

La Lettre

“de l'Institut Français de Shiatsu”

EDITORIAL

Lettre trimestrielle de
l'Institut Français
de Shiatsu

N° 45 - PRINTEMPS 2013

- 8 € -

le 06 mars 2013



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.

Encore eux! Mais qu'est-ce à dire? Ils nous en veulent? Qui? Les Roumains? Mais non, les fabricants de notre bien-aimée agro-industrie voyons! L'actualité ne s'arrête jamais et nous apporte sans cesse de nouvelles informations sur la qualité de ce qui est dans nos assiettes. On nous a mis du cheval dans nos bolognaïses! Quoi? Non? Si! Et c'est toujours le même scénario, avec les mêmes cris d'orfraies, nos médias et nos politiques adorés s'étonnent, s'offusquent, vocifèrent et promettent des punitions, des textes, des contrôles, etc.

C'est à chaque fois la même chanson et apparemment, il n'y a que nous qui avons l'impression de nous répéter sans arrêt! A l'instar du dopage sur le Tour de France, tout le monde est au courant et tout le monde fait le surpris. Même pour les écrans de fumée, personne n'est prêt. On pare au plus pressé, alors c'est la faute à qui? Les Roumains! A les revoilà eux! Pendant quelques jours, tout fut de leur faute. Puis « pfluuit » comme l'a dit l'un de nos anciens présidents! Ils avaient des bons de commande prouvant que eux, ils avaient fait leur travail honnêtement. Non? Si! Mais alors? Alors c'est la faute à Spanghero!

Seulement voilà, Spanghero ne vend ni en Angleterre, ni en Allemagne, ni en Italie. Par conséquent, s'ils sont coupables, ce ne peut être que pour la France. Vous rendez-vous compte, même les Italiens ont mangé des bolognaïses pourries! Franchement tout se perd. Tenez-vous bien, jusqu'aux boulettes de viande de chez Ikea qui en contenaient. Cherchez l'erreur. Etaient-ce des boulettes « en kit » pour être vendues chez un fabricant de meubles?

Fin de sketch! La chose est bien entendu grave. Ce nouvel épisode signe avec une réalité terrible, la gangrène du système économique dans lequel nous sommes aujourd'hui. Il démontre l'illusion du progrès selon les critères quantitatifs et mondialistes. Il démontre la collusion des instances professionnelles et politiques et les conséquences de la dilution des responsabilités. Il démontre enfin la désagrégation même de la pensée politique à un point inimaginable. Un responsable politique allemand n'est-il pas allé jusqu'à déclarer que l'on n'a qu'à donner la viande de cheval à manger aux pauvres. Et comme si cela ne suffisait pas, un français vient de faire de même. Les pauvres, le phénylbutazone, ils s'en foutent! Et en pleine crise sanitaire, l'Europe vient, en catimini, de voter l'autorisation, dans un premier temps, des farines ani-

Roumains...

males pour l'alimentation des poissons! Et dans un deuxième temps, la même autorisation pour les volailles et les porcs! Si! Mais attention, avec éthique nous assure t-on. En effet, les poulets ne seront pas nourris avec des farines contenant du poulet, et les porcs avec des farines contenant du porc! Ah bin non eh, sinon ce serait du cannibalisme voyons! Ce sera très strictement surveillé nous dit-on. Par qui? Les chantres de la pseudo traçabilité qui ne sont même pas capables de savoir ce qu'il y a dans nos bolognaïses? De qui se moque t-on? Il s'agit soit d'incompétence, soit de collusion. Dans les deux cas, c'est scandaleux et dans les deux cas on ne peut pas leur faire confiance.

Mais rassurons-nous, très vite tout le monde va pouvoir de nouveau ronronner tranquillement et se laisser reprendre par la douce torpeur anesthésiante des quotidiens. Dormez tranquilles, bonne gens! On va tout vous promettre, mais consommez! Consommez et surtout battez-vous bien pour payer moins cher, tout en fermant les yeux sur les provenances. Ils sont à quoi vos bolognaïses? Ah cher Monsieur, que de la viande 100% française! Oui mais à quoi? Euh, bin...

Que dire si ce n'est se répéter une nouvelle fois? A chacun de devenir responsable de ses actes d'achats et arrêtons avec les fausses bonnes raisons. Il n'y a pas d'excuses, seulement des prétextes à « pousser des chariots », certes pleins, mais de quoi... Où tout cela s'arrêtera t-il? Peut-être devrait-on repasser à la télé, voire montrer dans les écoles ce film qui s'appelle « Soleil vert ». L'imaginer prémonitoire me donne des frissons. Mais franchement, qui peut dire où est, ou où sera la limite? Je n'ai aucun doute sur le fait qu'il y a déjà du chien, du chat, du rat, de l'âne, voire pire, dans ce que l'on nous propose. N'a-t-on pas trouvé des traces de matière fécale (bref de la merde) dans des tartelettes Ikéa!

Alors, que reste t-il à venir et que nous reste t-il comme issue? Pas grand-chose! Nous ne pouvons que limiter les risques en évitant les plats préparés, en limitant la viande, même si beaucoup de légumes sont eux aussi « industriels » et ne savent plus ce que le mot « sol » veut dire. Et puis le « bio » ou le local « identifié et de confiance », s'ils ne sont pas parfaits, sont a minima un bon garde-fou au délire alimentaire que nous traversons et à celui qui nous attend.

Bon appétit.

Michel Odoul.

Si on ajourne ce qu'on a à faire, on risque de ne jamais pouvoir le faire.

Charles Baudelaire.

DOSSIER

La Réflexologie orthopédique...

Un dossier réalisé par Elske Miles.



Voilà un nom bien barbare pour le dossier de ce trimestre. Le numéro de la Lettre de décembre nous avait proposé une présentation de la Réflexologie ou plutôt des Réflexologies. Elske y développait un éclairage d'ensemble, que ce soit sur les différentes techniques ou sur leurs effets. Elle présentait également le contenu de leur enseignement à l'Institut et mettait en avant, à la fois l'originalité unique de notre enseignement (nous sommes les seuls à enseigner les trois réflexologies plantaires) et à la fois le niveau d'exigence et le caractère « complet » de celui-ci (techniques et postures, anatomie, physiopathologies, anatomie de haut niveau).

Alors pourquoi revenir dans la présente lettre sur le sujet de la réflexologie. Infatigable curieuse, Elske continue, comme tout formateur qui se respecte, à chercher et à apprendre. Dans ce cadre, elle revient d'un congrès organisé à Londres et exclusivement ouvert à des praticiens professionnels confirmés. Vous pouvez imaginer son impatience et en même temps son questionnement. Car la confrontation à d'autres praticiens confirmés et issus d'horizons internationaux, peut provoquer des surprises, vis-à-vis du niveau technique qui est le nôtre.

Alors lisez plutôt le dossier qui suit. Les élèves de l'Institut seront rassurés sur la valeur de ce qui leur est enseigné et ce constat pourra « parler » également aux élèves des cursus de Shiatsu ou des Huiles Essentielles. Car c'est le même niveau d'exigence qui a présidé à leur construction, à leur élaboration. Par conséquent, tout praticien professionnel diplômé de l'Institut, peut être confiant et tranquille sur sa pratique et sa valeur : elles sont du meilleur niveau international ! Je ne suis pas peu fier de vous le dire, non pas pour moi mais pour vous. Je suis fier de pouvoir vous l'écrire parce que je sais ainsi que chacun de vous sera le meilleur ambassadeur de l'Institut. Même les enseignants étrangers le perçoivent.

Michel Odoul.



Le weekend du 9 et 10 février 2013, j'ai eu l'occasion d'assister à une rencontre professionnelle d'une belle envergure, organisée à l'instigation de Mme Hagar Basis, dans le cadre de l'International Institute of Reflexology, école réputée au Royaume Uni et la plus importante de Londres (www.reflexology-uk.net).

présentation que le président de l'Association Helléniste de Réflexologie (la HAR), M. Spiros Dimitrakoulas, a faite de sa technique de réflexologie plantaire qu'il désigne par le terme de « réflexologie orthopédique ».

ticalité, de rectitude, qui semble être quelque chose qui s'apprend (enfant ou éducation).

Ορθοπαιδική Ρεφλεξολογία

Le terme « orthopédique » a été inventé au XVIIIème siècle par un chirurgien, Nicolas Andry de Boisregard. Il voulait redonner, en particulier aux enfants, une posture droite qu'ils n'avaient pas du fait de jambes tordues ou de pieds malformés. Orthopédie vient du grec, « orthos » qui signifie « droit » et soit « paideia » qui signifie « éducation » (selon Le Larousse) ou soit « paidos » qui signifie « enfant ». Dans les deux cas on peut considérer qu'il est donc question ici de ver-



Logo de l'Ecole de
Mr. Spiros Dimitrakoulas.



Un petit groupe de réflexologues expérimentés, ont participé à la

La Réflexologie orthopédique,

suite ...

Ce weekend londonien passionnant me permet aujourd'hui de réaffirmer la cohérence et l'importance de l'enseignement que nous proposons aux élèves à l'Institut. La conclusion à laquelle je suis arrivée tient en trois points que je vais explorer dans cet article :

- 1/ L'intérêt du travail mécanique, « orthopédique » sur les structures du pied.
- 2/ La portée d'une connaissance théorique et technique de différentes techniques de réflexologie.
- 3/ L'importance de la formation continue.

1/ L'intérêt du travail mécanique, orthopédique pour la réflexologie plantaire.

Les bases théoriques des réflexothérapies occidentales amènent toujours à travailler à distance de l'organe atteint. Pour une douleur au pied gauche par exemple, nous choisirons de travailler soit sur le pied opposé (donc le pied droit), soit sur la main gauche ou encore nous choisirons de stimuler la zone réflexe du pied gauche située sur l'oreille ou sur le front. Suivant ce

En fait, beaucoup de réflexologues issus de l'apprentissage classique de la réflexologie plantaire occidentale de type Ingham ont une connaissance purement théorique des structures mécaniques du pied. La vision du « reflet » amène souvent à rester dans une vision qui éloigne le praticien du travail mécanique du pied.

principe fondateur, la stimulation réflexologique se fait le plus loin possible du symptôme.

Tous les réflexologues sont d'accord pour dire que les tissus plantaires portent les zones réflexes de l'ensemble de l'organisme. Les pieds sont donc le reflet du corps dans ses moindres détails et le praticien stimule ces zones réflexes plantaires pour avoir un effet dans le corps, ailleurs que sur le pied. Le réflexologue n'étant pas podologue, il ne s'occupe pas véritablement du pied, il s'en sert comme « porte d'entrée » pour accéder à l'organisme dans son ensemble.

C'est aussi pour cela que, en Occident tout au moins, les réflexologues disent ne pas faire de « massage » des pieds.

En Asie, par contre, le « foot massage » (anglais pour le massage des pieds) est pratiqué avec beaucoup de succès : et par des praticiens non-médecins en tant que technique hygiéniste de santé, et par des médecins, en tant que technique intégrée à la pratique d'autres approches médicales dans certains hôpitaux. La technique de stimulation des pieds et des mains telle que pratiquée en Chine entraîne une manipulation en densité des structures musculaires, tendineuses, voire osseuses des extrémités du corps qui est très différente de la stimulation minutieuse des zones réflexes portées dans les tissus plantaires lors d'un soin de réflexologie plantaire « occidentale ». Les élèves du cursus de réflexologie savent que ce sont les techniques chinoises qui permettent d'améliorer bon nombre de douleurs dans les membres inférieurs...

Il semblerait que la connaissance de techniques plus denses de manipulation articulaire et tissu-

laire soient indispensables pour avoir un effet local. Or, il arrive parfois que le praticien réflexologue se trouve dans la situation où une personne vient le consulter pour des douleurs aux pieds ou aux jambes pour lesquelles aucune lésion n'a été révélée par des radiographies, etc. A mes débuts, dans ma pratique personnelle en tant que réflexologue j'ai dû chercher des techniques permettant de répondre à ce type de demande. C'est aussi pour cette raison que j'ai proposé à David Sayag d'enseigner aux réflexologues de l'Institut une connaissance structurelle très concrète du pied.

Lors de mon récent séjour à Londres, j'ai pu mesurer l'apport indispensable de ces journées d'apprentissage pratique de l'anatomie pour les réflexologies. Parmi les réflexologues –pourtant très expérimentés que j'ai rencontrés, il y avaient très peu de praticiens qui savaient mobiliser les articulations des pieds, voire même les identifier sous les tissus plantaires. En fait, beaucoup de réflexologues issus de l'apprentissage classique de la réflexologie plantaire occidentale de type Ingham ont une connaissance purement théorique des structures mécaniques du pied. La vision du « reflet » amène souvent à rester dans une vision qui éloigne le praticien du travail mécanique du pied.

Et c'est justement pour cette



M. Dimitrakoulos dessine l'ossature sur le pied d'une participante.

L'homme ne souffre pas autant à cause des événements qui lui arrivent que de la façon dont il les supporte.

Michel de Montaigne.

La Réflexologie orthopédique,

suite ...

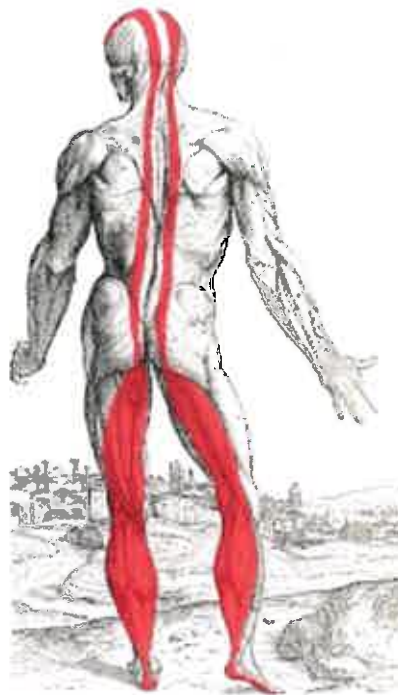


raison que la directrice du très réputé Institut International de Réflexologie (IIR) basé en Grande Bretagne, Mme Hagar Basis, a invité M. Dimitrakoulas à venir exposer sa pratique de réflexologie « orthopédique » aux réflexologues professionnels. Il s'agit en effet d'une manipulation en densité des différentes couches musculaires et des différents niveaux des fascias plantaires afin de préparer les tissus plantaires à recevoir un soin de réflexologie plantaire.

Pour enseigner le type de manipulation qui convient, M. Dimitrakoulas applique la connaissance en matière de « friction » ou autrement dit, de « massage », transmise par le plus grand physicien grec de tous les temps : Hippocrate. La réflexologie orthopédique, née à Athènes est donc très proche de ses origines. C'était l'occasion de revenir aux sources de la vision occidentale de la santé avec une étude des textes fondateurs hippocratiques à l'appui, et surtout des passages qui traitent spécifiquement du massage. J'évoquerai plus loin certaines concordances intéressantes dans les principes de la manipulation technique enseignés par ces très anciennes traditions, l'une helléniste et l'autre chinoise, pour restaurer l'équilibre des « humeurs » dans le corps et l'esprit..

Spiros Dimitrakoulas applique les principes hippocratiques du massage à son travail sur les pieds et les jambes ! Comme le font les praticiens qui utilisent la technique chinoise. L'approche orthopédique telle que nous l'avions abordée lors de ces deux journées d'échange semble être très mécanique. Cependant, vous savez bien que le « simple » fait de faire lâcher mécaniquement une tension dans le pied a une portée bien au-delà de la dimension physique.

J'ai pris conscience de la richesse de tout ce qui est enseigné ici, à l'Institut français des Réflexo-



Les chaînes musculaires.

logies, et de la cohérence avec laquelle le cursus permet aux élèves d'élargir progressivement leur compréhension de leur travail sur les pieds. Dans ce cadre d'excellence, il sera proposé, dans un avenir proche, aux praticiens professionnels un module post-graduate de podopsychologie appliquée.

2/ La portée d'une connaissance théorique et technique de différentes approches de réflexologie.

Dans les pays anglophones « du nouveau monde » - Australie, Afrique du Sud et Amérique du Nord - comme dans les pays nordiques - Danemark, Norvège et Scandinavie - , la formation professionnelle à la réflexologie comprend quasi-systématiquement l'apprentissage de l'acupressure. Cette complémentarité des techniques occidentales et orientales dans une pratique de haut niveau se voit notamment dans l'édition américaine « pour les Nuls », *Reflexology and Acupressure for Dummies*, que Michel a su adapter au public français : *Réflexologie et Shiatsu pour les Nuls*.

Cependant, lors de mon sé-

jour à Londres, j'ai été étonnée de constater qu'aujourd'hui encore perdue une certaine scission entre la réflexologie de type Ingham telle qu'elle est enseignée dans des écoles de renommée en Grande Bretagne et l'approche orientale. En ce qui concerne l'enseignement de la réflexologie en France - ailleurs qu'à l'Institut -, on constate bien souvent cette même tendance à séparer les deux traditions. Et même quand la vision orientale est appliquée à la pratique de la réflexologie, le praticien n'apprend pas ni à localiser, ni à stimuler les points d'acupuncture dans le soin plantaire.

J'ai constaté, à Londres, la difficulté chez les praticiens n'ayant aucune notion de l'énergétique chinoise, à saisir la valeur énergétique et la portée subtile du travail mécanique sur les chaînes musculaires. Ce constat me conforte dans la justesse de l'apport théorique et pratique très dense, complémentaire et compréhensif qui est enseigné à l'Institut.

J'ai été étonnée de constater qu'aujourd'hui encore perdue une certaine scission entre la réflexologie de type Ingham telle qu'elle est enseignée dans des écoles de renommée en Grande Bretagne et l'approche orientale. Ce qui est également parfois le cas dans l'enseignement en France.

Notre objectif est de permettre à nos élèves de développer la véritable dimension de leur travail en tant que praticiens professionnels de haut niveau. Pour ce faire,

On ne pense jamais combien on est riche, si longtemps qu'on est en bonne santé.

Ricarda Huch.



La Réflexologie orthopédique,

suite et fin.

on a besoin d'avoir assimilé plusieurs perspectives et de savoir s'en distancier en prenant du recul. La vue d'ensemble est fondamentale pour permettre de « faire un zoom » sur tel ou tel aspect plus précis afin de répondre au besoin de la personne que vous avez entre les mains de manière adéquate, perspicace et adaptée. C'est là où la véritable « maîtrise » technique intervient, c'est-à-dire, le moment où le praticien devient libre de toute application protocolaire de « recette » pour une condition donnée...

C'est ce à quoi l'enseignement unique de la « podo-réflexologie appliquée » dans le troisième cycle - enseignement permettant de faire la synthèse des différentes dimensions de l'être (psychique, énergétique et physique) prépare les praticiens : à la véritable autonomie, donc à la responsabilité.

3/ L'importance de la formation continue.

A mon sens, il est indispensable de continuellement élargir son champ de référence. C'est une façon *sine qua non* de rester dans une dynamique de croissance et de contre-carrer la tendance évidente et facile à se contenter de l'acquis. En regardant la participation des élèves aux cours de supervision (pour le cursus des réflexologies) et de pratique de consultation et d'étude de cas (pour le cursus du shiatsu), nous nous rendons compte que cet esprit dynamique se porte bien au sein des élèves de l'institut.

Et c'est certainement cela la leçon la plus importante que j'ai apprise lors de mon weekend à Londres : de la rencontre avec d'autres professionnels naît une dynamique très positive. J'ai effectivement rencontré des personnes de grande qualité, et Spiros Dimitrakoulas lui-même fait preuve de la modestie digne d'une personne qui se met véritablement aux pieds de ses clients. Malgré, et certainement plutôt « grâce à » sa grande expérience

en tant que réflexologue professionnel, il est toujours animé par la passion de la recherche et de la découverte. En fait, c'est quelqu'un de très simple qui connaît son rôle en tant que praticien et évite de se perdre dans l'accumulation de connaissances. Il se pose comme cadre de départ dans ces recherches théoriques et pratiques toujours la nécessité de pouvoir répondre à la question : « en quoi cette information pourrait me permettre de mieux comprendre et exercer mon travail de réflexologue ? »

Quant à moi, je suis revenue de la Grande Bretagne avec une première esquisse de ponts théoriques et techniques à établir entre la vision hippocratique et la vision orientale. Notons par exemple qu'Hippocrate décrivait quatre « veines humorales » dans lesquelles circulent des fleuves énergétiques dont ce grand physicien contrôlait l'excès ou la stase en pratiquant des saignées à des endroits stratégiques : les articulations des coudes, des genoux, des poignets ou des chevilles !

Hippocrate explique égale-



Les 4 « veines humorales » selon Hippocrate

ment l'effet de différentes techniques de friction ou de massage sur le plan quantitatif et qualitatif. Les praticiens qui utilisent la technique chinoise y reconnaîtraient les principes de stimulation de type « yang » ou de type « yin » selon l'effet escompté :

« Les frictions énergiques durcissent la fibre; légères, elles la ramollissent ; continuées longtemps, elles font

maigrir ; faites avec modération, elles engraisent. »

Ce type de concordance d'origines différentes est toujours rassurant, car cela nous apporte une vision plus large, universelle des techniques fondatrices des grandes civilisations qui s'appuient sur une sagesse humaine commune. A l'instar de ce que Michel et moi avons fait en posant les bases de la phyto-énergétique, la mise en corrélation d'Hippocrate et de l'Empereur Jaune ne peut que les mettre en valeur tous deux.

Les praticiens dans le cursus professionnel de réflexologie connaissent bien la valeur technique de la « mise en résonance » sur le plan énergétique. Dans le cadre de la podo-réflexologie appliquée, la dimension vibratoire devient exponentielle dès lors que le praticien met en lien deux zones, réflexes différentes d'un même organe, par exemple différentes zones réflexes de la thyroïde sur des cartographies différentes sur les pieds. Ce n'est pas une comparaison, mais un dialogue dynamique permettant d'élever la qualité vibratoire des deux et ceci, grâce à leur rencontre !

Pour terminer cet article, revenons à l'origine étymologique du mot grec, « orthopédique » : *orthos* veut dire *debout* et *pédis* signifie le *pied*. Fort de ce retour aux sources, rappelons que le rôle du praticien en réflexologie plantaire est d'aider ses clients à se mettre debout.

Or, le fait de se tenir debout sur ses pieds avec facilité et équilibre permet de s'élever dans tous les sens du terme. En cela, le travail que nous exerçons aux pieds des autres est d'une valeur inestimable. Ne l'oublions pas !

Elske Miles.

La phyto-énergétique pour accueillir le printemps en nous et autour de nous.

Pour l'aromathèque de ce numéro de *La Lettre*, je souhaite mettre à l'honneur le mélange *phyto-énergétique* du principe du « Bois » que Michel et moi avons élaboré dans le cadre de cette discipline novatrice dans le domaine des médecines complémentaires, la *phyto-énergétique*. Quel merveilleux moyen d'accompagner harmonieusement dans nos vies l'apparition si ardemment attendue de la dynamique du printemps !

Bien souvent les personnes qui connaissent l'aromathérapie, utilisent les huiles essentielles quand elles en ont besoin, c'est-à-dire au moment de l'apparition de petits symptômes inconfortables : le nez qui coule, les courbatures, les troubles du sommeil, etc... Ce qui est formidable avec la phyto-énergétique, c'est la possibilité d'agir *en amont* de toute apparition d'inconfort, et notamment, avant l'apparition de déséquilibres énergétiques dus aux changements de saisons. Prenons l'exemple de l'apparition des allergies printanières.

La phyto-énergétique propose un usage des huiles essentielles de manière véritablement préventive – ce qui va tout à fait dans le sens des pratiques que nous enseignons à l'institut. Je ne vais pas approfondir, ici, les bases théoriques qui nous ont permis d'identifier les huiles essentielles ayant les caractéristiques bio-électriques correspondant aux différentes dynamiques énergétiques élucidées par 5 000 ans d'expérience grâce à la MTC.

Voici donc simplement la synergie phyto-énergétique du principe du « Bois » telle qu'elle apparaît dans notre livre :

- ✓ 90% HV Noyaux d'abricot/ ou Amande douce
- ✓ 6% HECT *Cedrus atlantica* (cèdre de l'Atlas)
- ✓ 3% HECT *Rosmarinus off.* CT verbénone (romarin à verbénone)
- ✓ 1% HECT *Thymus vulgaris* CT thujanol (thym thujanol)

Il y a pourtant un souci: le printemps arrive bel et bien, et c'est formidable ainsi, mais la disponibilité de l'huile essentielle du type thym thujanol

- produit rare, de production mondiale annuelle limitée -, est moins sûre cette année. Donc, à moins d'avoir un pharmacien autour de chez vous ayant encore la possibilité de vous fournir ce mélange spécifique, que faire ?

Je vous propose donc deux huiles essentielles qui pourraient remplacer l'HECT Thym à thujanol dans ce mélange tout en conservant l'équilibre vibratoire de la synergie. Vous pourriez en choisir une en fonction de vos besoins, en respectant le pourcentage conseillé dans la recette citée ci-dessus.

Sur le plan vibratoire, suivant les principes fondateurs de la phyto-énergétique, les trois HE (Thym thujanol, Thym linalol et Marjolaine à thujanol) se valent. Notre choix de remplacer l'huile essentielle de Thym à thujanol par l'une ou l'autre sera déterminé par leurs différences informationnelles sur le plan olfactif.

Pour ce qui est de la particularité olfactive et informationnelle de HE Thym à linalol, retenons la présence importante de l'alcool monoterpénique qui lui donne toute sa finesse : le linalol. Cette molécule précieuse oriente l'action de cette huile essentielle de manière préférentielle vers la dimension psychique associée au principe du feu. Dans la synergie du « bois » cette présence « feu » aura tendance à souligner la dimension psychique associée à l'énergie du bois en MTC, c'est-à-dire, celle de la Conscience du moi.

Pour rappel, je vous renvoie à la relecture du précédent « aromathèque », où il est question des liens d'analogie existant entre toute la famille botanique des thymus (thymus) et la problématique identitaire-immunitaire. Cette proximité riche de sens entre le monde végétal et le monde humain, illustre clairement l'appartenance des thymus à la dynamique portée en MTC par le principe du bois, notamment le système immunitaire. La place de l'huile essentielle du thym à thujanol comme celle de thym à linalol y est évidente. Mais, les deux alcools monoterpéniques, le *thu-*

janol et le *linalol*, n'ont pas exactement les mêmes vertus. Et c'est là où intervient le choix.



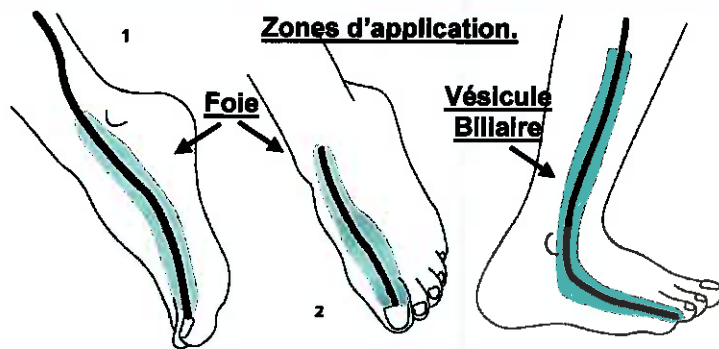
Le *linalol*, comme tout monoterpénol en quantité importante, aura un effet antiseptique à spectre large sur la plan biochimique pur. Mais ce sont les propriétés neurologiques du *linalol* qui en justifient le choix dans ce mélange. Le *linalol* agit sur les récepteurs nerveux qui sont notamment réceptives aux opioïdes, d'où un remarquable effet calmant sur le plan informationnel. L'huile essentielle de Thym à linalol est un excellent choix pour apaiser l'anxiété qui peut émerger dû aux questionnements identitaires portés par l'énergie du foie et celle de la vésicule biliaire : qui suis-je ? quelle est ma place ?

Quant au *thujanol* qui, comme le *linalol*, appartient à la famille biochimique des monoterpénols, sa particularité est d'avoir un effet régénérateur sur les cellules hépatiques. Le choix du thym thujanol dans la synergie du bois va donc de soi. C'est pour cette raison –le taux important de cette molécule aux vertus très prisées pour la sphère hépatique - que HE Marjolaine à thujanol est utilisée en remplacement du thym à thujanol dans l'aromathérapie traditionnelle. Pour l'instant nous en resterons là. La Marjolaine à thujanol (*Origanum majorana* CT thujanol), n'a évidemment pas la même « signature » que le thym thujanol, car il ne s'agit pas de la même plante. Mais la présence importante de cette molécule indéniablement « hépatique » nous permet également de remplacer le thym à thujanol dans cette synergie.

La synergie du principe du « bois » porte une fréquence vibratoire permettant d'harmoniser la quantité et la qualité de l'énergie qui circule dans les deux méridiens associés au principe du bois en MTC, c'est-à-dire, les méridiens du foie et de la vésicule biliaire. Pour rester cohérent avec ce qu'enseigne la MTC, nous commençons toujours le travail énergétique en

nos appuyant sur la dynamique de nature « yin » avant de travailler la dimension de nature « yang ». Pour ce faire, dans le cadre de la phyto-énergétique où nous avons 4 zones différentes d'application, voici comment nous allons procéder. Nous commencerons notre application sur la jambe droite (yin) avant de faire la même application sur la jambe gauche (yang). Et, parmi les deux méridiens du foie et de la vésicule biliaire, nous choisirons celui qui correspond à la dynamique yin, en premier.

Donc, concrètement, vous pouvez appliquer trois gouttes du



mélange sur le trajet du méridien du foie (cf. zone indiquée dans l'illustration) sur le pied droit, puis sur le pied gauche. Ensuite, vous appliquerez 3 gouttes du mélange sur le trajet de la vésicule biliaire (cf. zone indiquée dans l'illustration) sur le pied droit, puis gauche.

dans le corps afin d'être en phase avec ce renouvellement énergétique sans être perturbé par ce changement. Profitons pleinement cette année du vent de changement et de renouveau qui est porté par l'énergie du printemps !

Ces applications peuvent se faire trois fois par jour pendant une semaine.

Le but du travail préventif suivant les principes de la phyto-énergétique est de rééquilibrer la dynamique saisonnière

Elske Miles.

- NOUVELLES DU MONDE - - NOUVELLES D'HUMEUR -

L'actualité de notre monde est trop incroyable pour ne pas en parler. Lisez et réfléchissez plutôt.

Quelques nouvelles de notre monde en folie.



Augmentation du prix du gas-oil : Afin de lutter contre la pollution des micro-particules, le prix du litre de gas-oil va augmenter. Les propriétaires de petites voitures qui sont les plus émettrices vont être pénalisés nous dit-on. Oh mince ! Ceux qui ont été incités à en acheter plein avec les bonus écologiques ? Oui ! Mais rassurez-vous, ils auront droit à une prime à la reconversion ! Non ? Mais qui paie ? Devines ! Et qui comprend quelque chose au système ? Devines ! Et qui nous prend pour des c... ? Devines aussi !

Statines et cholestérol : Les statines de synthèses ne sont pas si mauvaises que cela. Ah bon ? Oui, c'est la Faculté qui le dit. Mais attention, les statines naturelles de la levure de riz rouge ont des effets négatifs problématiques (douleurs musculaires, etc.) ! Ah bon ? Oui, ce sont les mêmes qui le disent...



Poisson : Près de 30% des poissons vendus le sont sous un faux nom et donc de fausses étiquettes. C'est la conclusion d'une enquête menée entre 2010 et 2012 par l'ONG américaine Oceana. Manifestement ils n'y a pas que pour les délinquants que les analyses ADN sont utiles. Elles permettent de savoir si ce que l'on vous vend est bien ce que l'on prétend vous vendre. Ceci étant, les vendeurs sont bien des délinquants, non ? En tous cas, on n'a pas trouvé de cheval. Pas encore, mais attendons les farines animales qui vont de nouveau pouvoir, en toute légalité, servir à nourrir les poissons d'élevage. Quand on sait que la plus grande partie des poissons d'élevage vendue dans le monde vient d'extrême orient et notamment de Chine ! Et que l'on connaît leur grande préoccupation pour l'écologie et la traçabilité...



Poisson bis : Si vous trouvez du « veau de mer » sur l'étal d'un poissonnier, et bien ce n'est pas du veau, c'est du requin ! C'est encore plus fort que le cheval à la place du bœuf, non ?



Tigres : Alors qu'il reste environ à ce jour 3500 tigres dans le monde, la Chine en recense entre 5 et 6000 en captivité, sur son territoire. Bel investissement pour la préservation de l'espèce n'est-ce pas. Certes, mais le problème c'est que les produits issus de cet animal sont très prisés, rares et coûteux. Mais nous faisons très attention a affirmé le porte-parole du Ministère des Affaires Etrangères en réponse aux questions d'un journaliste du Monde.

Etiquettes : Le feuilleton « cheval, conserves et surgelés » passionne et enflamme. Au-delà de tout ce qui a déjà été dit et écrit, une question intéressante reste : l'étiquetage ! Pourquoi cet étiquetage est-il si difficile à mettre en place ? Pourquoi les lobbys de l'agro-industrie s'y opposent-ils tant ? Devinez !



Cette rubrique est celle de la Diététique Energétique Chinoise et des conseils dispensés par Jean Pélissier. Dans ce numéro, il nous propose un éclairage fort intéressant sur un plaisir que nous nous accordons. Alors lisez plutôt.



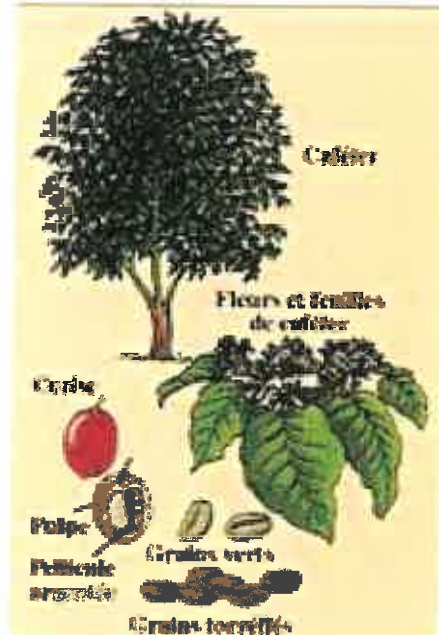
LE CAFE, 咖啡 KA FEI.

par Jean Pélissier.

Dans l'antiquité, dans la tradition chinoise, il n'y avait pas de café. Il n'y avait que du thé. Au départ le café est issu d'une graine, une sorte de haricot appelé « Dou » en médecine chinoise.

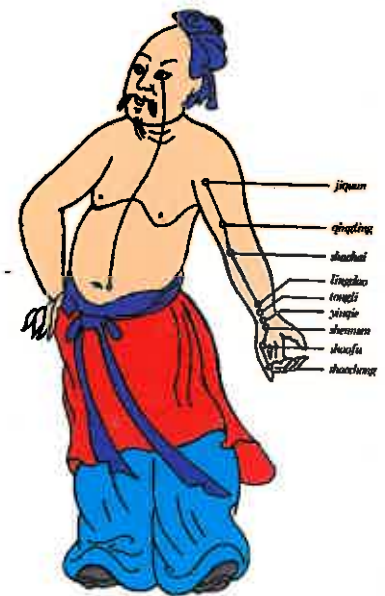
Le caféier qui pousse dans les pays tropicaux est probablement originaire d'Éthiopie. En arabe, il se dit « quahwah ».

amère pouvait purger et assécher l'humidité. Or l'alcool en MTC c'est de la chaleur humidité...).



Que dit la Médecine Traditionnelle Chinoise?

La graine de café qui vient d'être cueillie, donc non torréfiée est de nature Fraîche, Tiède, de saveur Douce et sans toxique. Quand elle est torréfiée, elle devient AMÈRE et CHAUDE. Je vous rappelle que la saveur amère a comme propriété de purger et d'assécher l'humidité en favorisant les écoulements. Cette saveur est rafraîchissante et laxative. En petite quantité, elle nourrit le Coeur. En excès elle blesse la Rate et l'Estomac et blesse les os.



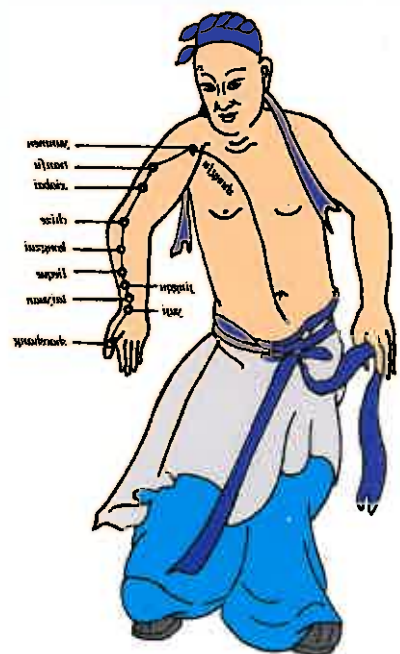
Méridien du Cœur.

Nous comprenons pourquoi cette boisson est consommée prioritairement dans les climats chauds et humides. Le café contrebalance les effets déséquilibrants du climat. Mais si l'on en consomme de trop surtout en climat tempéré, nous aurons des effets secondaires néfastes comme nous allons le voir.

Les méridiens et organes cibles sont, le Coeur, Shou Shao Yin et les Poumons, Shu Tai Yin.

Que disent les recherches actuelles?

Le café contient un alcaloïde: la caféine qui a des propriétés stimulantes. Il a une action sur la pression artérielle, sur l'augmentation de la résistance vasculaire. Il stimule le coeur et augmente la fréquence cardiaque. C'est aussi un diurétique et il neutralise les toxiques de l'alcool (je vous ai dit plus haut que la saveur



Méridien du Poumon.



Quelles sont les propriétés du café?

Le café appartient au type de produits Yang, comme l'alcool. Les effets des produits de type Yang, sont de faire monter le Shen, l'esprit. Mais après avoir produit cette stimulation, ces produits Yang vont susciter ensuite de la fatigue. Par exemple quand on prend de l'alcool ou du café on est réveillé. Mais dès que les effets s'estompent, c'est la somnolence qui arrive. On devient lourd et fatigué. Le Yang est trop agité et blesse le Yin.

Si on s'en réfère à la théorie des signatures, en tant que graine, comme les racines et les tubercules, le café est un produit « de réserve ».



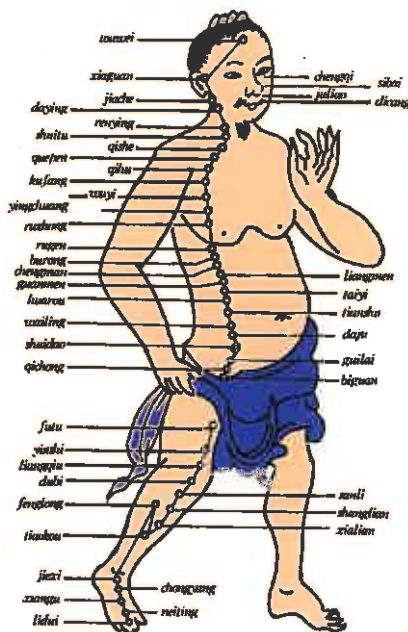
Ces produits sont tonifiants. L'énergie y est très concentrée. Rappelons-nous qu'une simple graine peut donner un baobab. A ce titre le café va avoir une action centripète sur l'énergie, une action de concentration, une action peut-être trop puissante pour l'organisme. Alors que la feuille de thé a une action très volatile, centrifuge sur l'énergie, d'ouverture. Elle fait circuler. On peut donc dire que le café excite le Shen, l'esprit, alors que le thé lui éveille le Shen.

La nature du café est la conservation, Xu Zang. Lorsque l'on prend trop de café d'un seul coup, ou que l'on n'est pas habitué à en boire,

ou encore que l'on se trouve dans un état de faiblesse des reins qui n'arrive pas à bien contrôler le feu du coeur, le café peut alors devenir extrêmement excitant.

de chocolat peut être votre dessert et vous aider à digérer votre bol alimentaire. Plusieurs cafés dans la journée, bonjour les dégâts ».

On dit également en M.T.C., que le café peut être intéressant dans les cas de bronchite chronique.



Méridien de l'Estomac.

De plus, nous devons tenir compte de la chose suivante. La saveur amère est effectivement à mettre en relation avec le Coeur mais elle a aussi la propriété de raffermir le Qi, en particulier de Qi de l'estomac. Quand l'énergie de l'estomac est trop faible pour bien digérer un repas, le fait de prendre cette saveur avant le repas, comme par exemple un apéritif amer à base d'artichaut, va permettre, selon la MTC, « d'ouvrir l'estomac ».

Cependant, si on prend trop de saveur amère, cela va se retourner contre l'organisme. Comme première conséquence, cela va diminuer la température de corps. D'un effet positif, on va avoir un effet négatif. L'organisme va s'affaiblir, les différents métabolismes se feront moins bien. On aura une diminution du Zheng Qi, de l'énergie droite. Cela va favoriser la prise de poids et les stagnations.

On peut donc dire : « Un café après le repas de midi avec un carré



Il présente le même intérêt dans les états d'hyper somnolence et, en lien avec ses effets diurétiques, il est considéré comme neutralisant les toxiques de l'alcool. Le café est évidemment contre indiqué chez les personnes qui présentent des troubles cardio-vasculaires.

Je voudrais enfin vous faire une mise en garde contre le café au lait. Il faut savoir que la caséine du lait précipite les tanins du café, les rendant beaucoup moins vite dégradables par les enzymes de l'estomac. C'est par conséquent en définitive, un mélange indigeste qui non seulement ralentit la digestion, mais aussi va générer un état d'humidité à l'intérieur de l'organisme. Je vous recommande juste de faire le test suivant : abandonnez le café au lait pendant trois mois, puis prenez en de nouveau. Votre corps ayant repris sa capacité à éliminer les « poisons », vous allez, au mieux vous sentir nauséux et au pire vomir!

Jean Péliissier.

QUAND DIETETIQUE ENERGETIQUE ET HUMOUR FONT BON MENAGE



La fête de Pâques approche, elle est, pour les chrétiens rattachée au mot de « résurrection », pour d'autres à celui de vacances, et pour la plupart, à celui de chocolat. Afin de gommer définitivement tous les à-priori négatifs qui collent au cacao, voici une démonstration irréfutable de ses bienfaits, lorsqu'il est noir et de bonne qualité.



Tout d'abord, il faut savoir qu'il contiendrait entre 300 et 800 molécules différentes (aussi bien qu'une HE ?), dont certaines possèdent des propriétés pharmacologiques. Parmi les substances les plus bénéfiques, se trouvent :

- ✓ L'amidon (protection du cancer du colon),
- ✓ l'anandamine (effet euphorisant),
- ✓ la caféine, la cellulose (mâchée longuement, elle protège la plaque dentaire),
- ✓ du cuivre (++) = effet anti-oxydant
- ✓ du fer, des flavonoïdes, du fluor, du magnésium (c'est bien connu contre le stress)
- ✓ du manganèse, de la phényléthylamine, du phosphore, des polyphénols, du potassium, du sélénium, de la sérotonine, de la théobromine (= la caféine du cacao, à l'effet plus doux que celle du café),
- ✓ de la tyramine (stimulation du système nerveux),
- ✓ de la vitamine A, B1, B2, B3, B6, C, D, E,
- ✓ du zinc.

Je vous espère déjà rassurés. Quant à la composition de la triplète G.P.L. (glucides-protides-lipides), elle ne fait que le confirmer :

- ✓ GLUCIDES : le chocolat noir contient une sorte de sucre qui passe lentement dans le sang, et dont l'indice glycémique est bas (25). Celui du pain est de 80 !
- ✓ LIPIDES : constituants du beurre de cacao, qui sont des graisses formées essentiellement d'acides gras polyinsaturés, donc bénéfiques pour le « bon » cholestérol.
- ✓ PROTIDES : il en existe 3% dans le chocolat noir (le double dans le chocolat au lait).



Pas encore convaincus ? Alors parlons maintenant énergétique. Lorsque l'on est praticien de Shiatsu à l'IFS, on connaît l'importance du subtil par rapport au dense, et des « saveurs » en MTC lorsque l'on parle alimentation. Il devient alors facile d'adapter l'équilibre des 5 éléments au chocolat. Nous connaissons déjà les saveurs « amère » et « sucrée » qui font son charme. Je vous propose l'assemblage suivant pour compléter le tableau : à partir d'un outil de base qui sera un chocolat de couverture noir (70 ou 75% de cacao), nous pourrons alors le fourrer d'une ganache aux parfums suivants :

- ✓ - chocolat au lait (plus sucré que le noir) pour la TERRE.
- ✓ - ganache au poivre ou au piment pour le METAL
- ✓ - ganache au beurre salé pour l'EAU
- ✓ - ganache au citron pour le BOIS
- ✓ - ganache au café pour le FEU.



En dégustant un de chaque, à chaque repas, nous aurons ainsi un complément alimentaire respectant parfaitement l'équilibre énergétique cher à la MTC. Pour les derniers sceptiques, vous pourrez vous déculpabiliser totalement en utilisant des produits de base « bios », facilement accessibles sur le marché.

Bon appétit, Joyeuses Pâques, et bon Desmodium à tous...

Jacques Blanc.

N.B. sources : « LES BIENFAITS DU CHOCOLAT », du Dr Franck Senninger (Dr en médecine et nutritionniste), éditions JOUVENCE.

Cela nous fait toujours plaisir de voir les élèves et praticiens de l'Institut s'investir pour se faire connaître, pour faire connaître le shiatsu, la réflexologie plantaire, les huiles essentielles. Les résultats sont à la mesure de leur dynamisme et de leur motivation. C'est une belle réussite pour tous. Ne perdons pas de vue que nos pratiques sont « libérales », c'est-à-dire qu'elles « produisent » essentiellement en fonction de notre investissement. Lisez plutôt.

Paris-Manga 15ème Edition.

Salon MANGA

Après une première au mois de septembre 2012, Stéphane Tanguy nous a réunis de nouveau (Carolyn Wooding, Sandrine Trépon, Claire Vidil) pour ce salon qui nous transporte sur une autre planète : celui de l'humeur pacifique, des free-hugs et des héros de manga et de dessins-animés en tout genre.

D'un commun accord, nous avons changé la formule : 10 euros les 20 minutes de Amma ou de réflexologie. En septembre, les 5 euros pour 15mn avaient fait fureur : la queue était longue et le travail à la chaîne !

Cette fois, le démarrage est difficile ; les clients se font désirer. Est-ce la bonne formule ? Vers 11h30, devant le stand désertique, Stéphane sort les affiches de septembre et prépare les scotch. Avant même l'affichage, un, puis deux, puis trois, puis quatre personnes arrivent, de quoi occuper les quatre praticiens inactifs.

La journée a continué à ce rythme : pas de longue file d'attente, juste des clients au compte-goutte - qui observent puis se décident-, du temps pour discuter avec chacun et faire partager notre pratique...

Samedi soir, nous décidons de reconduire l'expérience car cela nous permet une plus grande concentration et donc un travail de qualité. Le visage des personnes se relevant de la chaise ou du futon a été notre meilleure pub ! Calme, tranquillité et concentration sur le stand shiatsu et réflexologie. Une dame nous a même dit que le simple fait de regarder nos gestes était reposant.

Autre constatation qui nous a étonnés : le stand, plutôt prisé par des mères de famille épuisées par le salon, a vu venir ce week-end de nombreux jeunes adultes (20-25 ans) et notamment des hommes. Les salons se suivent mais ne se ressemblent pas. Tant mieux !

Merci Stéphane pour cette belle expérience.

Claire Vidil.



Conférence Solidaire.

Corinne Maurig a eu les honneurs de la presse locale (Le Républicain du 27 décembre 2012). Une nouvelle fois direz-vous. C'est le dynamisme qui paie, comme pour Stéphane ou d'autres. Corinne a fait une conférence sur les Huiles Essentielles et en même temps fait une action « sociale » et économique. En effet, comme elle en a l'habitude, elle a reversé l'intégralité des recettes de cette conférence, qui a réuni plus de 100 personnes, aux Restos du Cœur.

Voilà une démarche qui fait plaisir à voir et qui est cohérente par rapport à nos démarches. Ce qui soigne, c'est aussi la solidarité car la solitude, la précarité et l'isolement peuvent rendre malade. La cohérence est là pour tous, le public comme les conférenciers.

Michel Odoul.



- EMISSIONS A SIGNALER - - ARTICLES A SIGNALER -

Vous pouvez voir et revoir la plupart de ces émissions sur le site de l'Institut

Le jeudi 3 janvier et le mercredi 6 février 2013, Michel a de nouveau été invité à **RMC**, par Brigitte Lahaie pour son émission « Lahaie, l'amour et vous ». Manifestement les auditeurs semblent apprécier l'éclairage particulier qu'il apporte aux tensions et difficultés qu'ils peuvent rencontrer dans leur sexualité. Donner du sens est aussi important dans ce champ de la vie si souvent occulté dans nos cultures judéo-chrétiennes.



Femme Actuelle : Le dernier numéro du 24 décembre 2012 de cette revue connue de tous a fait les honneurs à la Phyto-énergétique. Sous le titre « La phyto-énergétique, c'est quoi au juste », l'article fait suite à une interview de Michel et présente tous les avantages de cette approche des huiles essentielles. Les recherches de Elske et de Michel sont ainsi mises en valeur et les coordonnées de l'Institut et du site (pour la recherche de praticiens) sont proposées aux lecteurs. Quand on sait que cette revue fait partie des plus lues en France!



TV Magazine : Ici aussi nous sommes dans du lourd. TV Magazine est un supplément joint aux numéros de week-end de nombreux journaux quotidiens comme le Figaro, Ouest France, Centre France, etc. Bref un tirage énorme. Dans son numéro du 8 février 2013, dans la rubrique « santé », sont présentées, saison oblige, les angines, les laryngites, etc. Et dans cet article, la journaliste, Sophie Lacoste pose les « bonnes questions » au sujet de ces pathologies et notamment celles du sens que l'on peut leur associer. Se référant à « Dis Moi où tu as mal », elle propose au lecteur de réfléchir à ce qui peut faire que l'on soit souvent sujet à ces manifestations. L'Institut ainsi que Michel sont également cités en référence.



Santé Médecine Douce : Cette revue trimestrielle, dans son numéro daté de février, mars et avril 2013 propose à ses lecteurs un dossier intitulé « se soigner par le shiatsu ». Au-delà du contenu présentant ce qu'est le shiatsu, son histoire, ses indications et ses contre-indications, etc, l'article insiste sur l'importance de faire appel à un praticien diplômé et référencé. Pour cela, 3 références sont citées: la FFST, la FNS et l'Institut Français de Shiatsu. De plus, un chapitre est consacré aux formations et à leur contenu, pour ces trois organismes. Une référence de plus pour les élèves de l'Institut.



Pèlerin : Cette revue est en pleine révolution éditoriale et cherche à conquérir un public plus large. De ce fait elle ouvre son contenu à de nouveaux sujets de société et de culture. Dans ce cadre et dans son numéro du 31 janvier 2013, Pèlerin consacre un article de 6 pages à nos cheveux et nos façons de les coiffer. Pour cela, Pèlerin a interviewé Rémi Portrait et Michel, sur les thèmes « énergie » et « sens » qui peuvent être associés aux cheveux. Au-delà du contenu, passionnant, le journal propose une maquette originale: l'interview n'est pas accompagnée de photos mais de dessins, réalisés en live par une portraitiste. Bluffant!

PÉLERIN

Le guide des formations aux métiers de la Santé Naturelle : Cette année 2013, L'Institut fait de nouveau partie des instituts de formation professionnelle, référencés par « Le Guide des formations aux métiers de la Santé Naturelle ». Une belle reconnaissance pour chacun d'entre vous et un document à mettre à disposition dans votre salle d'attente, ainsi d'ailleurs que les nombreux articles et revues dont nous vous parlons dans chaque lettre.





La vérité sur le cholestérol.

Par le Pr Philippe Even.

Ed. Le Cherche Midi.

Prix : 17,50 €.

Voilà un titre qui rappelle peut-être quelque chose à certains d'entre vous. C'est exact car le sujet a déjà été traité par d'autres auteurs, médecins ou non. Mais là c'est le Pr Even! Alors tous les « suiveurs » en parlent. Et c'est cela l'évènement car les mêmes qui avaient hurlé au loup et vitupéré contre Marc Menant et consorts lorsque ces mécréants avaient osé médire sur le microcosme médico-pharmaceutique, aujourd'hui s'étonnent, haussent les sourcils. Bref, merci au Pr Even de son honnêteté intellectuelle et de sa recherche de vérité.

Ce livre est accablant. Oui nous dit le Pr Even « *le cholestérol est une molécule indispensable à la vie, il n'y a pas de mauvais cholestérol, le cholestérol n'est pas la cause des infarctus du myocarde ou des AVC, les régimes restreignant le cholestérol ne changent rien à leur fréquence, les statines sont dangereuses, etc.* »! Mais que nous faut-il de plus? Savoir que plus de 5 millions de français sont traités pour une fausse maladie qui coute 2 milliards d'euros chaque année à la Sécu et rapporte autant à l'industrie pharmaceutique?

Ce livre est à lire et à offrir à tous ceux qui sont concernés par cette prétendue maladie. Il s'offriront peut-être alors une cure de levure de riz rouge.

Michel Odoul.



La fabrique de malades.

Par le Dr Sauveur Boukris.

Ed Le Cherche Midl.

Prix: 17,00 €.

Dans la droite ligne de l'ouvrage du Pr Even, voici un titre qui explose. L'auteur, médecin enseignant à Paris VII, pose un constat iconoclaste et qui balaie un certain nombre d'idées reçues. « *Tout bien portant est quelqu'un qui n'a pas eu de dépistage* » écrit-il ! Difficile d'être plus clair non? Le Dr Sauveur Boukris (quel prénom!) démonte parfaitement les mécanismes de la « médecine marketing » comme il la nomme. Il montre comment on manipule, médecins, malades et sujets bien portants, en jouant sur les peurs de chacun. Et ça marche!

Un livre à lire vite pour déciller nos yeux et redevenir un peu plus responsables de ce bien qui nous appartient (?): la santé.

Michel Odoul.



Le silence de l'aiguille.

Michel Vinogradoff.

Editions Springer.

Prix: 45,00 €.

Il est extrêmement rare, de nos jours, de trouver dans la littérature consacrée à la médecine chinoise autre chose que des ouvrages symptomatiques. Fort heureusement, il y a encore quelques irréductibles auteurs qui nous livrent de temps en temps de petites merveilles. C'est le cas de Michel Vinogradoff, qui, à travers Le silence de l'aiguille, s'aventure loin des sentiers battus de l'acupuncture. Pour cela, il s'appuie sur le Yi Jing et ses hexagrammes et nous démontre comment la relation praticien-patient s'articule suivant un axe Ciel-Terre et comment l'attitude du praticien, sa posture, son intention vont induire chez le patient, qui sera « prêt » à recevoir l'aiguille (ou la pression), un certain nombre de changements et de transformations qui lui permettront de restaurer son état de santé.

Tout cela est décrit, commenté et analysé avec intelligence, nous permettant de saisir, si cela n'a pas déjà été fait, à quel point le travail en énergétique est quelque chose qui fonctionne à 2 et que la qualité du travail va dépendre et de l'attitude du praticien et de l'attitude du patient.

Ce livre, qui parle principalement de l'acte de l'acupuncteur et du changement induit par la puncture, va par extension nous parler de nous, praticiens Shiatsu et réflexologues, dans la mesure où ce qui est décrit correspond à ce qui vous est enseigné à l'Institut depuis les premiers niveaux : silence, posture juste, centrage et ancrage, intention juste, respect du partenaire. Il y a juste à remplacer le mot puncture par le mot toucher.

Ce livre, accessible à tous, devrait néanmoins réjouir ceux qui ont fait le stage points antiques. Bonne lecture Ludovic Charton.



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

NB 2: pour l'ensemble des examens, il faut être à jour d'adhésion au moment de l'inscription.

Examen de Praticien en Shiatsu de confort.

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

Le prochain examen aura lieu le jeudi 6 juin 2013 et s'adresse aux personnes ayant terminé la MTC au plus tard en septembre 2012. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2012 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 19 avril 2013

Une convocation vous sera adressée à partir du 6 mai 2013

Examen de Praticien de Confort en Réflexologie Plantaire.

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

L'examen est d'une durée de 2h.

La prochaine session aura lieu le jeudi 27 juin 2013 et s'adresse aux personnes ayant terminé le 1^{er} cycle de réflexologie plantaire douce au plus tard en juin 2012. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2012, 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 19 avril 2013

Une convocation vous sera adressée à partir du 6 mai 2013

Examen de praticien en aromathérapie, phyto énergétique et olfactothérapie

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

La prochaine session aura lieu le jeudi 27 juin 2013 et s'adresse aux personnes ayant terminé le cursus d'aromathérapie au plus tard en octobre 2012 et ayant suivi préalablement le module de physiopathologies en septembre 2012. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de juin 2012 peuvent se présenter à cette session.

Attention, même si l'échec concerne une partie de l'examen, l'intégralité de l'examen doit être repassée.

Merci de vous inscrire par courrier ou par mail au plus tard pour le 19 avril 2013

Une convocation vous sera adressée à partir du 6 mai 2013

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

Dates également disponibles sur la page « stagiaire » de notre site (pensez à vérifier le jour).

Soirées de pratique de Réflexologie Plantaire.

Elles ont lieu de 19 h à 21 h.

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

Les prochaines soirées auront lieu :

En mars: les 25, 28

En avril: les 3, 12 et 16

(dernière soirée avant les vacances de Printemps)

En mai : les 13, 25, 30.

En juin : les 7, 24, 29 (dernière soirée avant l'été).

Merci de venir avec un drap de bain.

Soirées de pratique de Shiatsu.

Elles ont lieu de 19h à 21h.

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

Les prochaines soirées ont lieu:

En mars: les 22, 26

En avril: les 2, 9 et 15

(dernière soirée avant les vacances de Printemps)

En mai : les 14, 24, 29.

En juin : les 4, 10, 28.

(dernière soirée avant les vacances d'été).

Infos soirées

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

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

RAPPEL!

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

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

L'Équipe de l'IFS

Responsables:

Michel
Nelly

Animateurs de stage

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

Assistant(e)s « Capés »

Alain, Carolyn, Catherine,
Laure, Valérie.

Assistants de stages

Caroline, Céline, Christine,
Claire, Corinne, Elisabeth,
Emmanuel, Emmanuelle,
Evelyne, Jocelyne, Juliette,
Laurent, Marianna, Michèle,
Nathalie, Nil, Sandrine,
Stéphane, Yves et les autres.



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



Module	1° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module 1 Initiation		20, 21, 22 septembre 2013	395 €
Module 2 Tech. Avancées		3, 4, 5 juin 2013	395 €
Module de Shiatsu Assis		17, 18 juin 2013	295 €
Module de M.T.C.		14, 15, 16 juin + 6, 7, 8 septembre 2013	825 €

Module	2° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module de Psycho-énergétique		7, 8/10 + 18, 19/11 2013 + 22, 23/01 2014	1025 €
Module de Shiatsu Fondamental		20, 21, 22 novembre 2013	525 €
Module d'Anatomie pour le Shiatsu		13, 14, 15 mai 2014	485 €
Module de Do In		20, 21 janvier 2014	295 €
Module de Physio Pathologies		13, 14, 15 septembre 2013	485 €
Module de Diététique Énergétique		27, 28 mai 2013	295 €

Module	3° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Psychologie Corporelle Appliquée		4, 5/04 + 19,20/06 + 10, 11/09 2013	1025 €
Shiatsu des Techniques Internes		9, 10 janv + 13, 14 février 2014	625 €
Anatomie Fondamentale		23, 24, 25 mai 2014	525 €
Psychologie du Praticien		1, 2, 3 oct + 5, 6, 7 nov 2013	1200 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Pratique de Consultation		16, 17 octobre 2013	325 €
Etude de cas		14 octobre 2013	145 €
Perfectionnement Sh. Fondamental		15 octobre 2013	125 €
Perfectionnements 1 / 2		9, 10 avril 2013	125 € / 125 €
Perfectionnement Amma		8 avril 2013	125 €
Perfectionnement M.T.C.		11 avril 2013	145 €

Module	1° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module 1 Initiation		25, 26 mars 2013	295 €
Module 2 Pratique Avancée		25, 26 mai 2013	325 €
Module 3 de Théorie Générale		21, 22, 23 juin 2013	405 €

Module	2° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de M.T.C.		14, 15, 16 juin + 6, 7, 8 septembre 2013	825 €
Anatomie pour les RéflexologieS		27, 28 mars 2013	325 €
Module de Techniques et Postures.		29 mars 2013	145 €
Réflexologie Plantaire Chinoise.		16, 17, 18 mai + 27, 28, 29 juin 2014	1025 €
Module de Physio Pathologies		13, 14, 15 septembre 2013	485 €

Module	3° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de Podo-Réflexologie Appliquée		3, 4, 5 déc 2013 + 14, 15, 16 janv 2014	1025 €
Module de Réflexologie Faciale		2° semestre 2014	645 €
Anatomie Haut Niveau pour les R P		14 avril 2013	145 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Supervision		25 novembre 2013	145 €
Perfectionnement RP Douce		11 décembre 2013	125 €
Perfectionnement Podo réflexologie		27 novembre 2013	125 €
Perfectionnement RP Faciale		26 novembre 2013	145 €
Perfectionnement RP Chinoise		12 avril 2013	125 €
Perfectionnement M.T.C.		11 avril 2013	145 €
Module de Diététique Énergétique		27, 28 mai 2013	295 €

Module	CYCLE HUILES ESSENTIELLES	date	tarif
Module d'Initiation		12, 13 octobre 2013	295 €
Module Aroma Pro		6, 7, 8 janvier 2014	485 €
Module de M.T.C.		14, 15, 16 juin + 6, 7, 8 septembre 2013	825 €
Module de Phyto-énergétique		11, 12, 13 juin 2013	485 €
Module d'Olfacto-thérapie		4, 5, 6 octobre 2013	455 €
Module de Physio-pathologies		13, 14, 15 septembre 2013	485 €
Module de Diététique Énergétique		27, 28 mai 2013	295 €

Tarifs valables jusqu'en juin 2013. L'Institut se réserve le droit de modifier, pour des raisons de bonne organisation, les dates de tout module non encore confirmé.