

# La Lettre

“de l'Institut Français de Shiatsu”

ÉDITORIAL

## Les cornes...

Lettre trimestrielle de  
l'Institut Français  
de Shiatsu

N° 49 - PRINTEMPS 2014 -  
8 € -  
le 5 mars 2014



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

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

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

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

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

[www.shiatsu-institut.fr](http://www.shiatsu-institut.fr)

[www.reflexologie-institut.fr](http://www.reflexologie-institut.fr)

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

Non, ne vous inquiétez pas, je ne vais pas évoquer ici le denier vaudeville de l'année. Il y aurait sans doute beaucoup à dire sur le sujet mais ce n'est ici ni le lieu ni le propos.

Ce dont je souhaite vous parler, c'est d'une affiche que j'ai découverte « en cul de bus ». Salon de l'Agriculture oblige, une superbe vache, de type blonde d'aquitaine nous invitait, d'une œillade tendre et d'un mufler noir brillant. Et alors me direz-vous, il en est ainsi tous les ans ! Certes, sauf que cette vache là avait des cornes, ce qui n'était plus le cas depuis bien des années !

Il semblerait bien que certaines choses évoluent et que notre inconscient collectif accepte de moins en moins la maltraitance animale. Les communicants du monde agricole et de l'agro-industrie ont senti cela et ont fait ce « premier pas » vers un respect et un bon sens que l'on croyait perdus. Cependant, vont-ils aller plus loin et reconsidérer le reste...

J'ai du mal à le croire. En effet, une information collatérale me laisse à penser qu'il va falloir encore se battre. Celle-ci, quasiment passée inaperçue, a été donnée par notre président lui-même, qui n'a pas hésité ainsi à faire preuve de son sens de la décision : « *non, je ne changerai pas le statut des animaux* » ! Lors d'un entretien à l'hebdomadaire « la France Agricole », il a écarté, avec autorité et fermeté, la possibilité de modifier leur statut. Selon L'Express.fr, il explique en effet que « *dans le code rural notamment, l'animal est déjà considéré comme un être sensible. Pourquoi ajouter d'autres considérations ?* ». Ah bon, il ne me semblait pas m'en être rendu compte ?

On croit rêver ! Mais quand va-t-on arrêter avec cette dialectique insupportable, qui se sert, quelle que soit la profession concernée, des quelques-uns qui font bien leur métier pour justifier tous ceux qui le font mal. Quand va-t-on arrêter tous ces ronrons corporatistes, salis par des majorités qui ne pensent qu'à se « goinfrer plus » au mépris de tout le reste et en particulier d'un minimum

d'éthique ? On nous sert cela avec les taxis, alors que toutes les études établissent que nous avons les pires du monde. On n'arrête pas de nous dire que nous avons la meilleure médecine, alors qu'elle baigne dans des scandales incessants. Elle va même jusqu'à protéger sans vergogne certains des siens qui violent ou marchandent des régimes alors que dans le même temps elle traduit devant ses juridictions, à peine quelques semaines après la publication de leur livre « *brulôt* », le Pr Even et le turbulent Pr Debré. Et que dire de notre agriculture et de certains préfets, qui menacent de prison un simple petit viticulteur qui refuse d'utiliser des pesticides ou une éleveuse de moutons qui les traite aux huiles essentielles.

On se sert des quelques agriculteurs qui élèvent encore leurs bêtes de façon décente, pour laisser les « *tortionnaires producteurs* » continuer à élever, transporter et égorger vivantes et conscientes (ça coûte moins cher !), dans le silence intéressé des médias (budgets de pub ?), des organisations

(syndicales (subventions ?) et des politiques (électorat ?)...

Une belle déclaration donc, la veille du Salon de l'Agriculture, formidable vitrine, dans laquelle nous ne verrons rien de la réalité. Pourtant, nos médias sont très prompts à nous montrer, à 20 h. des reportages douteux au cours desquels on nous explique que faire attention à ce que l'on mange et faire attention à son hygiène est une maladie, que l'on vient d'inventer et qui s'appelle l'orthorexie. Ils n'hésitent pas non plus, toujours à la même heure de grande écoute et sans censure, à nous montrer des corps humains déchiquetés. Mais pourquoi à ces mêmes horaires ne voit-on jamais d'images de ce qui se passe réellement dans nos élevages ?

Alors réfléchissons et n'oublions pas que lorsque l'homme ne respecte plus l'animal, c'est lui-même qu'il ne respecte plus, et c'est son propre futur qu'il menace. Sans parler du point où il salit son âme.

Michel Odoul.



"La grande erreur de notre temps, ça a été de pencher, je dis plus, de courber l'esprit des hommes vers la recherche du matériel... Il faut relever l'esprit de l'homme, le tourner vers la conscience, vers le beau, le juste, le vrai, le désintéressé et le grand."  
Victor Hugo.

危机

## Crise et opportunité...

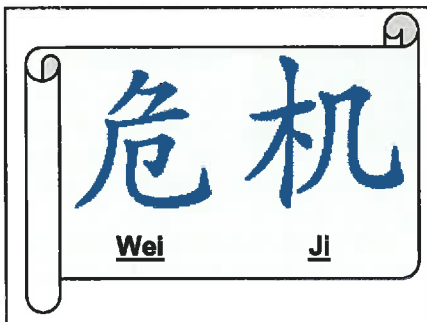
DOSSIER

Un dossier réalisé par Michel Odoul.



La crise est-elle un vain mot ou bien une réalité, tangible pour nombre d'entre nous? Au-delà des questions de politique et d'indicateurs économiques à qui l'on peut faire dire ce que l'on veut, une chose est indéniable: l'arroseur semble bien s'être fait arroser. La mondialisation, dont tant d'individus ont tiré des profits inimaginables, semble nous conduire aujourd'hui à un constat simple: la richesse quantitative n'est pas sans limite et nous avons sans doute atteint celle de notre planète.

Face à cela, deux types de réponse peuvent être apportés, dans la logique de ce que l'Orient nous propose avec ses concepts de Yin et de Yang. On peut soit répondre sur le champ du quantitatif (le yin), soit répondre sur le champ du qualitatif (le yang). C'est un type de réponse dont la plupart d'entre vous a déjà entendu parler lors du module de MTC, quand la question des choix d'interventions est abordée: on peut soit choisir d'agir sur la quantité de l'énergie, soit sur sa qualité. De plus et dans ce cadre, on peut soit choisir de tonifier ou de disperser l'énergie en déséquilibre. Or, souvenez-vous, le principe majeur est que, chaque fois que possible, il faut privilégier l'idée de tonifier, préservant ainsi la dynamique même de la vie tout en évitant l'idée de « lutter contre » ce qui se manifeste. Mon propos sur la question de la crise n'est bien entendu pas de prétendre répondre sur le plan macrocosmique (l'économie d'un pays). Je peux en revanche le faire sur le plan microcosmique (l'économie de l'Institut) à propos des choix que je souhaite évoquer ci-après. Mais ne pourrait-on pas malgré tout rêver et se demander si un certain niveau de transposition ne serait pas envisageable?



En Orient, c'est le même idéogramme qui signifie « crise » et « opportunité ». Cet idéogramme, Wei Ji, est en effet composé de Wei, qui signifie danger et de Ji, qui signifie opportunité. Dans cette idée et dans la philosophie taoïste, toute situation de crise, parce qu'elle présente un danger (wei), nous pousse à bouger, à apporter des changements à l'existant. Elle est en cela une opportunité de croissance (ji). Cette vision me paraît indubitablement intéressante. Elle est d'ailleurs totalement dans l'esprit de ce qui est enseigné à l'Institut, en particulier lorsque sont présentées et étudiées, lors des modules de MTC, de Psycho-énergétique ou de Points Anti-ques, les notions de mue ou de métamorphose.

C'est ce qui m'amène à évoquer, dans le dossier qui suit, les choix « yang » que nous faisons depuis plusieurs années, afin de répondre aux tensions économiques qui peuvent toucher le domaine des médecines douces. Nous sommes là véritablement dans un sujet à la fois philosophique (l'idée que l'on se fait des situations que l'on rencontre) et à la fois très concret et pratique (qu'en faisons nous alors?). La pratique avancée de l'Aïkido m'a beaucoup fait évoluer sur cette question. Issu de la pensée occidentale mécaniste, j'ai longtemps cru qu'il fallait « lutter contre ». Cette pratique martiale, par essence « efficace », m'a démontré le contraire. Elle m'a fait toucher du doigt une confusion fondamentale: *faire face ce n'est pas lutter contre*. Senseï Ueshiba disait que ce qui importait pour faire, sereinement et intelligemment, face à un attaquant, ce n'était pas de connaître des parades. Celles-ci seront toujours insuffisantes, inadaptées ou inexistantes si l'attaque n'est pas connue. Ce qui importe c'est *aimer l'attaque de l'autre*, c'est-à-dire l'accueillir pour la saisir au bon niveau et ainsi pouvoir la transformer.

Lorsque ce principe fait qu'un partenaire de 100 kilos « vole » deux mètres plus loin alors qu'il tentait de vous bloquer, cela laisse à penser. Face au plein, le vide peut répondre alors qu'un autre plein provoque un heurt destructeur. Face à la période de tension matérielle quantitative « yin » que nos sociétés vivent, la réponse ne peut être à mon sens que de nature qualitative « yang ».

Lisez plutôt.

Michel Odoul.

## **Crise et opportunité... suite ...**



Selon les principes de la MTC, le macrocosme et le microcosme sont indubitablement liés et régis par des mécaniques intriquées et interagissantes. Dans cette idée, il serait illusoire de croire que le domaine des médecines douces, dont le shiatsu, la réflexologie et les huiles essentielles, échappe à la situation macrocosmique de tension économique que connaît, entre autres, notre pays.

***Dans un contexte de crise, les approches alternatives sont encore plus perçues que d'habitude, comme un luxe voire pire comme du superflu.***

En effet, dans un contexte de difficultés, les approches alternatives sont encore plus perçues que d'habitude, comme un luxe voire pire comme du superflu. La plupart des individus ne va, de ce fait, faire appel à elles qu'en cas de véritable nécessité ou d'urgence, de la même façon qu'il aura tendance à remettre à plus tard la prochaine révision de sa voiture. Tous les praticiens installés ont pu constater cela et entendre les arguments avancés alors. Mon propos n'est pas d'analyser le caractère justifié ou non de cette attitude. Mon propos est de présenter la façon dont nous répondons, à l'Institut, à cette situation qui bien évidemment nous concerne, puisqu'elle touche également le domaine des formations professionnelles.

Ainsi que je l'évoquais plus haut, nous avons fait le choix de répondre par le yang, c'est-à-dire la qualité.

Face à une crise qui s'annonçait depuis des années déjà, nous avons tout d'abord et progressivement apporté des réponses, graduées selon la nécessité et le contexte.

La première des réponses, nous avons commencé à l'apporter depuis des années déjà, puisque depuis maintenant onze années, le prix des modules de tous les premiers cycles est resté le même, sans pour autant diminuer la qualité des contenus, des formateurs ou des conditions de réception des stagiaires. Alors que dans le même temps l'ensemble des charges de fonctionnement a considérablement progressé (loyer + 50%, gaz + 200%, etc.).

Dans le même ordre d'idée, chaque fois que nous avons participé à des salons tels que « Médecine Douce », « Rentrez Zen », « Rééduca », « Japan Expo », etc., nous nous sommes toujours inscrits dans un principe d'information et de communication sur notre domaine, ses caractéristiques, ses objectifs. C'est pourquoi nous n'avons jamais « vendu » de modules ni enregistré d'inscriptions ou de coordonnées de stagiaires potentiels dans le cadre de ces salons, malgré les demandes nombreuses. Toute inscription à un module était ainsi le résultat d'une véritable démarche de la part de l'élève et non pas une impulsion du moment ou le résultat d'un bon argument de vente. La qualité et la motivation actuelles des élèves de l'Institut sont le résultat de cette démarche « qualité ». Leur inscription s'est toujours faite suite à une démarche et à un investissement personnel. De même, cette qualité est également payante en termes d'image et se traduit, par exemple, par le fait que les patients en recherche de praticiens sérieux, contactent chaque jour l'Institut et son site internet afin de trouver des coordonnées.

Aujourd'hui, la situation générale s'étant un peu plus tendue, nous avons souhaité aller encore un peu plus loin dans notre réponse qualitative.

Dans le cadre de notre démarche continue de développement

du professionnalisme de nos métiers, nous avons souhaité procéder à une réflexion sur la qualité de nos formations. Nous entendons par qualité, le contenu pratique et théorique et l'adéquation de ces contenus avec l'exercice d'une bonne pratique.

Nous avons donc décidé d'organiser une journée, appelée « retour d'expérience » afin de nous permettre de progresser encore plus sur la bonne adéquation des cursus aux besoins de votre pratique de terrain. Nous avons pour cela convié un certain nombre de praticiens à participer à cette journée qui a eu lieu le 5 février 2014.

Nous avons sélectionnés pour cette réflexion 20 praticiens, installés et référencés par l'Institut, connaissant soit l'ensemble du cursus shiatsu, soit du cursus réflexologie, soit les deux ainsi qu'une formation partielle ou complète du cursus aromathérapie. Seize d'entre eux ont répondu « présent » et le bilan qui peut être fait de cette journée est véritablement positif à tous points de vue.

***Un des effets collatéraux de la journée « retour d'expérience » a été particulièrement fort pour nous. Nous avons découverts combien cette journée a redonné, si besoin était, de la fierté à tous. Les praticiens en sont ressortis fiers de faire partie de l'Institut et nous en sommes ressortis fiers d'avoir de tels praticiens dans nos rangs!***

*Ce que doit être la vie si elle veut avoir quelque sens : une constante aspiration à l'accomplissement de ses rêves, un refus obstiné et héroïque d'y renoncer et de se satisfaire de l'insatisfaisant, un acte de foi envers ce qui élève, et à quoi l'on s'efforce de participer, de tout son être et de tout son cœur.*

*Jiro Taniguchi et Baku Yumemakura cités par Jacques Blanc.*

## **Crise et opportunité... suite ...**

L'apport indéniable de chacun a permis, à la fois de nous conforter sur la pertinence des directions dans lesquelles nous pensions aller (afin de performer au mieux les offres pédagogiques déjà existantes) et à la fois de constater que les nouveaux modules envisagés pour enrichir l'enseignement, répondaient parfaitement aux besoins des élèves et des praticiens.

Les remarques apportées par chacun ont également permis de mettre en exergue quelques points à améliorer tant dans les supports pédagogiques de certains modules que dans les contenus de certains autres.

De plus, au-delà de ces constats attendus, un des effets collatéraux de cette journée de « retour d'expérience » a été particulièrement fort pour nous. Nous avons découverts combien cette journée a redonné, si besoin était, de la fierté à tous. Les praticiens en sont ressortis fiers de faire partie de l'Institut et nous en sommes ressortis fiers d'avoir de tels praticiens dans nos rangs!

Nous vous proposons ci-après la synthèse de la journée.

### **BILAN DE LA JOURNEE RETOUR D'EXPERIENCE.**

Quatre axes vont nous permettre de faire le point: les supports pédagogiques dans leur forme, le contenu de ces mêmes supports, les nouveaux modules destinés à enrichir les cursus existants et enfin les outils d'aide à la pratique.

#### **1/ Supports pédagogiques :**

##### **En Shiatsu :**

- ✓ le support du module de **Techniques Avancées** sera complété avec le déroulé des techniques de travail des mains et

des pieds. Il y sera précisé plus clairement que les ouvertures « face » des membres inférieurs sont au nombre de 5, avec parfois, selon les tensions éventuelles de hanche du receveur, une cinquième ouverture au même degré que la quatrième.

##### **En Réflexologie :**

- ✓ le support du module de **Techniques Avancées** sera complété avec le déroulé des techniques de travail du « système lymphatique ».

#### **2/ Contenus pédagogiques des modules :**

##### **En Shiatsu :**

- ✓ lors des modules du 2<sup>ème</sup> Cycle, de **Shiatsu Fondamental** et de **Do In**, il est souhaité l'intégration, au début de chaque journée, de la pratique des techniques respiratoires enseignées.

##### **En Réflexologie :**

- ✓ lors des modules du 1er Cycle, il sera précisé clairement la place de la notion de « **lecture des pieds** ».
- ✓ lors des modules techniques du 2<sup>ème</sup> Cycle, il est souhaité l'intégration, au début de chaque journée, de **10 minutes** d'une pratique de **techniques de préparation** du praticien (pieds et mains).
- ✓ le module « **Anatomie de Haut Niveau** » du 3<sup>ème</sup> Cycle est perçu comme trop peu « pratique ». Une réponse est donnée dans les nouveaux modules (voir plus loin).

##### **En Huiles Essentielles :**

- ✓ le module **Aroma Pro** est perçu comme très (trop !) dense en terme de contenu et en particulier biochimique. Il est souhaité de l'aérer en ciblant plutôt un enseignement sur les données opératives.

- ✓ le module « **Olfacto** » est perçu comme complexe et très élaboré. Il est demandé des infos également plus opératives.

#### **3/ Nouveaux modules :**

Ces nouveaux modules sont destinés à porter l'offre de formation professionnelle vers un degré supérieur. Cet enrichissement sera proposé en « Post Graduate », c'est-à-dire que les nouveaux modules présentés ci-après, ne seront pas obligatoires dans les cursus imposés pour se présenter aux différents examens, en dehors du module d'Anatomie de Haut Niveau pour la RP. La « nouveauté » pour ce module est en effet le passage de 1 à 2 journées, afin d'en rendre le contenu plus adapté au réel besoin des élèves. Il reste donc intégré au 3<sup>o</sup> cycle de Réflexologie.

##### **En Shiatsu :**

- ✓ Enrichissement des modules « **professionnalisants** », d'un **nouveau module** (1 journée) de « **Perfectionnement en Shiatsu des Techniques Internes** » afin de permettre aux élèves de revenir sur ce contenu très riche et qui nécessite pour certains, un peu plus de supervision et de pratique.
- ✓ Création, en **Post Graduate**, d'un module professionnalisant de 3 journées, intitulé « **Protocoles avancés** ». Ce module, d'une grande richesse technique, permettra aux praticiens installés qui le souhaitent, d'acquérir des protocoles techniques et énergétiques précis, sur de nombreuses situations rencontrées en consultation.
- ✓ Création, en **Post Graduate**, d'un module professionnalisant de 2 journées, intitulé « **Pratique de Consultation Avancée** ». Ce module, dans la ligne du module de Pratique de Consultation déjà

## Crise et opportunité... suite et fin.

existant, ne sera ouvert qu'aux praticiens ayant déjà suivi, a minima le module de Points Antiques 2. Il traitera, à travers l'étude des cas concrets amenés par les praticiens, de la pratique de la consultation, enrichie des techniques de Signatures d'Acceptation, de Points Couples et si nécessaires de contenu de signatures. La date reste à définir.

### En Réflexologie :

- ✓ Enrichissement du module de 3<sup>ème</sup> Cycle d'Anatomie de Haut Niveau, d'une journée supplémentaire destinée au travail spécifique articulaire, dont les praticiens ressentent un réel besoin. Ce module passe donc de une à deux journées complètes.
- ✓ La création d'un module « Protocoles » pour la Réflexologie est envisagée. Il reste à établir les données de contenu afin de définir sa durée et le public auquel il s'adressera.

### Transverse aux 3 cursus :

- ✓ Création d'un nouveau module, transverse aux trois cursus, intitulé « Bilans énergétiques »

(1 journée) afin de permettre aux élèves de revenir sur toutes les techniques génériques de repérage des déséquilibres (entretien, prise de pouls, etc.) ainsi que sur les techniques spécifiques à chaque approche, avec les différents formateurs.

### 4/ Aide à la pratique :

A travers le souhait de certains praticiens d'avoir à disposition des réponses ou des images illustratives pour mieux communiquer et expliquer certaines infos à leur patient, nous avons décidé de réaliser un document intitulé « La biblio du praticien ». Chacun y trouvera matière à nourrir ses connaissances et/ou à répondre aux besoins éventuels de ses patients, à travers des références argumentées d'ouvrages « tous publics ». Nous vous le présentons ci-après.

Cet outil sera exclusivement réservé aux praticiens diplômés de fin de 2<sup>o</sup> cycle des Cours de Shiatsu et/ou de Réflexologie ou diplômés du Cours d'Huiles Essentielles et dûment référencés par l'Institut.

### Conclusion :

En conclusion de ce dossier, je voudrais rappeler que le fondement de toute relation entre des individus s'appelle la confiance. Cela est vrai dans la relation entre un formateur et ses élèves autant que dans la relation entre un praticien et ses patients. Sans elle rien de profond n'est possible. Elle passe par le respect mutuel et l'exigence. Il tient à chacun d'en être la manifestation.

Pour ce qui nous concerne, nous y travaillons tous les jours mais ce qui nous motive le plus dans cet effort, c'est de savoir que, pour beaucoup d'entre vous, vous en êtes aussi capables et dignes.

Michel Odoul.

*N.d.l.r. : découvrez, dès mi-mars sur le site les contenus et les calendriers de ces nouveaux modules.*



## La Biblio du Praticien.

Voilà un outil fort intéressant pour tout praticien confronté à un besoin de références « culturelles », que ce soit pour son propre usage (développer sa propre culture) ou afin d'être mieux à même de répondre à certaines situations de consultation.

Il arrive en effet que dans certains cas particuliers, il puisse être bien de conseiller des lectures à des patients. Les situations potentielles sont nombreuses et nous en avons étudié la plupart lors du module de Psychologie du Praticien. Avoir une bibliographie contenant des ouvrages à conseiller peut être d'une aide indéniable. C'est ce que vous propose ce document, certes non exhaustif mais qui présente l'intérêt de balayer le champ des propositions à travers des sujets comme :

- ✓ Les médecines douces,
- ✓ La psychologie,
- ✓ La question du sens,
- ✓ La médecine et la santé.

Alors n'hésitez pas à le demander si vous en avez les pré-requis et à l'utiliser chaque fois que nécessaire.



## Le Printemps et le mélange Bois...

Tous ceux d'entre vous qui ont déjà suivi le module de MTC ou qui connaissent les fondements de cette culture, savent que la saison du Printemps est associée au Principe énergétique du Bois.

Ce Principe est porteur d'un certain nombre de caractéristiques qui font partie de sa dynamique vitale, dont deux d'entre elles font résonance avec le thème de cette Lettre et de son dossier. Il s'agit tout d'abord de la tendance irrépressible du bois à « aller vers le haut » et ensuite à être porteur de l'idée de renouveau.

Cette idée de traction vers le haut ainsi que celle de la réponse qualitative apportée au durcissement consécutif à toutes tensions, sont parfaitement et poétiquement mises en mot par Elske, à travers la plante évoquée, dans ce texte issu du livre « La Phyto-énergétique ».

### Histoire à rêver du principe du bois

*Le Cèdre de l'Atlas (Cedrus Atlantica).*

*Les hauts bois, les hurlements. D'un coup jaillit cette colère ancienne – irascible colère qui a dessiné ma jeunesse. Je ne veux pas y retourner, ne veux plus y séjourner. J'entends ce son trop familier qui déclare son état de siège dans ma tête. Ma vie replonge dans un énième état d'urgence. Il aurait suffi que je ne croise pas leur route (à qui, à quoi ?) ce matin du premier mai, fête du travail et fête de Jeanne d'Arc pour l'extrême droite en France.*

*J'essaie d'échapper à la foule en prenant refuge dans un café italien, place de l'Opéra. Des jeunes hommes brandissant leur appartenance à des groupes extrémistes y entrent avec leurs drapeaux, leurs gueules dures (bof) et leurs incohérences.*

*Je ne veux pas, ne veux plus de cette insupportable incapacité à changer le monde dans lequel nous vivons. A l'intérieur de moi, un combat de titans : les souvenirs de mes larmes juvéniles de révolte se déchainent contre l'adulte au cœur plus large, plus tolérant que je crois être devenue. Je plonge au fond de moi pour en ressortir forte de ma croyance en l'Homme. Ma colère inonde la haine que l'on nous a enseignée, nous empêchant tout dialogue les uns avec les autres. Je m'invite à leur table, leur fais part de mon expérience de l'intolérance raciale dans mon pays natal et leur transmets mon incompréhension face à leur engagement politique. Les visages restent plus ou moins fermés. Le cri strident de la victoire résonne en moi.*

*Cedrus atlantica, tu donnes sa structure à la forêt la plus sauvage. Indomptable justice de la Vie, ton odeur rallume l'espoir dans les cœurs les plus démunis.*

*Cèdre, courageux, fougueux à tout jamais !*

Magnifique comme Elske le dit si souvent. Cela l'est d'autant plus que le mélange de type Bois, que connaissent bien les personnes qui ont suivi le module de « Phyto-énergétique », est particulièrement efficace. Regardons cela ensemble.

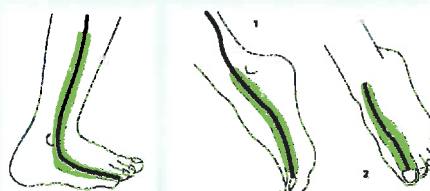
Dans la médecine traditionnelle chinoise, la partie de la plante qui correspond au Principe du Bois est la tige de la plante. Sa tendance irrépressible est de s'élever vers le ciel. Nous allons donc privilégier des plantes présentant cette caractéristique ainsi que celles liées aux structures bioélectroniques de l'énergie du Bois.

Parmi les huiles essentielles ayant la caractéristique vibratoire « bois », nous trouvons sou-

vent mais pas systématiquement des herbes. Le mélange proposé est le suivant:

- 90 % Huile végétale
- 6 % Cèdre de l'Atlas (Cedrus Atlantica)
- 3 % Romarin CT verbénone (Rosmarinus off. Verbenoniferum)
- 1 % HECT Thym CT Thujanol (Thymus Vulgaris Thujanoliferum).

Les zones d'applications de ce mélange sont les suivantes. Vous appliquerez sur ces zones 2 à 3 gouttes du mélange, 2 à 3 fois par jour, pendant 5 jours maximum, pour relancer les énergies du « démarrage », l'envie d'attaquer la vie à pleines dents, l'envie de relancer la machine, vers le haut, vers le mieux.



Vésicule Biliaire

Foie

Les précautions et proscriptions concernent, comme c'est souvent le cas avec les huiles essentielles:

- ✓ Les femmes enceintes,
- ✓ Les femmes allaitantes,
- ✓ Les enfants de moins de 5 ans,
- ✓ Les personnes atteintes de cancers hormono-dépendants,

En n'oubliant pas de vérifier l'absence de réactions allergiques éventuelles en testant une goutte du mélange, au creux du coude du receveur.

Michel Odoul  
pour Elske Miles.

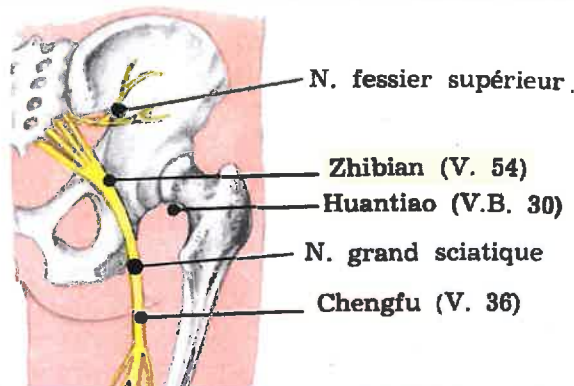
Cette rubrique s'inscrit totalement dans l'esprit du dossier de cette Lettre car elle démontre, à travers l'analyse de points, jusqu'où la dimension « qualité » de l'énergie peut nous conduire. La notion « d'esprit des points » est une notion de contenu de ce que l'énergie vectorise en tant qu'information. Ceux d'entre vous qui ont suivi le module « Points Antiques » connaissent cette idée qui est à la base du concept de « signature d'acceptation » et de « points couples » que j'y présente.

Lisez plutôt.

Michel Odoul.

## 54 Vessie : ZHIBIAN

Le 54 V a souvent été confondu et inversé avec un autre point, le 40 V, du moins en ce qui concerne le numéro du point. Le nom chinois, quant à lui, n'a jamais permis l'erreur. Les nomenclatures internationales se sont maintenant mises d'accord et le point dont nous allons parler, ZHIBIAN, est le point qui se trouve sur les fesses, à 3 cun en dehors du promontoire sacré, à hauteur du 4ème trou sacré et « officiellement » numéroté 54 V.



### Que signifie ZHIBIAN :

La traduction courante de ZHIBIAN est : *au bord des points alignés*. Détaillons un peu plus.

- ✓ **ZHI** : est composé de HE : pied de céréale et son épi pendant ; et de CHEN : laisser tomber de la main, perdre. L'ensemble signifie : laisser tomber les javelles (définition Larousse : petit tas de céréales coupées à la main ou par la javeluse, et qu'on lie ensuite en gerbes. Petit tas de sel constitué pour que l'eau entraînée par l'opération du battage s'égoutte avant un nouveau stockage) pour les mettre en ordres, et par extension : ordre, bon ordre, mettre en ordre, constant, régulier.
- ✓ **BIAN** : sens primitif : disparition, perte, absence d'un objet qui se trouvant primitivement dans un espace délimité, y est devenu invisible. Sens moderne : marcher au bord d'un précipice où l'on se perdrait si l'on tombait. Sens étendu : bord, côté, limite en général, région, frontière.

Développons tout cela pour voir quel peut-être l'esprit de ce point.

Nous sommes tout d'abord sur le méridien de la Vessie, qui a la charge d'éliminer les « eaux usées », c'est-à-dire les urines sur un plan physiologique et les vieux schémas sur un plan psychoénergétique.



Le 54 V est un point qui est très souvent, pour ne pas dire toujours, contracté et douloureux dans les cas de sciatiques. La symbolique de la sciatique, rappelons-le, est une difficulté, lors de changements et de résistance vis à vis de ceux-ci, à éliminer des vieux schémas. Or nous retrouvons là précisément l'esprit du point. **ZHIBIAN est le point qui permet de remettre de l'ordre (pour un nouveau stockage) suite à la perte (l'élimination) de quelque chose qui a disparu.**

Allons encore un cran plus loin avec l'étude de ses fonctions traditionnelles : le 54 V renforce le rachis, tonifie les Reins, régularise le Foyer Inférieur, rafraîchit humidité/chaueur, facilite la circulation du méridien. **Le point permet donc, en rendant la circulation dans le méridien de la Vessie plus fluide, de remettre de l'ordre à l'intérieur suite à l'élimination de vieux schémas. Ceci permettra de renforcer notre assise profonde (rachis) et nos référentiels intérieurs (Reins), de régulariser le rapport au passé et aux ancêtres (Foyer Inférieur), et de nous débarrasser de ce qui nous engluie (humidité) et des émotions négatives qui nous polluent (chaueur).**

Ce point est intéressant à 3 niveaux :

- ✓ D'un point de vue purement anatomique, il est un excellent point local pour les sciatiques avec contraction du muscle grand fessier.
- ✓ D'un point de vue psychologique, il nous permet de comprendre les raisons des douleurs et contractures à son niveau et quel niveau symbolique bloque chez la personne.
- ✓ D'un point de vue symbolique (n.d.l.r: pour ceux qui ont participé au module Points Antiques 3), il est à mettre en relation avec la hanche droite (Lune) et la hanche gauche (Soleil).

L'esprit de Zhibian permettra donc d'aller nourrir de façon plus précise une signature d'acceptation lorsque le corps manifeste une douleur ou une tension à cet endroit.

Ludovic Charton.



Cette rubrique est celle de la Diététique Energétique Chinoise et des conseils dispensés par Jean Pélissier. Dans ce numéro, il nous propose son éclairage sur un champignon très utilisé en cuisine en Orient, Xiang gun, plus connu en Occident sous le nom de Shiitake. Voyons plutôt.



par Jean Pélissier.

## XIANGGU, 香菇, LE CHAMPIGNON PARFUME.

En Chine ce champignon est connu depuis la nuit des temps. On retrouve ainsi sa trace, il y a plus de 7000 ans. Sous la dynastie des Ming un célèbre médecin l'a catalogué comme « *élixir de longue vie* ».

On l'appelle Dong Gu signifiant « *champignon d'hiver* », ou Xiang Gu qui veut dire littéralement « *champignon parfumé* ». C'est effectivement un champignon très parfumé qui donne un goût extraordinaire dès qu'on l'incorpore à une soupe.

En Occident, on le connaît sous sa dénomination japonaise qui est **Shiitake**. Dans Shiitake, **Shii** est l'arbre où pousse ce champignon qui est proche du chêne et **Take** voulant dire « *champignon poussant sur..* ». En français, on le connaît sous le nom botanique de « *comestible du chêne* ». C'est donc un champignon qui parasite le bois.



Xiang Gu sur un pied de chêne.

En Chine son habitat naturel se trouve à des hauteurs entre 2100 et 2400m. C'est le deuxième champignon le plus cultivé au monde et le premier producteur est la Chine. Selon la qualité ou l'origine, son prix peut énormément varier. C'est un met royal pour les végétariens. Chez les Chinois il est considéré comme un produit de luxe.



### Une préparation délicieuse.

#### **Que dit la médecine chinoise?**

Le champignon parfumé est de saveur DOUCE et de nature NEUTRE.

Les méridiens organes cibles sont :  
• *la Rate, Zu Tai Yin*  
• *et l'Estomac.*

#### **Ses principales actions:**

- ✓ *Il tonifie et favorise la circulation du Qi.*
- ✓ *Il dissout le Tan.*
- ✓ *Il renforce la Rate.*
- ✓ *Il nourrit le sang.*
- ✓ *Il favorise la sortie des exanthèmes dans la phase initiale.*
- ✓ *Il a des propriétés apéritives.*

#### **Ses principales indications :**

Le champignon parfumé est très utile dans le **cas de vide de Qi de la Rate**, avec de la fatigue, un souffle court et une perte d'appétit.

Quand il y a un **vide de sang**, le cerveau n'est pas assez nourri et cela peut entraîner des vertiges avec un teint pâle. **Mais il renforce aussi la qualité même du sang.**

Le Shiitake est connu pour ses **vertus tonifiantes exceptionnelles**. On l'utilise dans les problèmes de fatigue chronique, de convalescence, chez les personnes âgées ou anémiques.

**Il permet de réguler la voie urinaire dans les problèmes de mictions fréquentes** ou dans les incontinences urinaires, tout simplement parce qu'il augmente le Qi.

Son action est remarquable dans **l'augmentation des défenses immunitaires**, la recharge de la batterie des reins.

Il favorise la sécrétion de la bile et prévient les calculs biliaires.



Xiang Gu frais.



**Que disent les recherches actuelles?**

C'est l'un des produits les plus étudiés à l'heure actuelle dans le monde. Il n'y a pas de jour où une publication ne paraisse à son sujet.

Dans ce champignon, on a découvert un principe actif qui est la lentinane. C'est un sucre aux propriétés anti cancer.

On a pu en effet découvrir des **effets extraordinaires de ce champignon dans la prévention des cancers**. Et il est, de ce fait, largement utilisé dans le monde entier comme complément de la chimiothérapie.

De plus c'est un **antifongique et un antibactérien** très puissant.

C'est un très bon antioxydant.

En tant qu'antiviral on s'en sert évidemment pour prévenir les maladies saisonnières et la grippe. Des recherches récentes ont semble t-il pu mettre en évidence son action de diminution de la charge virale chez les personnes porteuses du VIH.

Il contient pléthore de vitamines, et entre autres un taux élevé de vitamine D.

Par l'augmentation des défenses immunitaires et son action sur les maladies cardiovasculaires c'est le champignon « antivieillessement » par excellence.

**Modes d'utilisation.**

Il faut savoir que ce champignon a un goût et des actions optimales quand il est conservé **sous forme desséchée**. Frais il est très fragile et peut perdre une grande partie de ses propriétés.



**Xiang Gu séché sous vide.**

Pour l'utiliser, on le trempe dans l'eau pendant deux ou trois heures. On enlève ensuite le pied, car ce dernier est dur et difficile à mâcher. Mais il ne faut pas le jeter, car il a des propriétés médicinales concentrées. Quand vous faites une soupe, vous le mettez dedans. Il va donner tout son parfum et ses propriétés et ensuite vous l'enlevez.

On coupe le chapeau en lamelle pour le faire sauter, le cuire à la vapeur, faire une soupe ou un plat végétarien. Il est délicieux de goût, quelle que soit sa forme de préparation.

La consommation moyenne pour avoir un effet thérapeutique est de 10gr/jr par cycle de 9 jours.

**Contre-indications.**

C'est un aliment à éviter en cas d'urticaire chronique, car il risque d'augmenter ou de déclencher la crise. On dit en MTC que c'est un produit qui « agite le vent ».

Il faut éviter de le consommer de manière excessive en cas de stagnations d'aliments.

Jean Pélissier.



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

**CAHIERS DE SINOBIOLOGIE**



[www.jeanpelissier.com](http://www.jeanpelissier.com)

## Shiatsu et enfants.

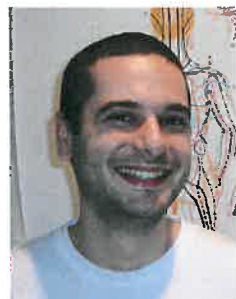
Il vous a été stipulé, depuis le début de votre formation en Shiatsu, que l'on ne pratiquait pas de Shiatsu sur les enfants de moins de 7 ans. Les différentes raisons vous ont été données au cours des différents modules proposés à l'Institut. En revanche, à partir de cet âge, tous ceux d'entre nous qui ont eu l'occasion de travailler sur des enfants ont pu se rendre compte parfois de la complexité de la tâche.

Difficulté à rester en place trop longtemps, sensibilité parfois extrême à la pression, "peur" éventuelle de la technique sont autant de réactions que l'on rencontre fréquemment et qui rendent le travail sur les enfants quelque fois compliqué. Les techniques d'harmonisation, d'ouverture générale des méridiens et les techniques de petit dos ne sont donc pas toujours adaptées aux enfants car trop longues ou trop invasives même avec un travail très léger et superficiel.

Pour des enfants à partir de 7 ans et de jeunes adolescents, il est préférable de mettre en place une technique qui soit à la fois simple, rapide, très douce et efficace, et les praticiens ayant effectué le stage de techniques internes ont un outil formidable pour cela. Rappelons que chez les enfants, les Souffles sont plus en superficie que chez les adultes et sont de ce fait plus mobiles. Il n'y a donc pas forcément besoin d'aller dans la densité. Le travail peut de ce fait être « superficiel » tout en étant extrêmement efficace.

Dans un premier temps, comme c'est le cas pour l'harmonisation et le petit dos, il convient de tout remettre en mouvement et de refaire un équilibre global. Pour cela, il vous suffit de connecter de manière bilatérale les points Shu dorsaux, en commençant au niveau de D3 et en terminant à S2. Vous connecterez les 12 points Shu auxquels vous pourrez rajouter le point du diaphragme

qui se trouve au niveau de D7. Vous connecterez les points de manière bilatérale en les "écoutant" et en attendant leur "résonance", comme vous avez pu le faire au cours du module des techniques internes. Les points ont quant à eux été placés précisément lors du module d'anatomie. Suite à ce travail, qui ne prend que quelques minutes, vous pouvez aller connecter, au niveau de l'occiput, les points 10 V à droite et à gauche et les points 20 VB à droite et à gauche. Vous pouvez également connecter les 4 points ensemble. Ces points ont une action importante de rééquilibrage du système nerveux.



Pour terminer, il vous suffit, en fonction de votre bilan énergétique (entretien, dessin thérapeutique, prise de pouls, bilan des méridiens) de faire le travail de rééquilibrage nécessaire soit en travaillant les méridiens en techniques internes, soit en allant travailler directement les points manuellement, également en techniques internes. Le protocole complet, très simple, dure environ 10 minutes. C'est un travail extrêmement doux et respectueux et il est donc de ce fait totalement adapté aux enfants, je le rappelle, à partir de 7 ans. Pour conclure sur le sujet, je tiens à spécifier que même si ce travail paraît simple en apparence, le travail en techniques internes nécessite de la part du praticien une présence totale ainsi qu'une posture et une attitude justes. Je rappelle que la sensation est perçue d'autant plus facilement que la matrice qui l'accueille est prête à la recevoir : revenez donc constamment à votre posture, votre corps doit être relâché tout en gardant sa verticalité, et accueillez la sensation sans la rechercher. La pratique régulière du Do In et du Misogi vous préparera totalement à cela. Bonne pratique à tous.

Ludovic Charton

## - CONFERENCES - - CONFERENCES - - CONFERENCES -

### A Romans.

Dans le cadre des conférences de l'Association Planet'Aiire, (le lieu non encore fixé, sera précisé sur le site).

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

Renseignements: [www.planetaire.net](http://www.planetaire.net)

### A Paris.

Dans le cadre des conférences de l'Association « Objectif: notre santé », au Forum, 104 rue de Vaugirard, 75015 Paris

• **Le jeudi 22 mai 2014** à 19 h. 30 sur le thème "**Dis moi QUAND tu as mal, je te dirai pourquoi**".

Renseignements: [www.ons-asso.org](http://www.ons-asso.org)

### A Sarreguemines.

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

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

Renseignements: [www.ardevie.fr](http://www.ardevie.fr)

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



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.

Et ce trimestre les praticiens de l'Institut ont été plutôt actifs et présents dans les activités des régions où ils sont installés. Un grand bravo à eux!  
Lisez plutôt.

### « Entre Ciel et Terre ».

L'an dernier, le "hasard" m'a mise sur le chemin d'une personne qui organisait le premier salon du Bien Etre dans le 91 et auquel j'ai participé. L'événement a aidé et "poussé" à la création d'une Association "Entre Ciel et Terre" qui regroupe des praticiens et thérapeutes de médecines alternatives dont je fais partie désormais.

Outre le fait que le salon se réplique cette année encore dans la commune de départ (Mauchamps), la fin de l'année verra sa duplication également dans ma commune à Ollainville à la demande des élus. Mais, les adhérents ne font pas que

cela ... chacun à son niveau prospecte pour trouver des lieux de conférences et le mois de janvier 2014 a inauguré un premier cycle où chaque praticien donne une conférence sur son activité dans un restaurant à Saint Vrain. J'ai démarré ce cycle et le Républicain du 91 a consacré un article dans la semaine qui a suivi ! L'idée suit son chemin et les motivations s'animent ! Un second lieu de conférence s'active ce mois ci à Gif sur Yvette, qui sera suivi d'un troisième sollicité par Natureo (magasin bio) à Ballainvillers.

Le regroupement de nos activités au sein d'une association permet une dynamique et une émulation dans le groupe, des échanges

entre praticiens s'organisent et nous permettent aux uns et aux autres de découvrir personnellement des techniques qui nous sont étrangères. Il permet également d'instiller une dynamique dans notre département en promouvant nos pratiques. Car la clé repose sur le niveau de qualité de nos métiers ... il faut montrer "patte blanche" pour pouvoir adhérer ! Et tout comme à l'Institut, l'éthique, la déontologie et la qualité de nos formations sont essentielles et des pré requis. Et ma foi, c'est certainement le gage de la réussite et d'une grande crédibilité, car on parle de nous dans tout le département.

Marianna Kernanet.

### « Conférences et associations ».

Le département du Lot et Garonne est chanceux. En effet, deux praticiens de l'Institut y sont installés et prodiguent leurs bons soins à une clientèle toujours fidèle.

Nous avons déjà ouverts nos colonnes à plusieurs reprises à **Corinne Maurig**, en particuliers depuis son excellente initiative d'offrir des conférences aux Resto du Cœur. Depuis quelques années déjà et sur des thèmes variés, Corinne anime des soirées dont l'intégralité des fonds récoltés sont reversés à cette

association bien connue de tous. Et c'est ce qu'elle a fait à nouveau cette année. Cette initiative est toujours très appréciée par la ville de Marmande et fait que Corinne y jouit d'une très forte image. Bravo à nouveau pour son dynamisme et sa créativité. Car non content de cela, elle a fait réaliser une très belle vidéo de présentation de 58 secondes, à voir sur son site:

[www.shiatsu-reflexologie.com](http://www.shiatsu-reflexologie.com).

L'exemple stimule toujours et il en a été de même dans ce département avec un autre praticien, **Patrick Stoffelbach**. Egalement moti-

vé, ce dernier a mis en place, dans sa ville de Auch, plusieurs conférences. La première d'entre elles a eu lieu le 04 février 2014 autour d'un sujet, oh combien d'actualité, « le stress ». A l'instar de ce que propose Corinne Maurig, l'intégralité des fonds récoltés a été reversé à l'Association « La Mouette », qui œuvre pour la défense et la protection de l'enfant.

Bravo à Patrick Stoffelbach pour cette belle initiative et gageons que le succès rencontré lui apportera la reconnaissance méritée.

Michel Odoul.

### « Interview ».

Le département de l'Eure n'est pas en reste, avec **Alexandra Le Floch**. Praticienne professionnelle, installée dans la région de Pont Audemer depuis plusieurs années, Alexandra bénéficie d'une belle réputation locale.

Alors qu'elle participait à la journée « retour d'expérience » évo-

quée dans le dossier de cette Lettre, elle m'avait demandé quelques conseils car on l'avait sollicitée pour une interview dans la presse locale. Or le journaliste souhaitait avoir le témoignage d'un(e) patient(e) afin d'étayer son propos. Je lui ai donné quelques règles précises afin d'éviter les éventuels pièges ou distorsions de rendu.

Je viens de recevoir le contre rendu de son interview qui a été particulièrement positif. Alexandra a bénéficié d'un très bel article, construit autour du témoignage souhaité.

« Depuis mon téléphone n'arrête pas de sonner, nous a confié Alexandra ». Bravo pour ce succès qui nous le lui souhaitons, en appellera d'autres.

Michel Odoul.

## ~ TEMOIGNAGES ~ TEMOIGNAGES ~

Il est important pour les élèves et pour les praticiens, d'avoir, à travers des témoignages concrets de consultation, des retours d'expérience et de pratique. Cela est à la fois rassurant et enrichissant. Nous manquons souvent de place dans cette Lettre pour vous en faire part mais nous rappelons, à tous les praticiens référencés, que c'est le rôle du Forum sur le site de l'Institut. Alors n'hésitez pas à vous y rendre régulièrement. C'est vous qui en faites la richesse. Les témoignages qui suivent sont, quel hasard, tous les deux sur le sujet de la technique des « Points Couples ». Ils nous montrent combien le champ qualitatif du travail énergétique peut être incroyablement pertinent et efficace.

Lisez plutôt.

### « J'ai fait un rêve ».

Une dame d'une quarantaine d'années vient me voir en shiatsu pour des douleurs dorsales, des troubles du sommeil et une tension psychologique qui la « tire vers le bas » dit-elle, en permanence et ce depuis le décès de sa petite sœur à l'âge de 19 ans (accident de voiture).

Chez les parents, la chambre de sa sœur est restée intacte, et « on n'a pas le droit de prononcer son prénom, comme si c'était vraiment tabou ».

Après plusieurs séances de shiatsu, et parce qu'elle me dit qu'elle voudrait sortir de ces idées obsédantes qu'elle a vis-à-vis de sa sœur et ce malgré plusieurs années de thérapie, je fais donc les points 3R et 60V.

Le mois qui suit, elle fait un rêve : « *je rêvais que j'étais dans un magasin avec ma sœur et que j'essayais un blouson en cuir. Je lui demandais si elle trouvait qu'il m'allait bien. Elle me disait que oui et me regardait. A un moment, elle me dit : mais tu sais que j'en ai un dans*

*mon armoire, à la maison, tu peux le prendre, je te le donne* ».

Son rêve s'est arrêté là. Elle est effectivement allée chercher ce blouson dans l'armoire de sa sœur, et la séance d'après, elle était détendue et souriante.

Elle avait, dit-elle, fait la paix avec ce décès brutal et cela a permis en bénéfices collatéraux de renouer le dialogue avec ses parents autour de cette rupture dans la vie familiale qu'a marqué le deuil.

Babeth Doucet.

### « mais je n'ai que de belles choses à me dire ».

Il y a trois ans environ, j'avais présenté un cas pendant le module de Pratique de Consultation. Une femme de 70 ans, avait une arthrose de la hanche et de gros problèmes familiaux. Son mari l'avait trompé en Afrique avec des petites filles, mineures. Or, juste avant cette folie, ils avaient adopté deux enfants africains. On imagine les conséquences. Sa fille est aujourd'hui diagnostiquée « bipolaire » et son fils ne lui donne plus de nouvelles, me confiait-elle.

Rien d'étonnant d'ailleurs à cela, selon elle, puisque sa propre mère lui avait toujours répété depuis sa plus tendre enfance que les hommes étaient « nuls » et les enfants « des galères ».

La conclusion de l'étude de son cas lors du module, fut de pratiquer une technique d'ouverture de hanche et de conseiller à la patiente l'exercice de la lettre, étudié lors du module « Psychologie du Praticien ».

La patiente revint me voir non pas pour sa hanche mais en urgence, pour un torticolis avant un concert de clarinette (elle est musicienne). Je n'ai donc pas pu lui faire d'ouverture de membres. Après le traitement de sa nuque, je lui ai proposé l'exercice de la lettre. Je n'ai plus eu de nouvelles de sa part pendant 3 ans, alors qu'elle continuait à m'adresser des copines pour mes bons soins prodigués.

Puis, en décembre dernier, elle a repris rendez-vous car elle avait « beaucoup de choses à me dire ». Elle avait décidé de se faire opérer

des deux hanches (l'ouverture de hanche a donc bien été faite, mais pas par mes soins). Mais elle a également fait le travail des lettres dont nous étions convenus: une à sa fille et une à son ex-mari. Elle est alors revenue me voir pour : « nettoyer, en finir, bref couper les liens avec eux ».

J'ai travaillé le couplage 3R/60V. En se relevant du futon, elle avait un sourire radieux, des étoiles plein les yeux. Pour clore la consultation, je lui ai demandé s'il n'y avait pas une dernière personne à qui écrire ? En riant elle me propose : « *maman* » ? *Et qui d'autre* ? lui demandais-je ? « *Moi !!!* » s'exclame-t-elle, « *mais je n'ai que des belles choses à me dire* ». Alors cette lettre-ci vous la garderez » lui ai-je répondu.

Stéphane Tanguy.

## - EMISSIONS A SIGNALER - - EMISSIONS A SIGNALER -

[Vous pouvez voir et revoir la plupart de ces émissions sur le site de l'Institut ou en podcast](#)

Le 04 février 2014, Michel a de nouveau été invité à RMC, par Brigitte Lahaie pour son émission « Lahaie, l'amour et vous ». Sur le thème « mon corps me parle » l'émission a permis une nouvelle fois de sensibiliser les nombreux auditeurs et auditrices, fidèles et inconditionnels de cette émission. Plus de 30 ans d'antenne et pas une ride pour cette parenthèse dont le sérieux balaie les a priori.





### Et il me parla de cerisiers, de poussière et d'une montagne...

par Antoine Paje.

Ed. Pocket

Prix: 5,90 €

Ce livre s'inscrit totalement dans le thème du dossier de cette Lettre. Car pour être à même de répondre à une situation périlleuse de façon « qualitative », il est fondamentalement nécessaire de ne pas être dans la peur! Le grand mot est lâché, la coupable est nommée, car c'est bien elle qui nous conduit vers le pire et l'ombre.

Voilà pourtant un titre bien surprenant pour un ouvrage traitant de la question. Et en plus il s'agit d'un roman! Certes mais combien riche. Ne mesurez pas la valeur de l'ouvrage à sa taille, car ce petit livre apporte un éclairage brillant, tellement simple et pourtant époustoufflant de cette toxine psychique majeure qui gangrène tant de monde et qui s'appelle peur!

De ce parasite émotionnel découlent tant de comportements pathogènes, de soumission et d'abdication, de violence contre soi ou les autres, d'isolement et de détestation, que c'en est incroyable. Combien de patients en sont porteurs, combien de praticiens croient en être débarrassés, et pourtant...

L'auteur nous conduit à la prise de conscience du caractère dévastateur potentiel de cette émotion qui, lorsqu'elle est juste nous protège mais lorsqu'elle fantasmée peut nous détruire. Une belle histoire de croissance intérieure à lire absolument afin de pouvoir éclairer de façon « éveillée » tous nos patients qui la subissent, sans en avoir conscience. Ce qui n'est bien sûr pas notre cas!



Michel Odoul.

### Vaincre le stress.

Guide des méthodes naturelles antistress.

Par Célia Jacquet-Fournier.

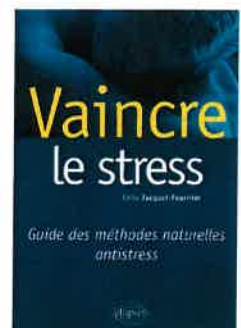
Editions Ellipse.

Prix : 12,50€.

Célia Jacquet-Fournier est une psychologue clinicienne, diplômée de l'Institut Psychoprat de Paris et qui s'est formée à l'Institut, tant en Shiatsu qu'en Psychoénergétique. Elle a d'ailleurs présentée sa thèse d'examen sur le thème « du sens des maux », en s'appuyant notamment sur un protocole d'étude réalisé pendant plusieurs semaines à l'Institut, auprès de patients reçus par Bertrand, David et Jacques. Ce nouveau livre (son deuxième) traite du stress et des différentes réponses apportées par certaines médecines douces, dont bien sûr le Shiatsu ou l'Aromathérapie. Elle n'hésite d'ailleurs pas à faire référence aux apports indéniables de ces techniques ainsi qu'à la dimension majeure de la Psychoénergétique.

Un livre à avoir pour les praticiens qui y puiseront une mine d'information pour leurs patients.

Michel Odoul.



### Luttez contre le stress et l'anxiété.

Par Claudine Badey-Rodriguez et Bernadette Costa-Prades.

Editions Albin Michel.

Prix : 10,90 €.

Voici un autre petit livre qui traite de la question du stress. Son titre peut sembler peu cohérent avec ce nous pensons de la « lutte contre ». Ce n'est pas le cas car cet ouvrage nous propose des exercices, faciles et astucieux, non pas pour lutter contre le stress mais plutôt pour y répondre voire l'anticiper. Un CD audio d'une heure environ est offert avec ce livre qui est un excellent complément à l'ouvrage présenté ci-dessus.

Alors n'hésitez pas à vous l'offrir ou à le conseiller à vos patients. Il participera à leur capacité (ou à la votre) à dépasser ce moment où la perception que nous avons de l'événement, le permet pour le transformer en risque fantasmé.



Michel Odoul.

**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 lundi 23 juin 2014 et s'adresse aux personnes ayant terminé la MTC au plus tard en septembre 2013. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2013 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 25 avril 2014**

**Une convocation vous sera adressée à partir du 6 mai 2014.**

### **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 26 juin 2014 et s'adresse aux personnes ayant terminé le 1<sup>er</sup> cycle de réflexologie plantaire douce au plus tard en juin 2013. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de décembre 2013, 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 25 avril 2014**

**Une convocation vous sera adressée à partir du 6 mai 2014.**

### 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 26 juin 2014 et s'adresse aux personnes ayant terminé le cursus d'aromathérapie au plus tard en octobre 2013 et ayant suivi préalablement le module de physiopathologies en septembre 2013. Les personnes n'ayant pas réussi lors de la session de juin 2013 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 25 avril 2014**

Une convocation vous sera adressée à partir du 6 mai 2014.

### - INFOS SOIREEES DE PRATIQUE - - INFOS SOIREEES 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 : le 25.

En avril : les 1, 10. (dernière soirée avant les vacances de Pâques).

En mai : les 16, 21, 26.

En juin : les 6, 24, 28 (dernière soirée avant l'été).

**Merçi 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 24, 31.

En avril : le 9. (dernière soirée avant les vacances de Pâques).

En mai : les 13, 20, 27.

En juin : les 4, 7, 27.

(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!

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

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

## L'Équipe de l'IFS

#### Responsables:

Michel  
Nelly

#### Animateurs de stage

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

#### Assistant(e)s « Capés »

Alain, Carolyn, Catherine,  
Laure, Valérie.

#### Assistants de stages

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



Vous pouvez connaître toutes les dates sur les sites internet  
[www.shiatsu-institut.fr](http://www.shiatsu-institut.fr) et [www.reflexologie-institut.fr](http://www.reflexologie-institut.fr)



Module	1° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module 1 Initiation		24, 25, 26 mars 2014	395 €
Module 2 Tech. Avancées		20, 21, 22 mai 2014	395 €
Module de Shiatsu Assis		5, 6 avril 2014	295 €
Module de M.T.C.		13, 14, 15 juin + 12, 13, 14 septembre 2014	825 €

Module	2° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Module de Psycho-énergétique		6, 7/10 + 10, 11/11 2014 + 21, 22/01 2015	1025 €
Module de Shiatsu Fondamental		7, 8, 9 novembre 2014	525 €
Module d'Anatomie pour le Shiatsu		13, 14, 15 mai 2014	485 €
Module de Do In		7, 8 juin 2014	295 €
Module de Physio Pathologies		9, 10, 11 septembre 2014	485 €
Module de Diététique Energétique		7, 8 avril 2014	295 €

Module	3° CYCLE DE SHIATSU	date	tarif
Psychologie Corporelle Appliquée		3, 4/04 + 18, 19/06 + 16, 17/09 2014	1025 €
Shiatsu des Techniques Internes		12, 13 janvier + 3, 4 février 2015	625 €
Anatomie Fondamentale		23, 24, 25 mai 2014	525 €
Psychologie du Praticien		30 sept, 1, 2/10 + 4, 5, 6 nov. 2014	1200 €

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Pratique de Consultation		24, 25 juin 2014	325 €
Etude de cas		13 octobre 2014	145 €
Perfectionnement Sh. Fondamental		14 octobre 2014	125 €
Perfectionnements 1 / 2		4, 5 juin 2014	125 € / 125 €
Perfectionnement Amma		3 juin 2014	125 €
Perfectionnement M.T.C.		2 juin 2014	145 €

Module	1° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module 1 Initiation		1, 2 avril 2014	295 €
Module 2 Pratique Avancée		26, 27 mai 2014	325 €
Module 3 de Théorie Générale		20, 21, 22 juin 2014	405 €

Module	2° CYCLE DE REFLEXOLOGIES	date	tarif
Module de M.T.C.		13, 14, 15 juin + 12, 13, 14 septembre 2014	825 €
Anatomie pour les Réflexologies		10, 11 avril 2014	325 €
Module de Techniques et Postures.		9 avril 2014	145 €
Réflexologie Plantaire Chinoise.		16, 17, 18 mai + 27, 28, 29 juin 2014	1025 €
Module de Physio Pathologies		9, 10, 11 septembre 2014	485 €

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

Module	MODULES DE PROFESSIONNALISATION	date	tarif
Supervision		23 novembre 2014	145 €
Perfectionnement RP Douce		06 juin 2014	125 €
Perfectionnement Podo réflexologie		25 novembre 2014	125 €
Perfectionnement RP Faciale		24 novembre 2014	145 €
Perfectionnement RP Chinoise		26 novembre 2014	125 €
Perfectionnement M.T.C.		2 juin 2014	145 €
Module de Diététique Energétique		7, 8 avril 2014	295 €

Module	CYCLE HUILES ESSENTIELLES	date	tarif
Module d'Initiation		8, 9 octobre 2014	295 €
Module Aroma Pro		6, 7, 8 janvier 2015	485 €
Module de M.T.C.		13, 14, 15 juin + 12, 13, 14 septembre 2014	825 €
Module de Phyto-énergétique		10, 11, 12 juin 2014	485 €
Module d'Olfacto-thérapie		3, 4, 5 octobre 2014	455 €
Module de Physio-pathologies		9, 10, 11 septembre 2014	485 €
Module de Diététique Energétique		7, 8 avril 2014	295 €

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