

La Lettre

“de l’Institut Français de Shiatsu”

ÉDITORIAL Mangez des légumes...

Lettre trimestrielle de
l’Institut Français de Shiatsu

N° 29 – PRINTEMPS 2009
- 8 € -
le 23 mars 2009



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

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

Un prochain texte de loi va autoriser l’achat de fruits et légumes avec les tickets restaurant. Quelle bonne nouvelle n’est-ce pas? En ces temps de crise, cela va améliorer notre budget « courses » et en plus venir nous faciliter le respect de cette préconisation faite par nos instances sanitaires: « *pour votre santé, mangez au moins 5 fruits et légumes par jour* ».

Pour notre santé? Certains chiffres qui commencent à être publiés de plus en plus régulièrement peuvent en faire douter. En voici quelques uns ci-après:

- ◆ 52 % des fruits et légumes que nous avalons contiennent des pesticides.
- ◆ 80% de nos rivières et 57% de nos nappes phréatiques sont polluées par les pesticides.
- ◆ 53 substances sont jugées comme « préoccupantes » et seront interdites d’ici la fin de l’année.
- ◆ 103 tonnes de pesticides illégaux ont été découvertes en France en 2008.
- ◆ 20% des pesticides utilisés en France le sont pour les vignes qui pourtant ne représentent que 3% de la surface cultivée.
- ◆ Une grappe de raisin affiche en moyenne 5 pesticides différents.
- ◆ Les fraises sont traitées quant à elles avec 12 substances différentes.

Le constant est déprimant. Que faut-il faire, qui faut-il croire? Nos instances officielles, assiégées par les lobbyistes, qui nous expliquent doctement qu’elles maîtrisent la situation? La preuve, elle viennent de nous éviter une grave crise sanitaire en condamnant une petite société qui vendait de la « stévia », une plante connue pour son effet « sucrant » 300 fois supérieur à la saccharose, sans les effets négatifs de cette dernière. L’interdiction, à effet immédiat, a été argumentée sur le fait que cette plante est *souçonnée* d’avoir des effets négatifs en cas de grossesse. Heureusement que certains veillent au grain, n’est-ce pas? D’ailleurs les pesticides aussi ont été étudiés et classifiés. On leur a donné des codes très précis et

scientifiques comme T (toxique), T + (très toxique), R40 (effet cancérigène suspecté), R68 (effets irréversibles? possibles), R63 (risques possibles pendant la grossesse d’effets néfastes pour l’enfant)? Et dans leur cas aussi, la réaction administrative a été rapide, efficace et sans pitié, puisque ces produits, presque aussi dangereux que la stévia..., seront immédiatement interdits en ...2013. Ouf.

Mais que faire face à un tel autisme? Eplucher les légumes? Cela ne suffit pas car certaines substances pénètrent jusqu’à 8 millimètres à l’intérieur du fruit ou du légume.

Allons nous pouvoir échapper à cet empoisonnement en ne mangeant plus que du bio ou pas du tout de légumes? Seulement en partie car tout d’abord, il n’y a pas assez de bio (2% des surfaces cultivées en France contre 13% en Espagne et en Allemagne et 17% en Italie). De plus ces surfaces cultivées ne sont pas à l’abri des contaminations issues des zones limitrophes « non-bio » et traitées de façon industrielle.

Heureusement, nous, humains urbains, sommes à l’abri! Loin des champs et près des magasins les mieux achalandés, nous pouvons limiter les risques au maximum. Rien n’est moins sûr! Une étude récente vient de démontrer que, dans les 50 dernières années, la concentration moyenne de spermatozoïdes a baissé de 50% chez les parisiens! Cela n’a rien à voir? Une autre enquête d’AirParif, organisme qui contrôle la qualité de l’air en Ile de France, vient de conclure que 25 à 75% des produits aspergés sur les cultures de céréales ou de betteraves de la Beauce, arrivaient jusqu’à Paris.

Heureusement, l’espoir existe et va venir des Etats-Unis puisque ceux-ci viennent d’autoriser la stévia dans le Coca. Nous allons enfin pouvoir interdire cette boisson dangereuse aux femmes enceintes!

Mais en attendant, soyons vigilants et responsables de ce que nous mettons dans nos assiettes.

Michel Odoul.

L'homme moderne n'est qu'un barbare raffiné. Par « être barbare » nous entendons tout homme en qui le processus d'avidité du moi et toutes les violences qui en découlent, sont dans la plénitude de leur expression.

R. Linen.

La Réflexologie... en Afrique du Sud.

Un dossier réalisé par Elske Miles.

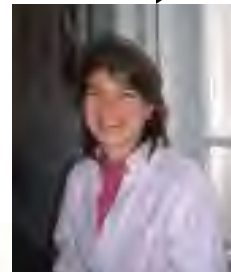
Nous continuons dans ce numéro de la Lettre, notre étude sur la pratique de la Réflexologie mais cette fois-ci non pas en Europe mais en Afrique du Sud. Elske a en effet profité de sa participation au Congrès d'Aromathérapie dont nous vous avons parlé, pour enquêter sur la pratique de la Réflexologie dans son pays d'origine.

Il émerge de l'enquête de Elske, qu'en Afrique du Sud la situation est exemplaire. Une leçon pour le vieux, très vieux continent dont nous sommes issus et dont le réflexe, face à toute approche nouvelle est de se crispier, de nier et de rejeter tout ce qui n'est pas de « l'académie ».

En dehors de cela, ce qui a le plus marqué Elske, c'est le dynamisme incroyable de ce pays d'origine qu'elle avait quitté car, pensait-elle, le soleil était plus beau et plus chaud ailleurs. Est-ce vrai pour la réflexologie?. Lisez plutôt.

Michel Odoul.

DOSSIER



Afrique du Sud.

En Afrique du Sud, la réflexologie est une médecine complémentaire, reconnue officiellement comme pratique de santé par le Ministère de la Santé

Lors de mon récent voyage en Afrique du Sud, j'ai eu l'occasion d'assister à l'assemblée générale de la South African Reflexology Society. J'ai été invitée à présenter un atelier pratique de trois heures sur l'auriculothérapie à une cinquantaine de participants. A cette occasion, j'ai été, de nouveau, impressionnée par le niveau d'apprentissage théorique et pratique des praticiens en réflexologie dans mon pays natal.

C'est avec un grand plaisir et un certain sentiment de fierté



The South African
Reflexology Society

que je souhaite partager avec vous les excellentes nouvelles que j'apporte de ce pays phare en matière de constitution politique... et de médecine complémentaire.

Depuis la transition du régime politique de l'apartheid au nouveau régime (1990-1994), le pays a connu de très nombreux bouleversements de fond. Ce fut notamment le cas du statut des tradipraticiens africains qui représentent toujours une référence incontournable dans le domaine médical en Afrique du Sud. Le climat d'ouverture et d'espoir a amené une révision fondamentale du modèle discriminatoire, fermé et bourré de préjugés qui avait été en place depuis des décennies, voire, des siècles.

Or, l'élection de Nelson Mandela, lui-même convaincu de la valeur des thérapies naturelles africaines ainsi que de celles venant de l'Orient, a favorisé une réflexion de fond sur les questions de la santé publique. Très vite, il s'est avéré indispensable de réglementer les différentes démarches se disant « thérapeutiques » pour assurer le public d'un service professionnel, responsable et sûr, de santé, quelle que soit la démarche individuelle du patient.

La réglementation de ce que l'on appelle en Europe les « médecines alternatives complémentaires » a été assurée par la mise en place du Allied Health Professions Council of South Africa (AHPCSA). Ce Conseil des Professions de la Médecine Complémentaire a pour fonction de promouvoir et de protéger la santé publique et de réglementer la pratique des médecines complémentaires. A l'heure actuelle les disciplines reconnues sont les suivantes :

- ◆ La médecine ayurvédique
- ◆ La médecine chinoise
- ◆ La chiropraxie
- ◆ L'ostéopathie
- ◆ L'homéopathie
- ◆ La naturopathie
- ◆ La phytothérapie
- ◆ L'aroma-massage thérapeutique
- ◆ Le massage corporel thérapeutique
- ◆ La réflexologie appliquée thérapeutique
- ◆ L'Unani-tibb

Pour plus d'informations au sujet de la réglementation de ces différentes disciplines, vous pouvez consulter le site officiel du conseil : www.ahpcs.co.za



The Allied Health Professions Council of South Africa
ensuring quality complementary and alternative healthcare of choice

DOSSIER



Seuls les praticiens enregistrés par l'AHPCSA peuvent exercer la réflexologie appliquée, ainsi que les autres disciplines réglementées, en Afrique du Sud. Pour être référencé, il faut être diplômé d'un organisme de formation dont le programme correspond aux exigences de l'AHPCSA. Ces exigences concernent le contenu et le nombre d'heures de formation en face-à-face pédagogique. Pour des personnes étant diplômées à l'étranger, il faut soumettre un dossier complet attestant de sa formation et de ses connaissances.

Après avoir réussi ses examens au sein de l'organisme de formation indépendant, mais agréé, le postulant doit passer l'examen d'admission de l'AHPCSA. Une fois que le praticien est référencé par le Conseil, il s'engage à se tenir au courant des évolutions de sa discipline et à y participer activement en menant des recherches cliniques et/ou en participant à des congrès et des conférences traitant de sa discipline. S'il ne respecte pas cet engagement, son référencement par le Conseil des Médecines Complémentaires ne sera pas renouvelé (ndlr: à l'instar de ce que nous demandons à l'Institut).

Regardons plus spécifiquement la réglementation concernant la discipline de la réflexologie. Actuellement, le cursus en réflexologie appliquée thérapeutique correspond à un programme qui se déroule sur un minimum de deux ans, soit une formation de 400 heures de cours, réparties sur les deux ans. Les écoles de formation agréées disposent d'une certaine liberté quant à l'organisation des cours et des choix de différentes approches en réflexothérapie, à condition qu'elles enseignent impérativement les sujets suivants :

Cours principaux :

- ◆ Anatomie
- ◆ Physiologie
- ◆ Pathologie
- ◆ Physiopathologie
- ◆ Réflexologie appliquée – enseignement pratique
- ◆ Réflexologie appliquée – enseignement théorique

Cours auxiliaires obligatoires :

- ◆ Gestion fiscale, administrative et pratique d'un cabinet professionnel de santé
- ◆ Questions d'éthique et de jurisprudence
- ◆ Psychologie du praticien
- ◆ Conseils en nutrition
- ◆ Soins du patient séropositif
- ◆ Brevet de premiers secours

Services communautaires obligatoires (ces heures ne sont pas comptabilisées dans les 400 heures de formation requises) :

- ◆ Une partie de l'entraînement pratique se fait sous la supervision d'un formateur dans un contexte clinique sur des patients malades pour donner de l'expérience pratique aux élèves.

Il existe une liste d'organismes de formation professionnelle en réflexologie, agréés par le Conseil des Hautes Etudes qui est l'organisme officiel, directement en liaison avec le Ministère de l'Education. Tout organisme de formation prétendant dispenser une formation thérapeutique en réflexologie appliquée doit soumettre son programme complet au Conseil des Hautes Etudes pour validation.

En matière d'enseignement des différentes techniques de réflexologie, il existe une distinction entre les différents niveaux de formation. Certaines écoles qui ne sont pas agréées par le Conseil des Hautes Etudes parce que leurs programmes sont trop réduits, continuent à former des personnes à la technique de la réflexologie dans un objectif de confort. Les personnes qui ne souhaitent pas s'installer en tant que praticiens de santé peuvent travailler dans le secteur de l'esthétique et de la relaxation. Cette séparation très nette entre le réflexologue praticien professionnel de santé et le réflexologue de détente (dans le cadre des instituts de beauté et des centres de thalassothérapie) est à l'origine de pas mal de conflits entre les deux professions, mais ce sont, là, des histoires de chasse gardée, connues depuis l'aube de l'humanité...

Le Conseil des Hautes Etudes est en train de revoir à la hausse le programme requis pour pratiquer la réflexologie appliquée thérapeutique en Afrique du Sud. Actuellement les deux disciplines de la Réflexologie Appliquée et de l'Aroma-massage thérapeutique sont les seules disciplines à exiger 2 ans d'études. Toutes les autres disciplines exigent au moins 4 ans d'études dont deux ans d'études de médecine. Il est fort probable que, dans un avenir très pro-



A quoi cela sert-il d'avoir un tigre dans le moteur, si c'est un âne qui conduit.

Jean Richard.



Photo: © by Mary Cadotte www.images-photographie-pictures.net

che, les deux ans d'études de médecine deviennent obligatoires pour exercer la réflexologie appliquée thérapeutique.

Le but de cette évolution est de mettre le praticien réflexologue au même niveau de compétence et de responsabilité que l'homéopathe, l'acupuncteur ou l'ostéopathe. Dans tout processus d'évolution, il y a des « douleurs de croissance », mais la plupart des praticiens référencés à qui j'ai pu en parler, m'ont affirmé qu'ils voient cette évolution d'un œil positif parce que le Conseil des Hautes Etudes réfléchit à une mise en place progressive de modules de remise à niveau des praticiens déjà référencés.

La réglementation d'une profession implique un certain nombre de contraintes, notamment en ce qui concerne la publicité et le cadre dans lequel le praticien peut exercer. Tout comme cela est le cas pour des médecins allopathes, les praticiens de santé en médecine complémentaire référencés ne peuvent pas faire de publicité. Ils sont tenus de représenter l'ensemble de la profession en respectant une déontologie stricte. Ils ne peuvent exercer dans un lieu public où l'intimité du patient n'est pas garantie. C'est à dire, pas de démonstration dans des manifestations de type « salon », ni dans une salle commune où travaillent d'autres praticiens comme dans un centre de thalassothérapie. Si le praticien veut travailler chez lui, il faut que le cabinet ait une entrée séparée et que l'accès aux toilettes soit facile.

Mais comment la réflexologie en est-elle arrivée à être réglementée en tant que profession de la santé ? Il me paraît intéressant de revenir aux débuts de la South African Reflexolo-

gy Society. Il s'agit d'une fédération nationale, n'ayant aucune filiation avec une école de formation particulière, chapotant l'ensemble des écoles de référence dans le pays. Depuis la fondation de cette fédération en 1985 par une réflexologue d'origine danoise, Inge Doughans, qui s'est installée en Afrique du Sud, la South African Reflexology Society a continué à oeuvrer vers une reconnaissance professionnelle du métier.

Il ne s'agit pas d'une fédération de praticiens, mais d'écoles représentant la discipline. Depuis 24 ans cette fédération représente la profession auprès des médias et du grand public. L'enseignement de différentes techniques de réflexologie est bien implanté en Afrique du Sud depuis une trentaine d'années. Les efforts résolus des fondateurs de cette fédération et de leurs successeurs ont rapidement permis de structurer les minimum requis pour professionnaliser la discipline. A l'heure actuelle, le nombre de réflexologues, enregistrés au Conseil des Médecines Complémentaires compte environ 2 000 praticiens.

La South African Reflexology Society est un organisme dynamique



Maggie Roux, présidente de la SFRS.

Above: Margaret Jacobs (27) is riding Maggie Roux the treatment bike.



Above: Learning Reflexology (1) really enjoys the exercise and could not wait for day to go for a moment.

et très bien structuré au niveau national. Dans chaque province, il y a une branche dont le planning des interventions pour faire connaître la profession et pour mener des actions (soins gratuits auprès des démunis, études autour d'un thème, recherches cliniques) au niveau des communautés locales, est autonome. Un compte rendu des activités menées au niveau des provinces est transmis à tous les adhérents par le biais d'un journal trimestriel. Ce journal professionnel contient des fiches de « rafraîchissement » sur différentes pathologies, des articles intéressants sur des compléments alimentaires, des informations importantes concernant la profession, des orientations claires pour mener des études de cas, etc. C'est un moyen sûr de prendre le pouls de la profession dans ce pays où les praticiens réflexologues travaillent de plus en plus souvent de concert avec des médecins au service de la santé publique.

Encore une fois, la nation « arc en ciel » montre un exemple sur lequel les pays occidentaux pourraient s'appuyer afin de faire évoluer leur gestion des questions fondamentales posées par la santé publique.

Elske Miles.

Conclusion.

Une leçon de cohérence, d'organisation et de « vision politique », voilà ce que nous donne l'Afrique du Sud, en matière de Médecines Alternatives Complémentaires. On est loin des clichés attendus et des déclarations imbéciles de certains, immédiatement mises en avant par notre monde apeuré et vieillissant. Non l'Afrique du Sud ne fait pas n'importe quoi en la matière, bien au contraire. Voilà un pays qui cherche à tirer ses praticiens et leurs pratiques vers le haut et le meilleur et dont les instances n'ont pas peur de ce que cela implique: de la rigueur et de l'exigence. Merci Elske.

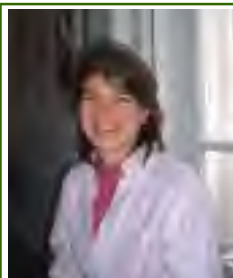
Michel Odoul.

DOSSIER

Quiconque se plaint à trop de certitude est, en vérité, plein d'incertitude. Notre vie étant incertaine, un sentiment d'insécurité accompagne toujours la vérité.

Carl Gustav Jung.

- AROMATHEQUE - - AROMATHEQUE -



L'herbe des rois ou du feu de dieu... pour faire face, majestueusement, à tout.

Ocimum basilicum, littéralement "la plante royale", annonce ainsi les vertus exceptionnelles qui lui sont conférées dans toutes les traditions du monde où le basilic exotique s'est implanté. Cette herbe aromatique appartenant à la grande famille des plantes mythiques, les Labiées, est originaire d'Asie. En Chine, elle « augmente la vigueur » dans tous les domaines. En Inde, elle porte la signature du dieu bienveillant et protecteur Vishnu. En Grèce ancienne, les grands physiciens font à l'unanimité l'éloge de sa puissance tout en lui conférant une réputation inquiétante. Ainsi, Pline prétend que la plante, écrasée sous un rocher, a la capacité d'engendrer un scorpion! C'est pour dire sa vigueur!



Basilic exotique.

Dans la tradition occidentale, l'herbe des rois est intimement associée à un monstre mythique, redouté et redoutable. Il s'agit d'un reptile engendré par un vieux coq ayant pondu son œuf dans un tas de fumier - monstre qui a la capacité de "fusiller" fatalement du regard celui ou celle qui l'apercevrait. Or, la plante de basilic est bien la seule dont la force purifiante puisse constituer un antidote efficace contre le venin mortel du monstre, né de la dépravation de l'âme, assombrie par la colère, le remords, la jalousie, l'envie, la rancœur...

Le basilic est une plante véritablement alchimique: c'est un catalyseur qui permet de transformer la densité matérielle en quintessence subtile. Sur le plan biochimique, son huile essentielle témoigne de sa capacité exceptionnelle à transformer le feu destructeur des phénols en chaleur nourrissante des phénol-méthyle-éthers. Le basilic n'a donc pas peur de son ombre dont il dissipe l'obscurité. C'est une huile essentielle qui sublime les colères enfouies, les vécus de frustration et d'impatience pour en utiliser le potentiel énergétique de façon constructive, déterminée et lumineuse.

La plante fleurie développe une croissance pyramidale comme pour nous dévoiler la structure psychique bien particulière soutenue par l'huile essentielle d'Ocimum basilicum. Elle est à la fois solidement et généreusement soutenue par la dimension matérielle tout en étant puissamment dirigée vers la dimension spirituelle... *Le basilic se change en basilique...* En orient, on considère d'ailleurs que l'élévation de l'âme ne signifie pas l'absence de colère, mais la maîtrise et la transformation de celle-ci.

Pour utiliser à bon escient les nombreuses possibilités amenées par l'énergie du printemps sans toutefois perdre sa tranquillité d'esprit, il est conseillé d'appliquer deux gouttes d'huile essentielle de basilic exotique, mélangées à 4 gouttes d'huile végétale d'Amande douce sur le plexus solaire le matin. Vous pouvez également l'utiliser en massage ventral le soir en diluant l'huile essentielle dans l'huile d'Amande douce, à 5%.

Elske Miles.

- CONTE PHILOSOPHIQUE JAPONAIS -

Un jour, un grand maître de sabre japonais, décide de rencontrer un vieux maître, dont on lui a vanté la sérénité et la sagesse. Il se présente donc au domicile de ce dernier, qui le reçoit et lui demande ce qu'il veut. Le maître de sabre dit: « *j'aimerais que vous puissiez m'expliquer la différence entre l'enfer et le paradis* ». Le vieux maître le regarde et prenant un air courroucé, interpelle le maître de sabre: « *mais qui es-tu pauvre idiot pour prétendre à cela. Tu n'es même pas capable de tenir correctement un sabre et tu t'imagines que je vais répondre à ta question prétentieuse* ». Interloqué et vexé dans son honneur, le maître de sabre recule d'un pas et dégaine aussitôt celui-ci, prêt à pourfendre le vieux sage. Celui-ci l'interrompt d'un geste de la main et lui dit alors: « *tu vois, c'est cela l'enfer* ». Calmé par la leçon, le maître de sabre rengaine son arme en silence. Le vieux sage le regarde alors en souriant et lui dit: « *et là tu vois, c'est cela le paradis* ».



Michel Odoul.

Une page se tourne.

Après pratiquement vingt années de chemin parcouru ensemble, Christiane Serres a choisi de consacrer plus de temps, à elle-même, à sa vie familiale et à ses activités de consultation ou de conférences (sur le thème de son livre sur les contes).

Je ne peux que la remercier de sa fidélité et de son attachement aux valeurs de l'Institut, auxquelles elle a toujours adhéré et cru. Elle a toujours su vivre, avec intensité et passion, son bonheur de transmettre et d'enseigner le Shiatsu, le Anma et tout ce que ces pratiques impliquent.

Tous ceux d'entre vous qui suivent le cursus Shiatsu, la connaissent, à la fois à travers les stages de Amma

et à la fois à travers la supervision de certaines soirées de pratique. Ils ont tous pu apprécier sa disponibilité et sa présence.

Nous lui souhaitons une vie pleine de bonheurs que ce soit en tant que grand-mère, conférencière ou praticienne. Nos pensées et notre gratitude lui sont acquises. Merci Christiane pour tout ce que tu nous a donné.

Michel Odoul.



Nous avons déjà participé à deux sessions du Salon Japan Expo, salon représentant la culture Japonaise dans son acception la plus large. Ce salon bénéficie chaque année d'un public toujours plus nombreux, montrant combien la culture japonaise, que ce soit à travers sa tradition (arts martiaux, kimonos, shiatsu, etc.) ou à travers sa modernité (mangas) fascine les français et en est appréciée. Les heures de queue que firent les visiteurs l'an dernier, notamment le week-end, en furent la démonstration incontestable. Dans ce cadre, notre présence, en tant que représentants de cet Art japonais qu'est le Shiatsu, a été, elle aussi, très appréciée. Le Comité d'organisation fête cette année les 10 ans de ce salon et a souhaité que ce soit à nouveau l'Institut qui représente ce pan de la culture japonaise. Nous serons donc présents, du 2 au 5 juillet 2009, à Villepinte en banlieue parisienne, pour faire apprécier au public nombreux, la qualité de prestation de nos intervenants qui seront placés sous la responsabilité de Alain Zuliani.



Entre les stands d'Arts Martiaux ou de fabrication de sabres japonais, mais aussi de Kimonos, de Manga et autres, le stand de l'Institut sera une oasis de calme et de détente où Alain, assisté de toute une équipe d'intervenants, tous praticiens référencés, accueilleront les visiteurs nombreux. Sans doute, comme l'an dernier, une grande partie d'entre eux, aura déjà eu le plaisir de goûter aux bénéfices du Shiatsu Assis et sera revenu pour réitérer l'expérience. Nous vous ferons un compte rendu dans la Lettre de septembre.

Pour plus d'infos vous pouvez aller sur le site Japan Expo à l'adresse suivante:

www.japan-expo.com

Michel Odoul.

En Suisse

A Lausanne, dans le cadre du salon « MED NAT Expo » à Beaulieu et avec la revue RECTO VERSEAU.
2 conférences de Michel Odoul.

- **Le samedi 28 mars 2009** vers 16 h. 30, sur le thème "*Dis moi où tu as mal, je te dirai pourquoi*".
 - **Le dimanche 29 mars 2009** vers 11 h. sur le thème "*Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir*".
- Renseignements MEDNAT: 00.41.26.652.55.46. www.mednatexpo.ch

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

- LA PRESSE PARLE DES ELEVES DE L'INSTITUT -

Ce trimestre voici l'article dont a bénéficié Pascal. Installé depuis seulement quelques semaines, il a su très rapidement, par son dynamisme et sa confiance, non seulement ouvrir un cabinet à Paris, près du Trocadéro, mais également se faire connaître dans sa commune de résidence, Puteaux. A peine ces quelques lignes publiées dans le journal local, le téléphone a sonné, au point que Pascal a du « ouvrir » un deuxième lieu de consultation, non plus sur Paris mais sur Puteaux. Bravo à lui pour ce travail et cette intégration juste. Lisez plutôt.

Un shiatsu à Puteaux



Ni massage, ni idéologie, ni médecine au sens occidental du terme, le shiatsu est une méthode de relaxation et de bien-être. Le Puteolien Pascal Daubard vous invite à découvrir les bienfaits de cette pratique inspirée des médecines traditionnelles japonaises et chinoises.

Détente, harmonie et bien être, qui n'en a pas rêvé après une journée de travail qui s'éternise ? Ces trois points sont au cœur de la pratique ancestrale du shiatsu. Cet art, contrairement aux idées reçues, n'est pas un véritable massage mais plutôt une technique de toucher (shi signifie doigts et atsu pression). Le praticien, appelé shiatsuki exerce des pressions pour corriger des troubles intérieurs, favoriser ou garder la santé.

Selon Pascal Daubard, Shiatsuki puteolien, cette pratique produit une « détente vive ».

Après une séance, ses patients ressentent un net regain d'énergie et sont mieux armés pour gérer leur stress au quotidien. Depuis maintenant plus d'un mois, le praticien diplômé de l'Institut français de shiatsu propose ses prestations revitalisantes aux particuliers, mais aussi aux entreprises qui trouveront peut-être là un excellent moyen de dynamiser leurs troupes !

Shiatsu Confort

536 rue de la République

75014 Paris tel 06 46 44 99 80

pascal.daubard@institut-français-shiatsu.com

www.shiatsu-confort.com

TEMOIGNAGES ET EXPERIENCES.

Dans cette lettre, nous avons voulu donner la parole aux brillants lauréats de 2 examens pour les raisons suivantes : d'une part, montrer que chacun a des objectifs différents lorsqu'il vient se former en shiatsu (et c'est le cas bien sûr en réflexologie...) et d'autre part, illustrer que la réussite d'un parcours professionnel nécessite de l'investissement à tous points de vue et en particulier en temps : 5 ans pour Lukasz et Ludovic avant de devenir praticiens professionnels et 2 ans pour Claire avant de devenir praticienne de confort.

A méditer par toutes les personnes qui veulent se former très rapidement, voire essayer de suivre 2 cycles de formation en un an, etc.... Et qui d'ailleurs, n'accepteraient certainement pas de consulter un praticien formé en 6 mois.

Claire, deux ans de formation, est musicologue, musicienne et professeur.

Comme pour la plupart d'entre nous, c'est au début d'une grande période de remise en question et de changements que le shiatsu a fait irruption dans ma vie. Je n'arrivais pas à commencer la rédaction de ma thèse de doctorat et jouer de l'orgue et du clavecin ne m'apportait plus de satisfaction car c'était devenu un exercice purement intellectuel.

Bien que n'étant pas mon premier contact avec les « médecines douces », les livres de Michel Odoul furent un catalyseur dans cette période. C'était la première fois que j'allais au bout de mes lectures et que j'en cherchais d'autres sur le même sujet. Très vite, je me suis dit qu'une fois la thèse terminée, je prendrais des cours de shiatsu. Puis finalement, la souplesse de la formation proposée

par l'Institut m'a poussé à m'inscrire sans plus attendre. Outre le sujet enseigné, la manière dont la formation était conçue m'a beaucoup plu. L'accent mis sur la pratique m'a permis de retrouver une partie de moi-même que j'avais délaissée en faveur de ma tête. En effet, même si la publication de ma thèse devait avoir une utilité très concrète pour les musiciens, le travail lui-même était théorique.

Grâce notamment à cette formation de shiatsu, je me suis peu à peu réapproprié mon corps et surtout, j'ai renoué avec la partie plus sensible, plus intuitive de moi-même. Je me suis, par exemple, remise à jouer du clavecin mais de manière complètement différente, plus pleine, plus présente et surtout en étant

beaucoup plus consciente de la position de mon corps. De la même manière, j'ai remarqué que ma façon d'enseigner l'orgue avait changé : aujourd'hui, je suis plus attentive à la position du corps des élèves notamment lorsque je leur apprends à jouer du pédalier.

Les soirées de pratique m'ont permis de rencontrer des personnes issues d'horizons très divers qui vivaient également de grands changements, des remises en questions importantes et avec lesquelles je partageais cet intérêt pour le shiatsu. De plus, de nombreuses migraines cessaient miraculeusement une fois la porte de l'Institut franchie. .../...



.../... L'été dernier je préparais l'examen de praticien de confort tout en achevant ma thèse. La lecture du cours de médecine traditionnelle chinoise et la pratique des différents protocoles que j'ai appris m'ont permis de me changer les idées et de conserver le courage et l'énergie nécessaires à la poursuite de mon travail.

Après de nombreuses péripéties, j'ai finalement terminé ma thèse en novembre dernier et, cette fois, c'est la préparation de l'examen de

shiatsu ainsi que la suite de la formation qui m'ont permis de ne pas tomber dans un trou après cette longue période de travail intense.

Un de mes plus beaux souvenirs est certainement les trois jours de perfectionnement Amma, Modules 1 et 2 de juin dernier. Je suis arrivée très stressée : j'avais accumulé beaucoup de retard dans la préparation d'un exposé qui devait avoir lieu quelques jours plus tard. Le premier soir de stage, j'étais fatiguée mais

apaisée. Le second soir, j'étais remplie de courbatures mais en pleine forme et, à la fin, du stage, je me sentais vraiment bien tout simplement. Même si j'étais toujours en retard dans la préparation de ma communication, je vivais les choses tout à fait différemment et j'ai pu terminer ce travail sans stress.

Je ne sais pas ce que l'avenir me réserve, mais le shiatsu fera partie de ma vie. Merci !

Claire Meyer.

Ludovic, cinq ans de formation. Il était ouvrier viti-vicole.

17 décembre 2008. 5 ans quasiment jour pour jour après avoir franchi la porte de l'Institut pour la première fois, me voilà assis devant ma copie, celle de l'examen de praticien professionnel, le dernier du cursus Shiatsu.

Confiant après le passage technique de la matinée, je ressors confiant de la salle en fin d'après-midi. Ca y est, c'est fait ! Maintenant, l'attente des résultats. L'enjeu pour moi est important. Tout d'abord, cela me permettra de savoir où j'en suis dans ma pratique et sur quoi travailler par la suite. Et puis, et surtout, c'est l'aboutissement de 5 années de travail, l'aboutissement de ce pour quoi j'ai changé de vie il y a 5 ans.

3 semaines plus tard, les résultats sont connus : je suis reçu. Soulagement, joie, plaisir, bonheur. Je n'ai pas fait tout ça pour rien et le travail a payé.

Il s'en est passé des choses durant ces 5 années. J'ai débuté la formation en décembre 2003. Je venais de quitter mon emploi d'ouvrier viti-vicole d'un domaine de Côte d'Or suite au déclic produit par l'écoute d'une émission de radio où Michel était invité. Il n'y avait plus de doute, c'était ça que je voulais faire.

Après avoir fait plusieurs petits boulots, je me suis retrouvé au chômage, période que j'ai mise à profit pour pratiquer et travailler mes cours. Le premier objectif : le diplôme de praticien de confort et l'ouverture d'un cabinet. Ceci a été réalisé 1 an et demi après le début de la formation. Le diplôme en poche, nous voilà partis, d'un commun accord avec ma compagne, à Lyon. Nouvelle ville, nouvelle vie, tout à construire. Le cabinet a vu le jour le 1^{er} septembre 2005. Il fallait

maintenant me faire connaître : prospectus, rencontres avec différents thérapeutes, salons, articles dans la presse, émissions de radio, site Internet, Petit à petit, et après beaucoup d'énergie dépensée, les clients sont arrivés. Certains, fidèles, reviennent tous les mois. Pour d'autres, quelques séances suffisent. Un roulement commence à se mettre en place.

N'ayant pas de clients tous les jours, je profite de mes instants de liberté pour travailler mes cours. Travail intensif, allant de 1 heure à 5 voire 6 heures par jour suivant les périodes, le nez dans les cours et les livres. Cela porte ses fruits. Décembre 2006, j'obtiens le diplôme de praticien professionnel en Shiatsu et Psycho-énergétique. Major de promo, un grand bonheur !

Plus motivé que jamais suite à ça, je décide de passer à la vitesse supérieure au niveau de mon activité. En plus des consultations, je commence tout d'abord à mettre en place des stages de Do In. Puis, bravant ma peur de parler en public, je mets en place un programme de conférences sur différents thèmes : diététique, troubles du sommeil, préservation de la santé en MTC, relations corps-esprit. C'est véritablement passionnant, chaque conférence m'obligeant alors à élargir mes connaissances pour pouvoir donner aux gens les réponses à leurs nombreuses questions.

2009. Le cursus Shiatsu est terminé. Le cabinet tourne de mieux en mieux, les conférences et les stages continuent et je donne tous les mois des cours de Shiatsu dans un club d'Aïkido. Cela a demandé du temps, de la patience, de l'investissement (personnel et financier), de la motiva-

tion et surtout beaucoup de travail : des centaines d'heures dans les cours et les lectures annexes, des centaines de Shiatsu pratiqués, des centaines d'heures d'assistantat à l'IFS.

Tout cela n'aurait pas pu se faire sans aide ni soutien. Le soutien des mes proches a été pour moi fondamental et c'est pourquoi je tenais à remercier tous ceux sans qui cette belle aventure ne se serait pas faite :

Aude : pour son Amour, sa patience, son indéfectible soutien et pour sa Foi en moi et en ce que je fais. Merci.

Michel et Nelly : pour tout ce qu'ils m'ont apporté et pour la confiance qu'ils ont eu en moi en me choisissant comme assistant capé.

Aux formateurs : Elske, Christiane, David, Bertrand, Jacques, Roland et Jean pour la qualité de leur enseignement toujours si riche, leur disponibilité et le processus d'induction qu'ils ont su insuffler en moi.

A mes collègues capés et aux autres assistants, pour nos échanges toujours très enrichissants.

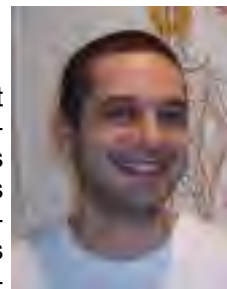
A tous les stagiaires, pour leurs questions toujours très à propos.

Je voulais terminer en citant mon ancien prof de karaté qui m'a dit un jour : « c'est à partir de la ceinture noire que les choses sérieuses commencent ».

J'ai ma ceinture noire, les choses sérieuses vont enfin pouvoir commencer !

Croyez en vos rêves.

Ludovic Charton.



Lukasz, cinq ans de formation. Il était chimiste et enseignant.



Voilà un peu plus de 5 ans que j'ai amené mes guêtres à l'institut. C'était pour un stage d'initiation au shiatsu. Ça ne faisait alors que quelques semaines que je savais que *shiatsu* n'était pas une espèce animale ou un art martial asiatique.

A cette époque, je travaillais comme enseignant en sciences. J'avais délaissé le travail de chimiste qui correspondait à mon itinéraire universitaire parce que je voulais plus de temps. Et en tant qu'enseignant, du temps, j'en disposais. En réalité ce que je voulais faire c'était de l'escalade. D'ailleurs, toute mon existence tournait autour de la grimpe et pour la grimpe. Les amis, les vacances, le temps libre, les voyages, les discussions, les lectures, mes dépenses, Tout. Au cours d'un après midi d'escalade, l'ami que j'assurais se cogne le coude droit et me dit: «Ah! Je dois avoir un problème avec mon *yin*». Lui son truc (en plus de l'escalade), c'était les neuro-sciences, et il avait entendu Michel Odoul à la radio. Son intervention lui ayant plu, il a lu «Dis moi où tu as mal». Donc il me raconte comment il connaît ces trucs de yin et yang et on continue à grimper.

L'été suivant, pendant un jour de repos entre 2 journées d'escalade, je trouve une librairie et profite du temps pour lire le livre sur les *chinoiseries*. En le lisant je ne connaissais toujours pas le shiatsu et je n'avais pas percuté que le travail de Michel était celui là. C'est en lisant l'Harmonie des énergies que je me suis intéressé un peu plus au shiatsu. Je me fais faire une séance suite à laquelle la praticienne, ne me connaissant ni d'Eve, ni d'Adam me révèle des informations qui me laissent totalement abasourdi. En sortant, voulant en connaître davantage, je demande le fascicule sur les formations et m'inscrit au 1^{er} stage de shiatsu.

Parallèlement, une blessure à la main me contraint à l'arrêt de l'escalade pour plusieurs mois. Une opération est même indispensable.

J'en profite pour découvrir le qi gong. En partie aussi parce que je croyais qu'en arrivant à l'institut de shiatsu, toutes les personnes inscrites auraient déjà un long passé dans une activité de ce genre. C'est dire comme j'étais détendu à l'idée d'y aller...

Et puis le jour est arrivé. Je prends le train, je cours pour ne pas arriver en retard et je retrouve, en entrant, ce calme que j'avais ressenti après ma 1^{er} consultation. Avec le recul, je me rends bien compte que l'escalade n'était pas qu'une passion mais une addiction. Quand je ne grimpais pas, j'étais irritable. Quand il n'y avait pas de discussion sur l'escalade je pouvais vite m'ennuyer. Et ces 1^{ères} expériences en shiatsu, m'ont apportées des moments de paix avant tout. Je découvrais une manière de faire et d'apprendre qui n'était pas en force, que tenir pouvait être désuet d'intérêt. Et la suite c'est enchaînée: un second stage, un troisième et tout le cursus enfin.

J'ai fait appel, pour continuer ma formation, aux services locaux pour un financement. J'ai obtenu une aide via le PLIE (plan local d'insertion à l'emploi). Et puis, Fathia Amzaoui, que j'ai rencontré, par hasard, au cours du 1^{er} stage de shiatsu me propose de la rejoindre pour travailler en tant que shiatsuki dans son association. Deux ans après le début de la formation, je travaille une journée par semaine en tant que praticien.

Et la formation avance, arrivent les derniers modules et l'envie de m'installer en cabinet. J'envisage alors de prendre un appartement plus grand dans lequel je consacrerai une pièce à l'activité. En me promenant dans Rouen, je découvre, par hasard (?) une boutique en vente. Alors que je n'envisageais pas d'acheter mais de louer, je prends le temps de visiter le local en question. Et là, je me jette à l'eau. Quelques semaines après la visite je signe un compromis de

vente (A l'époque je ne savais même pas ce que c'était, ni ce que ça engageait). Et la course aux banques commence. Tous les banquiers que je rencontre me demandent une étude de marché et un tas d'autres démarches. Mais le temps presse, je n'ai que 6 semaines pour trouver le financement. La rencontre avec un énième banquier est décisive. Il m'explique une stratégie pour éviter les contraintes précédentes. Je dépose quelques dossiers et ça marche. J'acquiers le local et je me lance dans plusieurs semaines de travaux. N'ayant pas les moyens de faire faire, j'apprends à poser des cloisons, isoler, plâtrer, souder, et clouer un parquet. Et puis tout l'administratif: la comptabilité et toutes ces joyeuses démarches que j'aime tant...

Si quelqu'un m'avait dit, qu'un jour je ne grimperais plus, j'aurais demandé à cette personne de passer son chemin. Et pourtant... J'ai de moins en moins besoin de grimper jusqu'à ne plus en avoir envie. Et depuis peu, j'y retourne pour partager un moment entre amis, pour prendre l'air et surtout pour le plaisir. Mais si quelqu'un m'avait dit, il y a 5 ans que je m'installerais, à Rouen, en tant que praticien shiatsu, en achetant une boutique au centre ville, j'aurais pris ça pour pure folie...

Et depuis quelques semaines, la boucle est bouclée, mais ce n'est finalement que le début de l'aventure. Le véritable apprentissage commence là, à chaque fois qu'un patient entre dans le cabinet qu'il expose l'objet de sa visite.

Tout ce qui a précédé c'est un peu comme la séance de do-in qui débute la journée de consultations: indispensable et formateur.

Lukasz Jablonski.

Forum PREMALIANCE.

A l'automne 2008, je fus contacté par la Mutuelle PREMALIANCE qui est également une caisse de retraite. Organisme implanté au niveau national, sa section grenobloise organisait un grand forum sur le thème du bien être, au profit de ses sociétaires. L'idée m'a d'emblée enthousiasmé. Agréablement surpris par une telle initiative venant d'une mutuelle, je le fus également par l'énergie et les moyens mis en oeuvre pour la réussite de ce forum qui s'est déroulé les 26 et 27 février derniers.

Le lieu choisi fut prestigieux puisqu'il s'agissait des salons du superbe et tout nouveau Stade des Alpes. Il avait été décidé de proposer aux visiteurs des Shiatsu assis en non stop (de 10h à 18h) et j'avais pour cela sélectionné des élèves

de l'IFS en cours de formation, qui ont spontanément accepté cette proposition. La contrainte majeure qui leur fut imposée, a été celle d'une assurance « responsabilité civile professionnelle ».

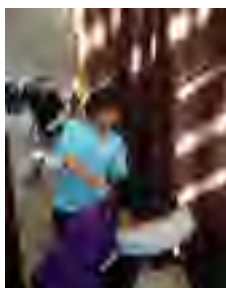
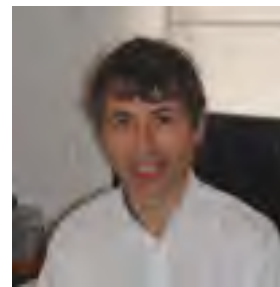
Les organisateurs m'avaient également demandé d'animer une conférence d'une heure. Je proposais le thème « Principe de la médecine chinoise et rôle du Shiatsu » et celui-ci fut retenu. Cette conférence fut un succès puisqu'elle rassembla une centaine de personnes très attentives.

Ce forum fut une grande réussite : 2000 visiteurs furent comptabilisés sur les 2 jours. Le stand « Shiatsu assis » fut pris d'assaut, nous étions 3 par journée à tenter de satisfaire les demandeurs qui, dans la file d'attente n'ont pas hésité pour certains à patienter plus d'une heure pour découvrir les bienfaits de cette technique. La dernière bénéficiaire du 2ème jour était même encore sur la chaise, plus de ¾ h après la fermeture

du forum, alors que les stands étaient en cours de démontage!... Nous avons terminé ces 2 journées certes dans un bel état de fatigue, mais enchantés de l'expérience et des commentaires des visiteurs. Les organisateurs eux-mêmes ont été impressionnés du succès de ce stand, et de notre « professionnalisme ».

Je tiens à mon tour à remercier très vivement Karine, Pauline, Anne et Pascale pour leur patience, leur enthousiasme, et le sérieux qui a caractérisé leur engagement et leur pratique. Cela ne nous a pas empêchés, heureusement, de vivre également de grands éclats de rire. Nul doute que ces 2 jours auront une suite et que le Shiatsu aura à cette occasion fait pousser une racine supplémentaire pour s'implanter durablement dans les pratiques incontournables du soin et de la prévention.

Jacques Blanc.



Mednat Expo à Lausanne.

Mednat Expo, le « Médecine Douce » suisse, a lieu chaque année à Lausanne, au printemps. Véritable référence des salons créés autour des médecines alternatives complémentaires, Mednat Expo est un rendez-vous incontournable pour un public nombreux et averti, tel qu'il existe en Suisse. Ce pays est en effet très ouvert aux approches alternatives qui ont droit de cité et sont régulées officiellement. La conséquence est que les praticiens suisses font partie des praticiens les mieux formés et que la plupart des consultations prodiguées par des professionnels agréés, sont prises en charge par les assurances sociales.

Dans le cadre de l'édition 2009, Michel a été invité pour deux conférences officielles, sur les thèmes du « sens de la maladie » et de « comment nous créons le terrain favorable à son apparition ».

Ces conférences auront lieu les 28 et 29 mars dans la grande salle de conférence Kousmine (700 places). Voilà un nouveau gage de reconnaissance, qui dépasse, à l'instar du Forum à Bruxelles, le cadre des frontières de l'hexagone. Comme l'indique Jacques Blanc, dans son témoignage, cela sera un pas de plus vers un statut mieux reconnu des approches enseignées à l'Institut. La valeur reconnue aux diplômes décernés n'en sera que plus grande et bénéficiera à tous les élèves.



Nelly.

Forum



Le 14 février 2009, un forum d'une journée a été organisé par l'association bruxelloise Tétra dans le grand amphithéâtre de la faculté de médecine de l'Université Catholique de Louvain. Selon Thierry Janssen, ancien chirurgien, psychothérapeute et modérateur de la journée, cet intérêt du milieu académique est un fait marquant de l'évolution lente mais progressive des mentalités.

Outre ce praticien belge, sept praticiens provenant d'horizons très différents se sont succédés et nous ont fait part de leur expérience et de leurs recherches (voir ci-contre).

Excepté Guy Corneau dont le témoignage plein de vie et d'émotion a clôturé les interventions individuelles, chaque praticien a résumé en l'espace d'une trentaine de minutes les grands axes de sa

pratique dans un exposé plutôt théorique mais illustrés d'exemples concrets. Malgré des points de vue en apparence parfois très différents, il était frappant de constater combien tous se rejoignaient sur le fond des choses :

Les praticiens sont là pour aider le patient à donner lui-même un sens à sa maladie.

C'est l'état d'humanité du thérapeute, la qualité de sa présence, et sa capacité à ramener les choses de la vie à la compréhension du cœur qui vont lui permettre d'adopter l'attitude juste quelle que soit la technique utilisée.

Il est nécessaire de travailler en équipe, en collaboration, dans un cadre pluridisciplinaire.

La journée s'est terminée par une table ronde pleine d'enthousiasme, d'ouverture, d'échanges et de partage à l'image de tout ce forum. Les applaudissements nourris d'une large assemblée ainsi que les nombreuses questions témoignaient du très grand intérêt du public.

Claire Meyer.

Ndlr: il est important que Michel ait été sollicité pour participer à ce Forum. Cela donne en effet à tous les élèves qui suivent des formations à l'Institut, un gage de compétence et de sérieux de ce qui leur est enseigné, ainsi qu'une image dont la qualité, qui dépasse les frontières de l'hexagone, rejaille obligatoirement sur le crédit accordé aux diplômes décernés.

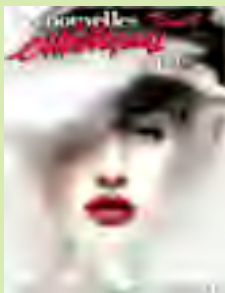
MALADIE, SENS ET CROYANCES

	Willy BARRAL : « Le corps pense » Psychanalyste, ex-directeur d'Hôpital de jour pour enfants et adolescents (autistes et psychotiques), accueilliment. Directeur d'un centre de formation à Paris, dans le secteur médico-social et éducatif. Auteur notamment de <i>François Delis. C'est la parole qui fait vivre</i> , une thèse organisée du langage et Le Corps de l'enfant est le langage de l'histoire de ses parents.
	Guy CORNEAU : « Le cancer à la lumière du meilleur de soi » Psychanalyste, chroniqueur, conférencier, scénariste. Auteur de nombreux best-sellers tels que <i>Être malade</i> , <i>Si jamais</i> , <i>Ny n'obtiens d'aimer personne</i> , <i>Victime des autres</i> , <i>Bonheur de s'aimer</i> et récemment <i>Le Meilleur de soi</i> . Guy Corneau nous livrera un témoignage sur sa traversée d'une grave épreuve de santé.
	Thierry JANSSEN : « Au-delà des croyances » Docteur en médecine, ancien chirurgien et psychothérapeute spécialisé dans l'accompagnement des patients atteints de maladies physiques, Thierry Janssen enseigne les principes d'une médecine humaniste et responsable aux professionnels de la santé. Auteur notamment de <i>Le Travail d'homme</i> , <i>Vivre en pain</i> , <i>La Saison intérieure</i> , etc. une nouvelle médecine du corps et de l'esprit et <i>La maladie ouelle</i> (en) ? Enquête oubliée des croyances.
	Marguerite KARDOS : « Traversée, transformation, renouvellement à travers les médecines sacrées » Linguiste-orientaliste, ancien professeur d'université, Marguerite Kardos est également thérapeute. Spécialiste des médecines traditionnelles et sacrées, elle pratique l'énergétique chinoise traditionnelle, la neuropathie et le Qi Gong.
	Pascal-Henri KELLER : « Le dialogue du corps et de l'esprit » Professeur à l'Université de Poitiers, psychologue clinicien, membre de divers comités scientifiques et chercheur passionné par la médecine psychosomatique et la psychopathologie. Auteur notamment de <i>Médecine et psychosomatisme : Le dialogue du corps et de l'esprit</i> et <i>Études à la question psychosomatique</i> .
	Jean-Pierre MUYARD : « Suivre le sens de sa maladie » Médecin-psychiatre et anthropométrologue, il a fait une psychanalyse didactique avec Jacques Lacan avant de devenir attaché de recherche en neurobiologie au laboratoire du Professeur Henri Laborit. Il est directeur fondateur de l'Institut de Recherche sur les Rythmes Biologiques et de la Clinique du Sommeil, ex-Président de la Fondation de Recherche sur les Thérapies Alternatives et chargé de cours en Médecines complémentaires à l'Université de Paris Nord.
	Michel ODOUL : « Comment le sens nourrit la conscience » Praticien Shiatzu et Psycho-énergéticien, fondateur de l'Institut Français de Shiatzu et de Psychologie Corporelle Appliquée, conférencier. Auteur notamment de <i>De moi à tu</i> , <i>Je te dirai pourquoi</i> et <i>Un corps pour naviguer, une âme pour naviger</i> . De nombreux praticiens, énergéticiens, psychologues, médecins font référence à ses travaux et viennent se former dans son Institut.
	Salomon SELLAM : « Lorsque l'esprit influence le corps » Diplômé en médecine psychosomatique et thérapies de relaxation, il a pratiqué la médecine générale pendant une quinzaine d'années avant de se spécialiser en Psychosomatique Clinique. Auteur de nombreux ouvrages dont <i>Origines et prévention des maux</i> , devenu une référence dans le monde de la psychosomatique.

- LES MÉDIAS PARLENT DE L'INSTITUT -

Nouvelles Esthétiques Spa :

Cette revue professionnelle, de très grand format, a consacré 3 pages entières du numéro de janvier 2009 à la psycho-énergétique et à la symbolique des problèmes de peau. L'ampleur du sujet a conduit à réaliser un dossier sur 3 numéros de la revue. En janvier, le dossier traitait de l'acné à l'eczéma. Le site et les livres sont cités en référence.



Plantes & santé :

Dans cette revue spécialisée, Aude Maillard, stagiaire à l'Institut, propose un très bel article consacré à Elske et à sa passion pour les Huiles Essentielles. Sa dernière découverte, la Camomille du Cap, y est présentée. Une très belle référence et bravo à Elske.



Nouvelles Esthétiques Spa :

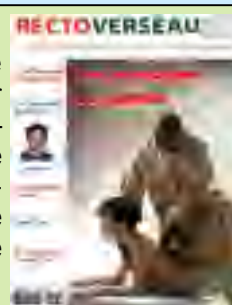
La deuxième partie du dossier sur la peau, publié dans le numéro de février de cette revue professionnelle, a traité les questions allant des cicatrices aux mycoses. Trois pages à nouveau d'interview de Michel, pour enrichir la connaissance que les esthéticiennes peuvent avoir de la peau de leurs patientes.

Le site et les livres sont à nouveau cités en référence.



RectoVerseau :

Michel a été interviewé par cette revue suisse, sur le thème des 3 réflexologies, de leur actions et de leur mode d'apprentissage. Ce fut une nouvelle occasion de présenter le travail qui se fait à l'Institut et de mettre en avant la richesse et la qualité des contenus qui y sont proposés.



Nouvelles Esthétiques Spa :

Le numéro de mars ponctue ce gros dossier sur « la peau de vos clientes, un véritable livre ouvert ». Trois nouvelles pages ont traité du psoriasis jusqu'au zona. En tout 9 pages pour constituer des données de référence auxquelles pourront à tous moment et en cas de besoin, se référer les esthéticiennes, dans la pratique de leur métier.



Avantages :

Dans son numéro de mars, consacré à la vitalité et aux moyens de se « défatiguer » cette revue a interviewé Michel sur les techniques énergétiques permettant de le faire. Ce fut une nouvelle occasion de mettre le Shiatsu et la



Réflexologie en avant, et de présenter le dernier livre « Shiatsu et Réflexologie pour les Nuls ».

Direct 8 : Michel a de nouveau été invité plusieurs fois au cours de ce trimestre, dans le cadre de l'émission « Bien-être » animée par Charlotte Savreux.

Le 12 janvier sur le thème de 3 émotions de base; tristesse, colère et peur, le 10 février sur le thème du Yin et du Yang, le féminin et le masculin et le 26 mars sur le thème de la confiance en soi. Autant de sujets éclectiques, montrant combien l'expertise de Michel est appréciée.



Pratiques de santé :



Ce journal, connu de la plupart d'entre vous, a présenté dans son numéro de février un dossier sur la réflexologie plantaire et tous les bienfaits que l'on peut en attendre. Notre institut est cité parmi les organismes professionnels de référence, auprès de qui l'on peut obtenir les coordonnées de praticiens. Une belle référence de plus qui nous a valu de nombreux appels et visites sur le site et généré de nombreuses consultations chez les praticiens référencés.

magénération.com:

Cette télévision du net est venue interviewer et filmer Elske à l'Institut à propos de la réflexologie. Les images sont en ligne sur le site et l'on y découvre Elske présentant avec simplicité et clarté, la réflexologie.



Le guide de l'aromathérapie.
par Guillaume Gérault et Ronald Mary, aux éditions Albin Michel
Prix 17,50 €

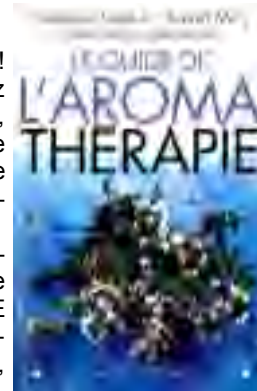
Chapeau bas ! Enfin un livre d'aromathérapie pour le grand public qui est tout simplement... parfait ! Tout y est, et ceci de façon cohérente et consistante, sans être ni rébarbatif, ni repoussant. Vous le savez déjà : les huiles essentielles sont des substances naturelles très concentrées aux principes actifs nombreux, donc, des produits à manier avec prudence. Alors, quel bonheur pour la passionnée d'aromathérapie que je suis que de trouver enfin un livre qui aborde clairement et de façon, à la fois responsable et ludique, l'usage quotidien des huiles essentielles dans le bain, en diffusion atmosphérique, en « massage bien-être », en cosmétique, en tant que parfum et même dans la cuisine !

Les auteurs donnent pour chacune des 50 principales huiles essentielles qu'ils ont choisies, les principaux constituants biochimiques – ce qui permettra aux élèves du cursus d'aromathérapie professionnelle de l'Institut de faire des « cartographies bio-électriques » pour ces huiles essentielles. Ensuite, pour chaque HE abordée, ils donnent des conseils d'usage clairs pour les différentes voies d'application : en diffusion, en massage, en inhalation, en cuisine... Les contre-indications sont rappelées, clairement et de façon consistante, pour chaque HE différente, en bas de la page droite.

Ensuite, chaque huile essentielle est habillée de très belles anecdotes historiques, mythologiques, symboliques ou encore ethnologiques. Et, comme pour couronner chacune de ces merveilles aromatiques, un petit chapiteau poétique qui en saisit l'essentiel ! Vous y trouverez également la présence indispensable des hydrolats ainsi qu'une mise à jour succincte de l'histoire française de l'aromathérapie moderne. Les éléments historiques permettent de mieux situer les acteurs qui ont contribué à faire évoluer cette discipline de façon responsable au sein d'un flot d'approches vulgarisantes qui, elles, ne mesurent pas suffisamment la responsabilité de celui qui diffuse des informations autour d'un domaine qui est entré dans la « mode ».

La préface de Dominique Baudoux témoigne du sérieux de cet ouvrage, mais aussi de la dimension poétique, voire métaphysique, qui le cerne comme un souvenir ou, encore, une promesse : « *Guides infailibles, compagnes de tous les instants, reflets de vos émotions et de votre personnalité, ces huiles essentielles métamorphosent votre quotidien* ».

Elske Miles.



Mémoire d'un médecin aux pieds nus.
par Jean-Pierre Willem. Editions Albin Michel.
Prix : 21,50 €

Nombreux sont ceux qui parmi vous ont déjà entendu parler du Dr Willem, que ce soit à travers le cursus en Huiles Essentielles, les livres présents à la librairie de l'Institut ou bien les interviews que j'avais eu l'occasion de faire avec lui. Personnage atypique, haut en couleur, le Dr. Willem est un baroudeur et un homme de terrain. Ce livre, récit de mémoire, le raconte. Chirurgien de guerre, confronté à la violente réalité des conflits et des nécessités impérieuses et immédiates d'action, Jean-Pierre Willem a très vite quitté la théorie et la médecine aseptisée et mécaniste de nos pays nantis. Il nous explique combien la souffrance d'un praticien de terrain peut être grande lorsqu'il croise les yeux d'un enfant qu'il sait perdu ou celui d'un autre pour lequel il représente sa seule chance de survie. Que faire? Comment faire? Comment soigner ces peuples déshérités qu'il croise sur son chemin « d'aventurier du bistouri » comme il se qualifie? Sa seule réponse fut de créer l'association « Médecins aux pieds nus » qui cherche à aider les peuples en souffrance, non pas en leur apportant des médicaments mais en leur permettant de se réconcilier avec leur médecine traditionnelle et en leur apprenant à fabriquer eux-mêmes leurs huiles essentielles.

Ce livre est foisonnant et passionnant. Gabon, Rwanda, Vietnam, Cambodge, Jordanie, Thaïlande, Laos, Liban, Iran, Irak, etc. il a roulé sa bosse sous tous les cieus lourds de la planète pour tenter d'y alléger un peu le poids de ce qui s'y passait. Et comme dans les cocktails où l'on rencontre les peuples, Jean Pierre Willem a rencontré et cotoyé, sous ces cieus moins hospicieux, quelques grands hommes et femmes qui appartiennent au panthéon de notre histoire, comme Mère Thérèse, Albert Schweitzer ou Che Guevara.

Michel Odoul.



Slow Food et Bon, propre et juste.
par Carlo Pietrini. Editions Yves Michel.
Prix : respectivement 14,50 € et 16,50 €.

Comme à son habitude, Yves Michel fait œuvre de culture et d'éducation sociale en publiant ces deux livres écrits par Carlo Pietrini, créateur du concept de « slow food ». Ce mouvement est né en 1989, en réaction à l'envahissement progressif de nos assiettes par les effets collatéraux de la culture « fast food ». Car au-delà du fait de « manger vite », cette culture engendre une paupérisation des aliments, un développement des monocultures (une seule variété de pomme de terre pour faire dans le monde entier les mêmes frites par ex.), et une dégénérescence du goût qui ne se limite plus qu'à deux saveurs, le salé et le sucré. Car pour l'auteur, l'enjeu de tout ceci est planétaire et tous nos actes de consommation les plus simples ont des conséquences qui pèsent sur l'avenir nos sociétés consuméristes.

Ces deux livres sont à la fois des manifestes et des messages d'espoir qui cherchent à rétablir une éthique et un comportement responsable face à cet essentiel qui nous apporte de la vie: la nourriture.

Dans la continuité de l'éditorial, je ne pouvais pas ne pas vous présenter ces livres qui sont incontournables dans toute bibliothèque « alternative » qui se respecte.

Michel Odoul.



ATTENTION !!!! L'expérience nous montre que ces infos ne sont pas toujours lues, y compris par les personnes concernées ! Oubli de la date limite d'inscription, etc....

Examens de Praticien en Shiatsu de confort.

Compte tenu du nombre de plus en plus important de candidats et du fait que les modules de MTC ont lieu en milieu d'année et en fin d'année, 2 examens par an sont maintenant prévus. Ils sont ouverts aux personnes ayant suivi l'intégralité du 1^{er} cycle de shiatsu, dont la MTC, depuis un an.

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 aura lieu le 18 juin 2009 et s'adresse aux personnes ayant terminé la MTC au plus tard en septembre 2008.. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre peuvent se présenter à cette session.

Attention: les personnes qui n'ont à repasser que l'une des épreuves, pratique ou théorique ne peuvent se représenter à l'examen de rattrapage qu'une seule fois à la session suivante. Ensuite, l'intégralité de l'examen doit être repassé.

Merci de vous inscrire par courrier ou par mail au plus tard pour le 15 avril 2009

Une convocation vous sera adressée à partir du 27 avril 2009

Examen de Praticien en Réflexologie Plantaire de confort.

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, questions d'ordre général sur l'ensemble des réflexologies, analyses de cas théoriques proposés. De plus, le candidat devra 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, ne pas venir avec les fiches demandées est éliminatoire !!!!** L'examen est d'une durée de 2h.*

La prochaine session aura lieu le 29 juin 2009 et s'adresse aux personnes ayant terminé le 1^{er} cycle de réflexologie plantaire douce au plus tard en juin 2008. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre peuvent se présenter à cette session.

Attention: les personnes qui n'ont à repasser que l'une des épreuves, pratique ou théorique ne peuvent se représenter à l'examen de rattrapage qu'une seule fois à la session suivante. Ensuite, l'intégralité de l'examen doit être repassée.

Merci de vous inscrire par courrier ou par mail au plus tard pour le 15 avril 2009

Une convocation vous sera adressée à partir du 27 avril 2009.

Examen de praticien en aromathérapie, phyto énergétique et olfactothérapie

Pour la première fois, **cet examen** sanctionnera le nouveau cursus mis en place depuis bientôt 2 ans et **aura lieu le 25 juin 2009**. Il s'adressera aux personnes ayant terminé au plus tard le cycle complet en janvier 2009. (HE initiation, Aroma Pro, MTC, Phyto énergétique, olfacto thérapie et Physiopathologies).

Contenu de l'examen : questions de connaissances générales sur les huiles essentielles étudiées à l'Institut, questions sur les données fondamentales de la MTC, questions de connaissances générales sur la phyto énergétique et ses principes, de même pour l'olfacto thérapie, questions de physio pathologies. De plus, 4 cas théoriques proposés devront être analysés. L'examen durera 3 heures.

Merci de vous inscrire par courrier ou par mail au plus tard pour le 15 avril 2009 au plus tard

Une convocation vous sera adressée à partir du 27 avril 2009.

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

En décembre 2008, plusieurs examens ont eu lieu. Quelques commentaires sur chacun d'eux

Shiatsu de confort : Une excellente cuvée de l'avis de tous les examinateurs ! Les résultats le confirment : 94% de réussite à la pratique et au total 17 reçus sur 22 candidats soit plus de 77% de reçus !

Un bravo tout particulier à Claire Meyer, major de promo, à Gilles Pointereau, 2^{ème} et à Marie Cassan, 3^{ème}. Ce qui est notable : pratiquement toutes les personnes qui repassaient l'examen ont été reçues.

Réflexologie de confort : Des résultats assez comparables aux autres années, environ 50% de taux de réussite avec des écarts : Des candidats remarquables : bravo, en particulier à Fabienne Blanc, à Jérôme Lambotin, à Aline Terrier et à Viviane Bonaz et malheureusement quelques échecs patents. Peur de l'examen, manque de pratique ?

Shiatsu Professionnel : Un très grand bravo aux 2 lauréats, Ludovic Charton et Lukasz Jablonski. Leurs 5 années d'effort sont pleinement récompensées : les clients qui les rencontreront ont beaucoup de chance, ils auront affaire à des professionnels de grande qualité. Découvrez leur témoignage dans cette lettre.

Nous n'oublions pas les presque lauréates qui, malgré leurs compétences connues et reconnues, ont paniqué et ont perdu leurs moyens. Nous savons que ce n'est que partie remise.

Première partie de l'examen professionnel en shiatsu : Un grand bravo à Laure Maisonhaute et à Catherine Jézéquel qui ont brillamment réussi alors qu'elles se présentaient pour la 1^{ère} fois. Bravo à tous les candidats qui se représentaient, ils ont tous réussi.

- INFOS SOIREEES DE PRATIQUE - - INFOS SOIREEES DE PRATIQUE -

Maintenant pour des raisons de facilités, nous listerons dans cette lettre les différentes soirées de pratiques à venir dans le trimestre.

En cas de doute, merci de vous référer à cette information.

Soirées de pratique de Shiatsu.

N'oubliez pas: les soirées ont lieu les lundis et jeudis de 19 h à 21 h.

Merci donc de ne venir qu'à partir de 18h30 au plus tôt.

En raison ce trimestre, des vacances d'avril, de l'Ascension, de la Pentecôte, des sessions d'examen de juin, il nous est apparu plus facile de lister les soirées de pratique à venir.

Les prochaines dates de soirées Shiatsu sont donc les suivantes:

Les 26 mars, 30 mars, 6 avril, 7 mai, 11 mai, 18 mai, 28 mai, 4 juin, 8 juin, 11 juin, 15 juin.

La dernière soirée avant les vacances d'été, sera le jeudi 2 juillet.

Soirées de pratique de Réflexologie Plantaire.

N'oubliez pas: les soirées ont lieu de 18 h à 20 h.

Merci donc de ne venir qu'à partir de 17h45 au plus tôt.

Le dernier soir de la plupart des stages de pratique, une soirée de pratique de réflexologie est ouverte. Vous pourrez vous entraîner sur la pratique de réflexologie que vous souhaitez et que vous connaissez.

Les prochaines soirées auront lieu les 5 avril, 4 mai, 14 mai, 7 juin et 5 juillet.

Merci de venir avec un drap de bain.

Nous travaillons actuellement à la réalisation d'une page « adhérents », réservée à tous les élèves de l'Institut, dans laquelle seront disponibles toutes les informations sur les soirées de pratiques, leurs dates, leurs conditions, etc. Cette page contiendra également toutes les infos sur les différents examens, à savoir les dates, les contenus, les conditions d'inscription, etc. Cette page deviendra votre point d'information et de référence incontournable.

Infos soirées

**Soirées shiatsu.
Le lundi et le jeudi
de 19 à 21 h.**

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

RAPPEL!

Les soirées de shiatsu ont lieu, sauf en période de vacances scolaires ou de soirées « Réflexologie ». En cas de doute, toutes les dates sont dans cette lettre.

Soirées Réflexologie.

Le dernier jour de certains stages de Réflexologie Plantaire, de 18 à 20 h., des soirées gratuites de pratique, encadrées par Elske Miles, sont ouvertes dès le niveau d'initiation. Toutes les dates sont dans cette lettre.

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

L'Équipe de l'IFS

Responsables:

Michel
Nelly

Animateurs de stage

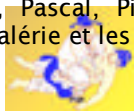
Jacques Blanc
Bertrand Caillet
Elske Miles
Michel Odoul
David Sayag
Jean Pélissier
Roland San Salvatore
Raphaël Cario
Philippe Ronce

Assistant(e)s « Capés »

Alexandra, Catherine, Elodie, Alain, Ludovic, Peter, Viviane.

Assistants de stages

Alain(s), Carolyn, Céline(s), Claire, Emmanuel, Evelyne, Francine, Françoise, Gallig, Isabelle, Jeanne, Jocelyne, Karine, Laure(s), Laurence, Lukasz, Marcus, Mariama, Marianna, Michel, Nathalie, Pascale, Pascal, Pierre, Rachel, Valérie 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		5, 6, 7 mai ou 18, 19, 20 septembre 2009	395 €
Module 2 Tech. Avancées		15, 16, 17 mai ou 8, 9, 10 juin 2009	395 €
Module de Shiatsu Assis		16, 17 juin 2009	295 €
Module de M.T.C.		26, 27, 28 juin + 11, 12, 13 septembre 2009	825 €

Module	2° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module de Psycho-énergétique		8,9/10 + 25, 26/11/09 + 14, 15/01/10	1025 €
Module de Shiatsu Fondamental		9, 10 11 novembre 2009	525 €
Module d'Anatomie pour le Shiatsu		14, 15, 16 décembre 2009	485 €
Module de Do In		11 et 12 mai ou 23, 24 novembre 2009	295 €
Module de Physio Pathologies		22, 23, 24 juin 2009	485 €
Module de Diététique Energétique		8 et 9 avril 2009	295 €

Module	3° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Psychologie Corporelle Appliquée		16, 17/09 + 16, 17/11/09 + 28, 29/01/10	1025 €
Shiatsu des Techniques Internes		1, 2 février + 29, 30 mars 2010	625 €
Anatomie Fondamentale		2, 3, 4 juin 2009	525 €
Psychologie du Praticien		13, 14, 15 oct. + 1, 2, 3 déc. 2009	1200 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Pratique de Consultation		11 et 12 juin 2009	325 €
Etude de cas		13 novembre 2009	145 €
Perfectionnement Sh. Fondamental		12 novembre 2009	125 €
Perfectionnements 1 / 2		2 mai 2009 / 3 mai 2009	125 € / 125 €
Perfectionnement Amma		01 mai 2009	125 €
Perfectionnement M.T.C.		30 avril 2009	145 €

Module	1° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module 1 Initiation		26, 27 septembre 2009	295 €
Module 2 Pratique Avancée		28, 29 mai 2009	325 €
Module 3 de Théorie Générale		19, 20, 21 juin ou 4, 5, 6 septembre 2009	405 €

Module	2° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de M.T.C.		26, 27, 28 juin + 11, 12, 13 septembre 2009	825 €
Anatomie pour les Réflexologies		9, 10 mai ou 21, 22 septembre 2009	325 €
Module de Techniques et Postures.		8 mai ou 23 septembre 2009	145 €
Réflexologie Plantaire Chinoise.		5, 6, 7 juin + 3, 4, 5 juillet 2009	825 €
Module de Physio Pathologies		22, 23, 24 juin 2009	485 €

Module	3° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de Podo-Réflexologie Appliquée		8, 9, 10 sept. <u>et</u> 5, 6, 7 oct. 2009	1025 €
Module de Réflexologie Faciale		14, 15 nov. 2009 <u>et</u> 3, 4/02/2010	645 €
Anatomie Haut Niveau pour les R P		13 juin 2009	145 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Supervision		15 juin 2009	145 €
Perfectionnement RP Douce		4 mai ou 5 novembre 2009	125 € / 125 €
Perfectionnement RP Chinoise		14 juin ou 4 novembre 2009	125 €
Perfectionnement M.T.C.		30 avril 2009	125 €
Module de Diététique Energétique		8, 9 avril 2009	295 €

Module	CYCLE HUILES ESSENTIELLES	date	tarif
Module d'Initiation		30, 31 mars ou 10, 11 octobre 2009	295 €
Module Aroma Pro		11, 12, 13 janvier 2010	485 €
Module de M.T.C.		26, 27, 28 juin + 11, 12, 13 septembre 2009	825 €
Module de Phyto-énergétique		25, 26, 27 mai 2009	485 €
Module d'Olfacto-thérapie		16, 17, 18 octobre 2009	455 €
Module de Physio-pathologies		22, 23, 24 juin 2009	485 €
Etude de cas		08 mars 2010	145 €
Module de Diététique Energétique		8, 9 avril 2009	295 €

Modules	CYCLE POST GRADUATE	date	tarif
Module de Dessin Thérapeutique		12 octobre 2009	155 €