amour de la musique pour ajouter à chaque « corps » une référence musicale.



Le corps *tribal* ou *sociétal*, Principe du Bois, Foie et Vésicule Biliaire :

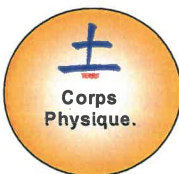
Mozart. C'est l'enfant prodige, spontané, séducteur léger, extraverti très social, qui a le don de faire vivre les relations humaines dans sa musique. On dit de lui qu'il fait aimer la tristesse (Poumon, son contrôleur). Resté pour l'éternité un jeune homme, il est mort à 35 ans. L'extrait choisi : l'ouverture de l'opéra « *les noces de Figaro* ». Quelle verticalité, quelle exultation pleine de charme et de légèreté.



Le corps *émotionnel*, Principe du Feu, Cœur et Intestin Grêle :

Dvorak. Chez ce compositeur tchèque, la musique fortement inspirée des musiques traditionnelles est profondément humaine, chaleureuse et vivante. Elle évoque un horizon lumineux, traversé par l'émotion et la vie. Cette émotion ressemble à la joie du cœur, simple et sincère. L'extrait choisi : « *9è sympho-*

nie (dite « *du nouveau monde* ») 4è mouvement *Allegro con fuoco* ». Grande traversée héroïque, énergie et tension émotionnelle, affirmation de vie !



Le corps *charnel*, Principe de la Terre, Rate Pancréas et Estomac :

J. S. Bach. Qui mieux que lui pour évoquer la réflexion, lui qui faisait de chaque composition une construction méthodique et mathématique, qui invite à la méditation. La répétition, les motifs qui se répondent et les structures très organisées créent une sensation de pensée en mouvement. Sa musique ne divertit pas, mais conduit à une réflexion sur le temps, la foi, la mort.. Elle favorise la pensée profonde. L'extrait : « *Fugue en sol mineur (BWV518)* ». Inspirant, calmant, effet de centrage garanti..



Le corps *mental*, Principe du Métal, Poumon et Gros Intestin :

Poulenc. Je ne m'étendrai pas sur le compositeur, français, tant l'extrait musical est parlant. L'extrait : « *Salve Regina*, acte 3 final de l'opéra *Dialogue des carmélites* ». L'histoire se passe pendant la Révolution française, les religieuses sont arrêtées car elles refusent de renoncer à leur foi. Dans ce final, elles chantent le « *Salve Regina* » en chœur, montant tour à tour sur l'échafaud. Leur voix est cou-

pée par la guillotine (on entend le bruit sec de la lame). La dernière est Blanche (!) de la Force, qui avait fuit par peur, mais rejoint finalement ses sœurs et monte elle aussi sur l'échafaud.. Cet extrait fait se dresser nos poils (!). Et quelle tristesse dans le destin de ces femmes innocentes..



Le corps *archaïque*, Principe de l'Eau, Rein et Vessie :

Beethoven. Il incarne l'homme qui transforme la souffrance en puissance intérieure. Sur ses portraits, son expression de volonté est farouche, austère et intense, exprimant son chemin de conquête intérieure. Chez lui la musique avance telle une force vivante, qui se heurte, repart ailleurs, mais continue inexorablement, avec une foi en l'homme jamais ébranlée. Beethoven devint sourd à 26 ans, il continua de composer en s'asseyant par terre face à un piano sans pied pour ressentir les vibrations de la musique par le sol (ndlr: *quelle puissance de volonté!*). L'extrait choisi : « *Quatuor Opus 18 n°1*, 2è mouvement *Adagio* ». Musique sublime, ondoyante comme une rivière, avec ses zones rocailleuses et mouvementées, pure et profonde.

Bel été en musique.

Claire Liziecki,
Praticienne référencée à Orléans.

Les deux témoignages qui suivent sont ceux de Ivan Bel, praticien Shiatsu et formateur, installé dans le nord de l'Italie, et de Marc Petit, ancien élève parti s'installer au Canada. Certains parmi vous les ont déjà rencontrés, lors de congrès ou de formations et ont pu apprécier, à chaque fois, les hommes qu'ils sont. Dans le texte qui suit, Ivan Bel et Marc Petit nous partagent avec sincérité une expérience d'E.M.I. qu'ils ont personnellement vécue il y a quelques années. Ces témoignages sont puissants parce qu'ils émanent de praticiens, capables de dépasser la dimension émotionnelle immédiate pour inscrire l'expérience dans un chemin de vie.

Nombres d'E.M.I. font suite à un problème cardio-vasculaire, nombres font suite à un problème touchant au cerveau (géré par le Cœur, en M.T.C.). Ce fut leur cas à tous les deux.

Michel Odoul.



Mort clinique...

Il n'est jamais facile de parler de ce genre d'expérience, car en face de soi dans le regard des interlocuteurs il y a au mieux de l'incompréhension, au pire le jugement définitif qu'on est complètement fou. Et pourtant, c'est bien arrivé. L'histoire que je vais narrer ici m'est arrivée en 2022. A ce moment-là je vivais au Malawi, où l'extrême pauvreté du pays est un terreau fertile à toutes les maladies et où les morts se comptent par milliers tous les jours pour un rhume non soigné ou une maladie tropicale. Pour ma part un beau matin j'ai commencé à me plaindre de maux de tête qui ne firent que s'aggraver les deux jours suivants, accompagnés d'une fièvre sourde mais pénible. Au bout de 3 jours, je fus finalement amené dans une clinique adventiste privée car c'est à peu près tout ce que l'on trouve de vaguement correct à Lilongwe, la capitale. On me fit simplement une perfusion de glucose et on me laissa là sans surveillance pendant une après-midi et une nuit. Au matin, j'errai dans le bâtiment sans trouver âme qui vive. Personne n'étant présent, j'enlevais ma perfusion et je filais à 9h du matin, à pied sur la route, sans même un garde pour surveiller l'entrée. On ne me chercha qu'à partir de 11h. Il était hors de question de retourner dans ce lieu.

Chaque été au mois de juillet j'anime un stage intensif d'une semaine de Shiatsu dans le sud-ouest de la France. Après avoir donné 60h de cours en 6 jours, je me retrouvais fatigué, puis notait le retour de ce mal de tête qui ne fit que s'aggraver. Mais cette fois l'intensité de la douleur cérébrale était vraiment horrible. Pratiquant les arts martiaux depuis 40 ans, je ne suis

pas douillet, mais là je passais mon temps à gémir de douleur. Au bout de 3 jours, la fièvre étant de retour, me voilà de retour au service des urgences de nuit dans un hôpital de la campagne française. J'y suis arrivé vers 19h et on m'a pris en charge le lendemain vers 8h du matin, allongé sur une civière et passant des heures à me frapper la tête contre le mur du couloir pour chasser la douleur. Je fus enfin admis dans un service de soin où l'on me fit de nombreuses prises de sang et je fus gavé de glucose puis de sodium et de Doliprane en intraveineuse, sans parler d'une panoplie de médicaments plus incompréhensibles les uns que les autres puisqu'on ne savait pas de quoi je souffrais.

Tous les jours la cheffe de service me demandait où en était mon mal de tête et je répondais invariablement 10/10 avant de me taper la tête contre les barres du lit. Information importante : je ne pouvais ni boire ni manger, je vomissais absolument tout. Ma survie dépendait donc des perfusions. Pour me calmer, on me donnait chaque jour 1mg de morphine, ce qui me permettait de dormir un peu. Chaque jour j'étais plus faible, les muscles se sont atrophiés au point de ne plus pouvoir marcher ni me tenir assis, ma tête était d'une pâleur luisante à faire peur ma famille. Le temps d'avoir les résultats d'analyse sanguine et d'en refaire pour contrôle, 10 jours s'étaient écoulés sans manger ni boire. Le verdict tomba : hépatite F. Je ne savais même pas que cela existait. Aujourd'hui il semble que l'on aille jusqu'à la lettre H pour les hépatites. Question : est-ce que ça se soigne ? Réponse : il n'existe pas de traitement.

Des erreurs à répétition et un miracle

Je n'avais pas assez de lucidité pour comprendre les enjeux de cette annonce, étant occupé en permanence par la douleur et l'état d'extrême faiblesse dans lequel j'étais. Mais il est évident qu'on ne donne pas une tonne de médicaments quand il n'y a pas de traitement connu. On donne encore moins du Doliprane en intraveineuses à raison d'1 litre et 1/2 par jour, car cela est contre indiqué pour les troubles du foie. Tout était fait pour accélérer mon problème.

Pendant un week-end, un médecin de garde inconnu me cria dessus lorsque je lui déclarais que j'étais toujours à 10/10 de douleur. Il demanda à l'infirmière de m'injecter 10mg de morphine. Eberluée, elle lui dit que c'était dangereux de faire cela. Il la menaça d'être virée si elle n'obéissait pas et s'est en s'excusant, la honte au visage, qu'elle fit l'injection de la totalité en une prise. La réaction ne se fit pas attendre plus d'une minute. Une intense chaleur monta dans mon bras, je fis de l'hyperventilation, trouvait la force d'appeler au secours à la maison, mon cœur s'emballa en une course folle, puis... tout s'arrêta.

Je me retrouvais dans un endroit sans limite, entièrement noir, sans aucune visibilité. Mais je notais à mon grand plaisir que je n'avais plus de douleur. Je me sentais même très bien. Par contre je n'y voyais rien du tout. Je tentais en plissant les yeux de percer cette noirceur en me demandant où je me trouvais, mais sans aucune frayeur. A un moment donné, je perçus que



ce fond noir ondulait doucement et je me suis dit « ah, c'est un rideau ». Je remontais donc mon regard vers le haut pour voir le haut du rideau quand je compris que c'était une robe. A 10 mètres au-dessus de moi il y avait un visage, couvert d'un masque noir brillant alors que tout le reste était mat. A la seconde où mon regard rencontra le sien, tout l'amour de toutes les mères du monde était sur moi. Un amour inconditionnel, fantastique, si dense que je tendais les mains pour attraper le vide autour de moi, persuadé que je pouvais le prendre et le manger. C'était merveilleux ! Et la dame immense en robe noire n'était autre que Madame la mort en personne. De cette rencontre merveilleuse, rassurante, aimante au plus au point, m'arriva des mots par télépathie.

« Tu sais qui je suis et tu sais où tu es ». Effectivement, j'avais compris instinctivement. « Mais il t'a été donné le choix ». Là aussi je comprenais que je pouvais choisir de partir avec elle ou de revenir parmi

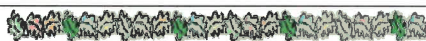
les vivants. « C'est une décision importante. Puis-je avoir cinq minutes de réflexion » ? Et après un temps subjectif qui me parut cinq minutes je vins lui dire que je voulais retourner en arrière pour voir mes enfants, ma femme et continuer ma mission avec le Shiatsu que je sentais inachevée. « Tu as choisi » me dit-elle et immédiatement, sans transition, je retournai dans mon corps, de retour dans la douleur, avec toute une équipe de réanimation qui s'acharnait sur moi.

La nuit en essayant de trouver le sommeil je réalisai que j'avais fait une EMI. Que je ne devais pas gâcher la chance qui m'avait été donnée de continuer à vivre. Que j'avais perdu toute peur de mourir car là-bas tout n'est qu'amour. Que j'allais arrêter toute médication, sortir de là dès que possible. Que lorsque je mourrai pour de bon, je demanderai à rester un temps près de la mort pour rassurer les gens pendant leur passage, si c'est possible. Que je suis immensément reconnaissant et ému de la beauté de la vie.

Les jours suivants, l'une de mes étudiantes de Shiatsu vint tous les jours me faire une heure de traitement. Dès la première séance dédiée uniquement au méridien de l'Estomac, je pus manger trois petites cuillères de compote et boire un demi verre d'eau. Une victoire après tout ce temps sans rien avaler. A chaque séance je retrouvais plus de force, et mes jambes purent me porter, avec le soutien de ma famille, pour fuir cet enfer hospitalier. Par la suite, tous mes amis vinrent me faire des soins par le Shiatsu, l'acupuncture, la respiration et les plantes dépuratives du foie. Il me fallut 4 mois pour retrouver 70% de ma forme et 1 an de plus pour finaliser ma récupération des 30% restants. Mais quoiqu'il se passe désormais dans ma vie, je savais que je n'étais plus le même. Quelque chose de profond avait changé en moi.

Et la joie est désormais dans tout ce que je fais.

Ivan Bel.



Mort clinique... bis

Nous sommes le dimanche 30 juin 2019 à Montréal, veille de la fête du Canada, à peine 2 heures après être revenu de l'aéroport où j'étais allé chercher mon amie qui venait en vacances.

Vers 22h00, je sens un craquement dans ma tête du côté gauche et tel un éclair, " je prends la foudre " ! Etant juste à côté de mon lit, je m'assois violemment sur celui-ci. Une douleur indescriptible envahit ma tête et tout mon corps... Quelques instants après, je commence à voir mon corps se détacher tel un costume, une combinaison flottant au vent depuis les doigts de pied et remontant vers ma tête. Quand cette "combinaison" toujours flottant au vent - vous savez comme les grandes frites publicitaires dans lesquelles on souffle de l'air pour les faire bouger et tenir debout - est arrivé au niveau de la gorge, cela tirait ma tête vers le haut...

A cet instant précis, je me suis dit : " c'est la fin, je m'en vais..." tout en étant tellement serein. Puis la lumière s'est éteinte comme si on avait appuyé sur l'interrupteur... Quelques 90 se-

condes plus tard, "on" m'a fait rallumer la lumière..." le retour fût extrêmement douloureux.

Mon amie qui était en ligne avec les secours, expliquait ce qui se passait et l'ambulance est arrivée rapidement. J'ai été emmené dans un premier temps dans une clinique où j'ai passé la nuit, assis sur un fauteuil et obligé de réclamer un calmant...

Une infirmière est venue quelque temps après me poser une perf et me faire ce calmant, d'ailleurs peu efficace. Vers 4h30 du matin, j'ai passé un angioscanner et ils ont vu qu'il y avait un gros problème (sic !). Ce qui fait qu'à 6h00, matin du 1er juillet je suis admis au CHU de Montréal en neurologie.

Le mercredi suivant (ndlr: soient 2 jours après) ils m'ont fait une angiographie pour être sûrs qu'il n'y ait pas d'autres anévrismes... Diagnostic : une HSA, hémorragie sous arachnoïdienne! Quelle force symbolique! Le voile de l'illusion " qui s'était déchiré en moi...

J'ai très vite compris que je m'étais engagé dans une voie, dans ma vie, qui n'était pas la mienne et

comme je refusais de le voir, ma conscience s'est chargée de le faire pour moi et de " m'arrêter " !

Je suis resté 12 jours au CHU avec une injection de morphine toutes les 3 heures... Quand je suis sorti, ma vie en fût modifiée à jamais...J'ai souffert le martyr pendant plusieurs semaines sans toutefois n'avoir aucune séquelle apparente...sauf la révélation d'un « talent » insoupçonné, celui d'une inspiration quasi instantanée pour écrire des poèmes et des chansons que je publie sur Spotify, Apple Music et autres.

Et c'est elle qui m'a fait reprendre contact avec l'Institut et Michel et lui écrire un titre sur le thème de son livre "Un corps me soigner, une âme pour me guérir"...

Marc Petit.

Ndlr: une chanson particulièrement émouvante, tant pour le texte que la voix et la musique: à entendre absolument:

<https://suno.com/s/DFWcHwChap6xhPH1>



Rien n'existe au ciel et sur terre que l'amour ne pourrait donner.

Paul Claudel.

- DIETETIQUE ENERGETIQUE - - DIETETIQUE ENERGETIQUE -

Dans le cadre de la diététique énergétique, Lukasz Jablonski nous propose dans cette Lettre de l'Été 2026, de nous intéresser à une plante particulièrement intéressante, tant sur le plan symbolique qu'en termes d'usage aromathérapeutiques ou culinaires, le tournesol.

Lisez plutôt.

Michel Odoul.



GRAINE DE LUMIÈRE

Il est une plante qui peuple les imaginaires collectifs tant elle paraît sympathique et lumineuse au premier regard. Mais elle est aussi un produit culinaire du quotidien. Je veux vous parler aujourd'hui du tournesol. Bien qu'il semble faire partie de nos cultures, ce n'est qu'au 15^e siècle qu'il arrive sur notre continent en provenance d'Amérique du Sud. Ce géant qui peut atteindre plusieurs mètres de haut illustre comment la croissance peut être rapide si la lumière est captée de la « bonne » façon. Symbole de lumière solaire, il a développé une stratégie très particulière qui lui permet de s'orienter habilement vers le soleil pendant sa course et de bénéficier au maximum de la chaleur et de la luminosité. C'est d'ailleurs ce qui lui vaut son nom commun (son nom botanique étant l'hélianthe à grandes fleurs). Au début de la journée, un côté de sa tige croît plus vite que l'autre, alors que dans la seconde partie du jour c'est l'inverse. Petit clin d'œil à la MTC : c'est le côté gauche de la tige qui croît dans la matinée au moment où l'énergie Yang est montante, alors que c'est le côté droit de la tige qui croît l'après-midi au moment où l'énergie Yin est montante. Le Yang est associé à la gauche en MTC alors que le Yin est associé à la droite.

C'est une plante généreuse où presque tout est utilisable soit pour l'alimentation soit comme carburant. Nutritivement parlant, il n'y a que les graines qui soient exploitables pour notre alimentation. Le reste de la plante sert à nourrir les animaux d'élevage. Mais l'huile de tournesol peut aussi servir de carburant.

Avant la présence de l'électronique dans nos voitures, il était possible d'ajouter de l'huile de friture usagée à un moteur diesel.



Les graines sont utilisées telles quelles mais généralement on exploite l'huile obtenue par pression. Il en existe 2 sortes. La plus répandue est riche en oméga 6 (elle est dite linoléique) tandis que la seconde variété est riche en oméga 9 (et est dite oléique). La première a un goût neutre et trouve son usage « à froid » principalement dans une vinaigrette. La seconde supporte très bien les hautes températures et peut être utilisée pour les fritures. Sa richesse en oméga 9 et sa tolérance aux fortes températures la rapproche des qualités culinaires de l'huile d'olive. Pour les différencier, il faut chercher le taux d'oméga 9 sur les étiquettes ou l'appellation « haut oléique ».

Les 2 types d'huiles de tournesol sont très riches en vitamine E qui a un rôle important dans la gestion du stress oxydatif de nos cellules. Il protège nos cellules des dégâts du temps et de la fatigue. Une seule cuillère à soupe par jour apporte la quantité recommandée de cette vitamine indispensable. En dehors de l'usage alimentaire, l'huile de tournesol est intéressante pour

Le tournesol.

diluer les huiles essentielles. C'est une base suffisamment neutre pour les applications cutanées mais aussi pour les huiles essentielles que l'on souhaite voir pénétrer la circulation sanguine.



La consommation des graines recèle des trésors de vitalité. On y retrouve en plus de la vitamine E plusieurs vitamines du groupe B indispensables au développement des cellules et au système nerveux. Les huiles ne contiennent quasiment plus les précieux minéraux que porte la graine. Il s'agit surtout du magnésium, du phosphore et du cuivre. Et c'est là que le potentiel estival en lien avec les énergies du Feu se retrouvent. L'énergie du Feu en MTC est en lien avec le Yang dans sa plénitude, l'esprit et la puissance de la vitalité qui circule en nous. C'est en quelque sorte l'éclat de la Vie à son apogée. La présence de vitamine E combinée à ces minéraux rend l'énergie Yang parfaitement assimilable, c'est à dire sans nous brûler. Le cuivre permet de fixer l'énergie lumineuse, le magnésium permet de la canaliser et le phosphore permet de la stocker et de la restituer quand cela est nécessaire. Les huiles comme les graines constituent de véritables compagnons des tablées chaleureuses de nos étés dont on peut user et abuser avec plaisir.

Belles tablées estivales à tous,

Lukasz Jablonski

~ NOUVEAU MODULE PROTOCOLE SHIATSU ~

Cursus Shiatsu :

La pleine réussite des **modules protocoles** liée à l'adaptation totale aux besoins et situations rencontrés par les praticiens nous conduit à proposer un nouveau **protocole consacré aux problèmes**:

d'apnée, de pertes de goût et d'odorat.

Après les protocoles Douleur, Désespérance, Dysménhories, Sciatique et fibromyalgie, Canal carpien, NCB et acouphènes, ce nouveau protocole permettra de se consacrer la aussi, à des problématiques de plus en plus rencontrées par les praticiens.



Les problèmes de goût et d'odorat ont explosés au moment du COVID et curieusement continuent de générer au mieux de l'inconfort, rendant la vie plus fade, sans odeur et sans saveur...

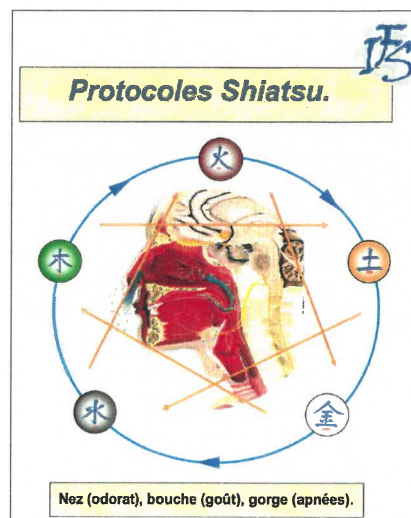
Les apnées du sommeil quant à elles se multiplient en nombre et en intensité rendant le quotidien nocturne et par voie de conséquence, diurne, épuisant voire invalidant.

Dans ce module de 2 jours, nous étudierons les protocoles adaptés à ces situations.

Son prix est de 390€.

La **1^{ère} session** proposée aura lieu les 15 et 16 septembre 2026.

Une **2^{ème} session** est programmée les 18 et 19 janvier 2027



~ NOUVEAUTE AROMA & PHYTOENERGETIQUE ~

La phyto énergétique

Comme nous l'indiquions dans la lettre du Printemps 2026, la formation de phyto énergétique évolue du présentiel au distanciel...

Dans ce cadre, le concept de **Phyto énergétique** développé par Elske Miles et Michel Odoul étant une spécificité de l'Institut, il a été décidé de proposer cette formation par l'intermédiaire de la société Bio Santé.

Elske anime dans cette structure, depuis plusieurs années, une formation en ligne sur l'aromathérapie et Bio Santé a proposé de créer une formation complémentaire en ligne sur la phyto énergétique.

Un programme d'une trentaine de vidéos a été tourné, à l'Institut, par Michel pour la partie MTC et par Elske pour la partie Phyto

énergétique. Ce programme inclut 6 vidéos du programme initial de Elske sur la connaissance des huiles essentielles.

De plus, des webinaires autour de l'utilisation de la phyto énergétique seront réalisés par Elske sur une périodicité à définir.

Vous pourrez avoir l'ensemble des informations lors du webinaire animé en direct par Elske et Michel le mercredi 17 juin 2026 de 20h à 22h.

Voici le lien d'inscription gratuite à cette conférence de lancement :

<https://www.pouvoir-du-qi.com/inscription-grande-conference-phyto-energie?leadcode=GP1>
FEXTEMLEMLGEN1EMLALL

Sachez dès à présent, que,
tous les stagiaires de l'Institut

ayant suivi la formation de phyto énergétique pourront accéder directement au programme de webinaires. Des codes spécifiques seront communiqués.



A l'Institut, nous allons conserver en présentiel, un module d'initiation à l'aromathérapie, animé par Elske Miles, vu comme un **outil complémentaire pour le praticien shiatsu.**

~ VOYAGE AU JAPON ~ ~ VOYAGE AU JAPON ~

Le témoignage qui suit est particulièrement intéressant parce qu'il est celui d'une élève de l'Institut qui est partie au Pays du Soleil du Levant retrouver les racines de cet Art qui nous passionne: le Shiatsu. Ce fut un beau voyage, nourrissant et rassurant sur ce que vous apprenez à l'Institut.

Et en continuation de ce témoignage, n'hésitez à aller rencontrer le Japon, sans prendre l'avion. Vous pourrez en effet vivre une première rencontre lors de l'évènement « Japan Village », à Paris (voir ci-contre).

Lisez plutôt.

Michel Odoul.



Japon Shiatsu Tour, un retour au berceau du shiatsu.

Je suis partie à l'automne 2025 pour une durée de 6 semaines au Japon. C'est l'aboutissement d'un projet depuis plus de 20 ans: partir à l'étranger seule me former et rencontrer les habitants du pays. J'avais fait 2 essais plus jeune : un à l'âge de 18 ans et un autre à 23 ans en vain pour des raisons de croyances familiales. Cette fois-ci c'est le départ en septembre 2025, l'expérience vers l'inconnu.

J'ai choisi d'orienter ce récit comme un journal de bord où je vous amène au cœur des écoles de shiatsu.

J'ai préparé ce voyage depuis 2023 avec une double intention : la première professionnelle (formation en groupe puis seule) puis la deuxième dans une démarche d'introspection et contemplative de soi-même. Dans le cadre de cet article, je développerai la partie seule à la rencontre des écoles de shiatsu.

Les préparatifs

J'ai mis 2 ans de préparation. J'avais pris quelques cours de japonais pour avoir les bases rudimentaires en japonais : bonjour, merci, au revoir, se présenter, se repérer dans l'espace et les transports en commun, quelques notions culinaires et les parties du corps pour les écoles. Je n'ai pas obtenu mon JLPT5 en juillet 2025. C'est un examen de langue japonaise qui atteste du niveau. Le 1^{er} premier niveau est le JLPT5 qui atteste d'un japonais très basique, connaissance de plus de 100 kanjis, de grammaire, de vocabulaire et la compréhension orale. J'en étais très loin. Partant au Japon, j'ai choisi

de mettre l'accent sur la langue japonaise et non anglaise. En anglais, je n'ai même pas un niveau de langue de primaire. Je suis partie avec 2 traducteurs pour être sûr que l'un pouvait prendre le relais si besoin. Dans la valise j'avais apporté 2 livres de shiatsu : le zen shiatsu de Shizuto Masunaga et le livre complet de la thérapie Shiatsu de Toru Namikoshi.

En parallèle, j'avais demandé à Michel au printemps 2025 les coordonnées des écoles de shiatsu dont notre école est partenaire. Je me souviens encore timide dans son bureau pour lui faire part de mon projet d'aller à la rencontre des écoles de shiatsu. Je le remercie chaleureusement de m'avoir communiqué les adresses mails et d'avoir pu vivre cette expérience sur des terres hospitalières. Avec l'aide de mon professeur de japonais, les mails ont été rédigés en langage soutenu (en keigo). A ma grande surprise les 3 écoles ont répondu et m'ont proposé différentes expériences en octobre dernier, s'en est suivi quelques échanges de mail pour les horaires et les tarifications. Le shiatsu tour s'est déroulé dans la ville de Tokyo.

J'ai essayé du mieux possible de représenter les couleurs de l'IFS à l'étranger sur notre attitude et posture professionnelle.

Bienvenue en terre accueillante : le Japon

Pendant ces 6 semaines, je notais chaque jour, mon programme, des anecdotes ce qui m'a grandement aidé pour de la rédaction de cet article.

Mercredi 15 octobre 2025 : Ecole Iokai Shiatsu Center.

Après un petit déjeuner, je prends mes affaires. Je suis à 23

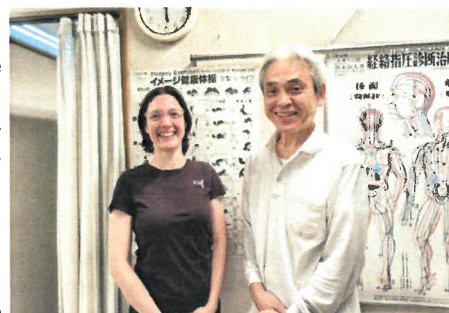
minutes à pied de l'auberge de jeunesse où je séjournais. Je pars timide, en espérant représenter au mieux les couleurs de l'école.



Je me retrouve devant l'interphone à sonner et à me présenter. M. Haruhiko Masunaga, le fils de Shizuto Masunaga me reçoit à l'entrée. Je lui remets le traditionnel cadeau quand on est reçu. Il vient de mon département de l'Oise avec les codes de politesse japonaise "je suis ravie de vous rencontrer".

Je complète un formulaire en japonais/anglais avec le nom, le prénom, l'âge, la taille, le poids. Il me demande également mon présent médical. J'avais préparé en amont une fiche en français et japonais sur mon présent médical. C'est allé tellement « vite » que les traducteurs sont restés rangés dans le sac à dos. Je n'ai pas eu le temps de les sortir. Je comprends rapidement que je dois lâcher au niveau de la langue pour éviter une crise de panique sur la compréhension orale et être ici dans l'instant. Je me laisse guider avec la gestuelle et la gentillesse japonaise où je comprends que je dois me changer et enfiler une tenue présente sur le tabouret.

Puis je m'installe sur le futon.



Avec Haruhiko Masunaga Senseï

Il commence par le diagnostic du hara, puis il effectue des pressions selon son diagnostic sur le ventre, le dos et pour terminer en position assise. A la fin de la séance, je le remercie à la japonaise en m'inclinant et me sens comme toute neuve. Une sensation étrange tel un cycle nouveau qui pouvait commencer. Je comprends qu'il est temps pour moi de déjeuner pour commencer le séminaire de l'après-midi.

A 14h, le séminaire commence. Nous sommes 6. 5 femmes et un homme. La pièce est la même que celle du matin. C'est une petite pièce, plus petite que celle où nous avons les cours à l'institut. Il plaisait avec les autres élèves. J'observe ne pouvant pas suivre les conversations. Cela me fait penser aux enfants qui apprennent à parler et cherchent à tout comprendre. J'accueille tout simplement cette expérience de lâcher-prise. Je suis là présente et observatrice de l'environnement. Nous commençons par du taïso, cette gymnastique traditionnelle japonaise. En France ces mouvements, nous les appelons du do in avec différents enchainements que son père avait créé. Haruhiko Masunaga explique ensuite les mouvements choisis et dans quel contexte nous pouvons les utiliser. Je suis avec les photocopies en français. Il correspond au livre en français ZEN aux exercices visualisés, Shizuto Masunaga. J'avais laissé le livre en France.

Puis nous passons au diagnostic du dos. Nous l'apprenons en cours de première année à l'institut dans le module 2, techniques avancées. Nous l'avons pratiqué habillés avec uniquement le toucher des différentes zones. Avec mon binôme japonais l'une après l'autre nous avons repéré les zones pleines, les zones creuses. Puis nous avons repéré les différentes zones et effectué le diagnostic avec le Hara que nous apprenons en cours dans Techniques Internes, en troisième cycle.

Ce fut une journée très enrichissante et d'apprendre le lâcher-prise sur la langue japonaise (sans faire de crise de panique comme j'ai pu en faire en faisant mes devoirs de japonais lors des préparatifs) quel pas énorme pour moi ! Un sourire, des

hochements de tête à répétitions et des mercis m'ont permis de vivre cette journée sans traducteur, d'être dans l'instant, l'environnement et en immersion présente avec les japonais. La barrière de la langue tombe et je me concentre uniquement sur l'environnement et le ressenti des zones concernées. Puis nous terminons par la célèbre photo souvenir, moment de chaleur accueillante pour tous.

Jeudi 16 octobre 2025:

Japan Shiatsu College.

Dans cette école, je devais initialement observer les cours. Il s'est passé d'autres expériences riches d'apprentissage et de leçons d'humilité.) Les cours se sont déroulés en langue japonaise. J'étais la seule étrangère dans les classes.

L'accueil est très chaleureux par l'adjointe du directeur. J'étais attendue. Je me change dans les vestiaires femmes puis j'assiste à 2 cours de shiatsu au sol.

Un cours de première année où nous travaillons toute la zone abdominale. Pour avoir le bon rythme et suivre les enchainements, il y avait un compteur audio en japonais. Nous reproduisons le kata comme montré préalablement. Il y a 24 élèves dans la salle. Connaître mes chiffres en japonais était pratique pour me repérer sur les différentes zones abdominales. Chaque mouvement est répété 3 fois comme dans nos enchainements à l'IFS.

Et puis un autre cours de 2e année où nous avons travaillé le cou, la région pectorale et la région axillaire.

Les premiers modules de l'Institut, dispensés par Jacques Blanc, où la prise de note était interdite m'ont aidé. Observer, ressentir m'a aidé pour mémoriser ces katas que je reproduis très régulièrement en cabinet après avoir réalisé un petit dos.

Le professeur effectue l'appel puis les cours se déroulent en 2 temps : une partie apprentissage puis une partie où nous pouvons retravailler un élément du jour, ou plus ancien. J'ai pu m'exercer, m'entraîner sur ce que j'avais appris à l'école Namikoshi, l'art

de la répétition permettant d'avoir un geste précis pour la suite.

L'après-midi, je me suis ressourcee dans le petit sanctuaire shinto de Ushi-Tenji Kitano, le temple de Denzoo In à côté de l'école, et le magnifique jardin de Koishikawa Karakuen un écrin de verdure paisible achevé sous l'ère Edo, au milieu de la plus grande mégapole du monde.

Le lendemain, je retourne au Japon Shiatsu College. A 8h30, je suis accueillie par Kuzuo Watanabe, le directeur de l'école.



Avec Kazuo Watanabe Sensei

Je rentre dans une petite salle et lui remets le célèbre omiyage. J'attends quelques minutes dans cette salle « d'accueil ». Il revient avec les lettres qu'il avait rédigé quand il est venu en France, à l'IFS en 2018. Je me change dans les vestiaires. J'arrive dans un cours de 3ème année. Ils se préparent pour l'examen national qui a lieu en décembre et qui est sanctionné par un diplôme d'état. L'école est reconnue par le ministère de la Santé au Japon.

Je les regarde et observe le cours. Certains sont au sol, d'autres sur table. Un étudiant arrive en retard, j'ai donc été sa binôme. Je reçois sur table son travail. J'ai pu observer la différence des pressions que ce soit en première, deuxième ou troisième année. La pression est plus sûre, affirmée en dernière année où à chaque



Avec les élèves du JSC

passage, le praticien va appuyer plus en profondeur. Avec la générosité japonaise, j'ai eu la possibilité de m'entraîner sur mon binôme quand ce fût le moment de changer les rôles. Intimidée, je me lance à mon tour sur ce futur praticien sur ce que j'avais appris la veille, le travail a été réalisé au sol pour ma part en reprenant les découvertes de la veille. A la fin du cours, nous saluons bien entendu le professeur puis je suis reconduite par Kazuo San dans cette petite salle « d'accueil » où je prends ce moment pour écrire et repérer dans le livre les apprentissages de la veille.

Les élèves eux-même ont leur manuel d'apprentissage. Pour terminer cette matinée, j'arrive dans un cours sur table. J'explique au directeur que dans notre école nous pratiquons le shiatsu sur futon. Rika San me demande où j'ai mal, je lui montre et lui répond en japonais. A partir de là, elle exerce des pressions toujours en étant sur le seuil de la douleur. A chaque passage, les tensions se relâchent. La précision du geste est tel un voyage interne à la rencontre de soi. En tant que praticien, il est important d'avoir une bonne connaissance de la cartographie géographique de l'anatomie humaine. Nous l'apprenons dans les cours de Lukaz Jablonski dès le deuxième cycle, en Anatomie pour le shiatsu. Connaître l'anatomie conduit à un geste précis sur le corps des personnes que nous accompagnons en cabinet.

Remerciements

Je remercie dans un premier temps et infiniment :

Le directeur de l'école M. Kazuo Watanabe de m'avoir accueilli dans son école ouverte et propice aux échanges et pour son hospitalité et gentillesse.

L'adjointe madame Tomoko Arai et son assistant monsieur Mayumi Tanazawa pour l'organisation de la 1ère journée et leur disponibilité.

Je remercie les professeurs M. Kurosawa Junichi, M. Fujita, M. Yugi Namikoshi et M. Ishizuka pour leur enthousiasme. Merci de m'avoir intégrée à leurs cours comme si j'étais une étudiante parmi les étudiants japonais, pour leur explications, pour m'avoir montré, corrigé la posture en pratique ou encore montré le passage des nerfs sur un livre d'anatomie japonais.

Kenji Tateishi, Shinodzuka, Mayato Yamauchi et Rika Noguchi d'avoir été mes partenaires pour donner et recevoir du shiatsu.

Merci à l'ensemble des autres élèves d'avoir accueillis une française dans leur classe.

Le dénominateur commun de chacun est la gentillesse, l'enthousiasme, la simplicité et l'humilité. N'est-ce pas cela l'esprit que le fondateur Toru Namikoshi a voulu laisser comme empreinte ?

L'association Zen shiatsu

Sur la période où j'étais au Japon, il n'y avait pas de cours pour débutant. J'ai donc eu la proposition de recevoir un shiatsu.

J'ai été reçue très gentiment par 2 personnes dont le directeur de l'association, Nobuyuki Fujisaki et son épouse Masami. Comme à l'accoutumée, quand je rentre dans une pièce, je me déchausse et je mets l'omiyage de mon département. Puis, je complète un document avec les informations générales, le présent et passé médical. J'avais ressorti la feuille que j'avais préparé avant mon départ du Japon. J'enfile la tenue traditionnelle pour recevoir un shiatsu. Les trajets des méridiens de masunaga ont été utilisés et la praticienne a aussi utilisé les coudes, les avant-bras et les pieds pendant la séance. Avec l'aide des

traducteurs, certaines questions ont été posées, ainsi que des réflexions. Nous avons également utilisé les traducteurs pour l'entretien et l'après séance. Je retiens une gentillesse du directeur et de sa compagne et une attention particulière à m'expliquer comment mon corps fonctionne dans un calme et une tranquillité tels des eaux d'un lac ressourçant. Un moment hors du temps où ce shiatsu m'a permis de me libérer et de m'accompagner le lendemain, dans une expérience sur un site spirituel.

Le bilan du Japon Shiatsu Tour.

Je remercie à nouveau Michel et les enseignants de l'IFS pour leur transmission et leur partage dans les cours à l'Institut. J'ai fait de mon mieux pour représenter l'école sur ces terres accueillantes et chaleureuses. Ce fut un voyage intérieur et riche d'expériences personnelles et professionnelles. C'est une expérience inoubliable au berceau du pays du shiatsu : le Japon. Cette expérience restera gravée dans mon cœur. J'ai reçu de beaux apprentissages sur l'humilité. Je suis heureuse d'avoir pu réaliser ce voyage et d'avoir osé me former à l'étranger ce qui était mon projet depuis plus de 20 ans. Je suis sortie de ma zone de confort et des solutions se sont présentées, avec une présence à l'autre enrichie.

Dans mon quotidien, le Japon shiatsu tour m'a permis de lâcher prise sur les langues ce qui est un grand pas pour moi. Les échanges en japonais étaient rudimentaires mais le regard, la gestuelle en dit tellement long. Ne dit-on pas que les yeux sont le miroir de l'âme ? Au fil des cours, j'ai aiguisé mon sens du ressenti par le toucher où la pression est plus adaptée selon la situation. Cette immersion m'a permis d'approfondir l'écoute du corps de la personne allongée sur le futon.

Nous parlons la même langue universelle celle de l'art du toucher appelé le shiatsu. Cette langue nous l'enrichissons encore et encore par le ressenti, l'écoute et la présence à soi et à l'autre.

Florence Havard,
Praticienne référencée dans l'Oise.



Le Maître du Kabuki.

Un film de Sang-Il Lee, Editions Pyramide vidéo.

Prix : 19,90€

Une fois n'est pas coutume, cette rubrique devient « Choisir et voir ». « Le Maître du Kabuki » est un film réjouissant. Il est réjouissant non pas parce qu'il fait rire mais parce qu'il fait du bien et qu'il éclaire le regard.

Nous connaissons un peu de ce qu'est la culture japonaise. Nous en effleurons quelques expressions et tentons de les vivre à travers nos pratiques. Ce film nous conduit jusqu'aux racines de l'âme japonaise. Tous les codes sont là, à portée d'œil pour celui qui veut bien les voir. Tout y est et bien au-delà de la première dimension perceptible, celle de l'esthétique. Poussée à son zénith, cette exigence de la beauté en tout (gestuelle, décor, intérieurs, perspectives, etc.) nous est révélée dans ce qu'elle produit, certes, mais aussi dans ce qu'elle demande. L'instant visible se dévoile comme le résultat d'une vie de travail, de douleur parfois, de peur voire même de renoncements. Et pourtant le devoir de l'objectif fixé dépasse tout, adossé à une amitié complice sans concession.

Il est question dans ce film, de théâtre japonais, oui, mais aussi de filiation de sang et de valeur, de fierté et de quête. Il y transparaît la puissance des archétypes. Le code des samouraïs est en permanence sous-jacent, de la bienveillance à la solitude de celui qui doit, parfois, trancher dans le vif. Il est même tellement présent que le film débute sur une « affaire de yakuzas » en passant par une réelle et nécessaire amputation.

Il n'est pas étonnant, qu'avec un tel contenu, ce film ait dépassé les 14 millions d'entrée au Japon. Un film à voir pour nourrir son été de beauté. Il peut être vu par tous, quel que soit son niveau de connaissance et d'intérêt.

Michel Odoul.



~ ACTUALITES JAPON ~

~ ACTUALITES JAPON ~



JAPAN VILLAGE PARIS 2026

DATES

Du mercredi 10 au samedi 13 juin 2026

En face de la Cinéma-thèque française, M° Bercy lignes 6 et 14

LIEU



Cet événement est à ne pas manquer. Il est une passerelle vers ce Pays du Soleil Levant qui nous passionne. Alors allez-y sans restriction car c'est un espace de respiration qui fait du bien. La cérémonie d'ouverture fera découvrir des chants traditionnels du Nô et Kyôgen. Il y aura des rencontres avec d'impressionnants Sumokas, des expériences de Yukatas et de kimonos. Merci à Zoom Japon de nous l'avoir fait savoir.



~ ARTICLES ~

~ EMISSIONS ~

~ PODCASTS A SIGNALER ~

Les radios :

Sud Radio : Brigitte Lahaie invite toujours régulièrement Michel de 14 h à 16h, pour parler des liens corps-esprit et du shiatsu. Ce fut le cas les **10 mars, 2 avril, 12 mai 2026**. Les **prochaines émissions** auront lieu les **16 juin et 2 juillet 2026**. Vous pouvez réécouter en podcast ces émissions multi diffusées.

RTL France et Belgique : Michel a été interviewé dans le cadre de l'émission « ça fait du bien », diffusée le **3 juin 2026**.



RCF Nièvre : En 2025, suite au succès de la conférence sur le shiatsu animée par Michel, dans le cadre d'un festival consacré au Japon par l'association Tanabata, la présidente de l'association, Christine Croubois, a interviewé Michel le **30 avril 2026** sur le « geste shiatsu » dans le cadre de l'émission qu'elle anime : <https://www.rcf.fr/culture/kokoro>



A venir : Europe 1 : Michel sera l'invité le **18 juin 2026** à 15h de Marie Estelle Dupont dans son émission « Si on en parlait » autour de « Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir ».



Les Podcasts :

La publication de Un corps pour me soigner a été l'occasion pour Michel d'être interviewé sur plusieurs podcasts :

Youtube **Tistrya** . Michel Odoul Trouver son équilibre de vie

Youtube **Blooming You** . Psycho énergétique . Michel Odoul, du corps à l'âme

Youtube **Rewell Mag** . Michel Odoul, et si la maladie n'était pas une punition

Youtube **Epoch Times France** . Michel Odoul, les messages de l'âme

Youtube **Audrey Dana Officiel** . Michel Odoul, nos maladies ont-elles un sens

Ryohoshiatsu: www.ryohoshiatsu.com, interview de Michel Odoul sur sa vision du Shiatsu, à l'instigation d'Ivan Bel.

Et aussi, l'INREES, Alternative Bien Etre, etc.....

Sans compter divers articles dans la presse écrite présentant le livre « Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir »

Le site de l'Institut est une vitrine exceptionnelle pour vous.

La page « **Trouver un praticien référencé par l'IFS** », en est la démonstration claire. Département par département les praticiens référencés sont présentés individuellement sous forme de « **carte de visite** ». C'est lisible, agréable, professionnel et très esthétique.

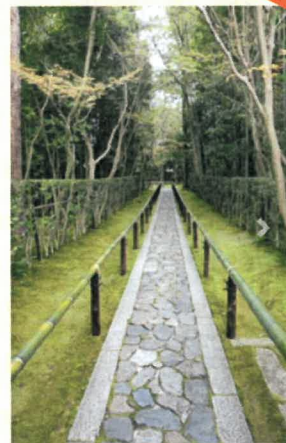
De plus, nous distinguons les praticiens shiatsu diplômés du 2ème cycle de ceux diplômés du 3ème cycle. Ces derniers sont distingués par une étoile. N'hésitez pas à aller le découvrir ...



Institut Français de Shiatsu



[Accès Adhérent](#) [Nous contacter](#)



Les Formations

Shiatsu

RéflexologieS

Huiles essentielles

Trouver un Praticien référencé par l'IFS

Comment et quand devenir Praticien ?

L'Institut Français de Shiatsu

Présentation de l'IFS, nos références, le cadre de travail, les formateurs, nos partenaires, Accès et hébergement

Michel Odoul

Qui est Michel Odoul ?
Les livres, les prochaines conférences, les formations et concepts mis au point

L'Équipe de l'IFS

Responsables:

Michel
Nelly

Animateurs de stage

Jacques Blanc
Lukasz Jablonski
Elske Miles
Michel Odoul

Assistant(e)s « Capés »

Babeth, Carolyn, Elodie,
Laurent, Stéphane.

Assistants de stages

Armelle, Aurélia, Cécile,
Evelyne, Fanny, Helga,
Jianguang, Laurie, Muriel, Nadia, Pascale, Remyhan, Sophie, Stéphane Ysaline, et les autres.

Au 1/01/2024

275 stagiaires en cours de formation
(790 stagiaires formés en 2023)



Taux de satisfaction : 98,5%
(source: questionnaires stagiaires)
Nombre de formateurs : 4

Vous êtes adhérent et

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

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

A noter : N'hésitez pas aller dans la page « adhérents » dont l'accès vous est réservé. Vous trouverez plusieurs vidéos reprenant des infos parues dans cette lettre et enregistrées au cours des rencontres avec l'école Namikoshi, Masunaga, etc... et aussi bien sûr, du Japon...