

# La Lettre

“de l’Institut Français de Shiatsu”

## ÉDITORIAL

Lettre trimestrielle de  
l’Institut Français  
de Shiatsu

N°86 – ETE 2023-  
8 € -  
le 15 juin 2023.



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

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

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

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

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

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

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

page facebook

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

## Confiance...

Confiance, ce mot peut sembler incongru, de nos jours. Il est vrai que le contexte est un peu compliqué et de nombreux praticiens le constatent. Et les questions sont parfois grandes et graves.

Avoir confiance, faire confiance, certes, mais en qui et en quoi? Ethymologiquement, le terme confiance vient du latin *confidentia* qui veut dire confiance. Et en langue anglaise, confiance se dit confidence. Alors avoir confiance, est-ce être dans une confidence? Dans quelle confidence? Être dans la confidence, c’est partager un secret. Quel secret? Est-ce être dans la confidence des cieux, dans celle d’un propos qui dépasse le stade conscient de la perception que nous avons du monde? Est-ce être capable de dépasser la peur, qui enferme dans un cercle d’habitudes et de croyances qui se disent rationnelles et ne le sont pas? Est-ce être dans la capacité à quitter la chape castratrice d’un fatalisme déterminant pour assumer la liberté d’un destin choisi?

Vaste question. Vous avez bien souvent entendu cette phrase à l’institut “*le Ciel ordonne et la Terre exécute*”. Sommes-nous donc des fétus de paille, victimes et ballotés par un destin aveugle ou hasardeux ou bien sommes-nous des héros en chemin et qui l’ignorent?

C’est l’éternelle question des humains insécures. “*Gens de peu de foi*” nous disent les Ecritures. Quelle foi? Est-ce la foi en quelque chose de transcendant dont il est question? Ou bien la foi en ce que la vie peut réaliser à travers nous? Sommes nous des gens de peu de confiance au regard de ce que la vie nous propose? Dans les moyens et capacités qui sont les nôtres ou dans ceux qu’elle met à notre disposition? Et si nous sommes des héros, cela veut-il dire que les choses sont entre nos mains et qu’il nous appartient de les “agir”, c’est à dire de faire ce qu’il y a à faire? Car aucun destin de héros ne se réalise dans l’attente ou dans l’inaction.

Est-ce là la “confidence”? La manne céleste est certes une aide, un shoot mais en aucun cas un fournisseur. Et seuls ceux qui sont en chemin en bénéficient, à la condition

qu’ils gardent - justement - la confiance et acceptent l’injonction de ne rien garder ou stocker, par peur de manquer.

Le secret est-il l’acceptation de l’ordonnement des faits et des évènements par le “céleste”, c’est à dire le subtil? Je le crois vraiment. Quelle différence! Combien de fois nous avez-vous entendu dire que *la difficulté était générée par le fait de “vouloir savoir avant”* (par peur de ne pas savoir ou pouvoir maîtriser). Il n’y a dans mon propos rien d’abstrait. Il est au contraire bien concret et connu de tous temps. Sénèque disait “*ce n’est pas parce que les choses sont difficiles que nous n’osons pas. C’est parce que nous n’osons pas que les choses sont difficiles*”.

Si je n’ouvre pas une porte, par crainte de ce qui peut être derrière, je perds tout et surtout je reste dans ma gangue. Ce n’est pas simple, c’est cependant incontournable. Tout ceci ne signifie pas qu’il faille faire n’importe quoi, ne pas se poser de questions ou foncer dans le noir. Cela signifie qu’il ne faut pas se poser les “mauvaises questions” car elles amènent toujours à de mauvaises réponses. Cela signifie qu’il ne faut pas perdre de vue l’objectif, l’horizon que l’on s’est fixé.

Tout le secret, toute la *confidence* réside dans cette clé. Ce n’est pas sur son projet de vie qu’il faut s’interroger mais sur la façon de le réaliser. Ce n’est pas s’interroger sur le fait de savoir si on va l’atteindre ou non, mais plutôt sur les moyens à mettre en oeuvre pour y arriver. C’est cet état d’esprit qui “nourrit” le Ciel et le rend fécondant. Comme le parfum des fleurs, il agrège les énergies et les vents favorables.

Tous les praticiens qui s’installent sont confrontés à ces questions, à ces peurs, à ces freins, à ces doutes, chez eux, dans leur famille et bien entendu avec leurs patients. Et je crois que la meilleure réponse à apporter, c’est le témoignage de ceux “qui l’ont vécu et dépassé”. Alors lisez le dossier de cette Lettre.

Bel été à tous.

Michel Odoul.

# S'installer, un sacré projet...



Un témoignage proposé par Laurie Roturier.

S'installer! La grande question, la grande aventure, la plongée dans l'inconnu. Oui, tous ceux qui ont passé un jour le cap, le savent. Ils ou elles l'ont vécu, avec plus ou moins de force, d'intensité ou de confiance, certes, mais toujours avec un petit pincement au coeur. Est-ce que ça va marcher? Vais-je y arriver? Suis-je suffisamment capable? Et quel prix demander? Etc.

Quelle que soit la motivation de chacun ou chacune, les interrogations existent. Tant qu'elles restent justes, justifiées et stimulantes, elles sont bonnes. Ce n'est que lorsqu'elles apportent le doute, la critique qu'elles deviennent néfastes, sclérosantes parce qu'alors elles signent la perte de la confiance. Or la confiance est la source de tout. Elle éclaire le regard, elle le porte vers ce qui est juste. Elle transpire de nous, touche le patient, emporte l'assentiment de tous, que ce soient nos proches comme ceux avec qui nous avons à faire (banquier, bailleur, assureur, etc.) ou ceux à qui, au niveau local, nous présentons notre activité (journalistes, kiné, ostéo, pharmacien, médecin, etc.).

La confiance est la clé de tout car c'est elle qui nous fait garder le cap et dépasser les épreuves. Elle n'est pas l'innocence ou l'inconscience, elle est la certitude du but, de celle de la validité du projet qui est le nôtre. Elle ensemence chaque instant de notre démarche et se nourrit de cette même démarche car chaque étape élève un peu plus. Elle se cultive individuellement et par des éléments propres à chacun, mais elle est aussi « collective ». En cela le témoignage de Laurie est édifiant.

Ce que les autres font et nous montrent, que ce soit à titre personnel comme professionnel est important, et ce d'autant plus que cela vient de la part ceux qui sont sur le même chemin. Les témoignages qui suivent, de Laurent, Laurence ou Jonathan, le montrent parfaitement puisqu'ils parlent d'eux, de leur expérience voire de leur passage d'épreuves personnelles. Cela transparait de façon tellement évidente entre vous, lors des modules tels que « Pratique de consultations » ou « Protocoles ». C'est particulièrement perceptible et mesurable, lors des arrivées du matin, qui signent le plaisir de se retrouver entre « collègues » ou lors des pauses où chacun et chacune évoque ses propres expériences et son quotidien de praticien(ne). Ces moments sont des moments-clé parce que c'est la parole de ceux qui partagent le chemin, qui s'exprime, créant ainsi de la référence et de la confiance.

C'est pour cette raison que nous avons choisi de construire ce dossier autour des témoignages d'élèves/praticiens. Leurs expériences, professionnelles et personnelles vont parler à tous, que ce soit dans le champ professionnel comme personnel.

Lisez plutôt.

Michel Odoul.



## Que la force soit avec vous!

Voilà plus de 10 ans que je suis installée en cabinet. 10 ans à trouver la bonne combinaison pour réussir à vivre de ce métier si atypique, le shiatsu. Ce n'était pas une mince affaire car je venais d'un tout autre secteur, le milieu financier.

J'espère que mon témoignage pourra donner de la force à ceux qui prennent ce chemin et qui souhaitent vivre de leur passion. J'espère que cette expérience leur fera gagner du temps et garder la confiance.

Alors comment s'installer ? Comment pratiquer pour développer son geste shiatsu ? Comment faire sonner le téléphone ? Quels sont les erreurs à ne pas commettre ? Com-

ment vivre de ce métier-passion ? Serais-je à la hauteur ? Autant de questions qui peuvent émerger. Autant de peurs à surmonter et voici mon expérience.

Tout commence à l'obtention du diplôme de praticien shiatsu de confort. J'avais alors demandé un débriefing de mon examen auprès de Michel. Je me souviens de cette phrase qu'il m'a dite : "Maintenant tu peux t'installer". Ce qui sous-entendait "tu peux le faire, tu en es capable". Oulala, moi ? M'installer ? Capable ? Vraiment ? Ok, le "comment" s'est alors manifesté.

## Comment?

En MTC, l'élément TERRE est au centre, elle nourrit chaque chose et joue le rôle de pivot, distribuant de

façon permanente la nourriture à toutes les cellules. Ainsi, pour qu'un projet émerge et perde l'énergie de la TERRE (Rate/Pancréas) est essentielle dans un premier temps. L'aspect financier, l'argent et le lieu d'exercice sont en lien avec ce principe (Estomac). C'est la base. A l'époque je venais de quitter la banque, j'avais vécu la période des subprimes, la bourse s'était effondrée et j'avais été particulièrement sensible aux répercussions. A ce moment-là j'ai développé une aversion pour l'argent et j'étais en quête d'une vie où il n'existait pas. Vous voyez le conflit intérieur ? Je refusais l'argent mais il m'était nécessaire puisque



*L'obscurité du monde n'est qu'une ombre. Derrière elle, et cependant à notre portée, se trouve la joie.*

*Fra Angelico da Fiesole.*

## **S'installer, un sacré projet...**



J'avais choisi d'habiter Paris, je devais manger et payer mon loyer. Donc soit, je l'acceptais, soit je partais vivre au fin fond de la campagne et j'abandonnais l'idée de devenir praticienne shiatsu.

J'ai dû revenir à la réalité car je me suis rendue compte que l'argent était fondamental, j'en avais besoin pour me loger et me nourrir ! Alors oui, faire du shiatsu est une cause noble et nourrit l'être sur un champ subtil (yang) mais pour vivre de ce métier il devait aussi me nourrir sur le plan matériel car aller au supermarché faire les courses est essentiel (yin).

J'ai donc d'abord créé mon auto-entreprise (qui demeure, selon moi, le meilleur moyen pour débiter). Le taux des cotisations sociales est réduit car vous pouvez bénéficier de l'ACRE (Aide à la création d'entreprise):

cf : <https://www.service-public.fr/>.

J'ai ensuite souscrit une assurance professionnelle conseillée par l'Institut. Un dossier d'installation est d'ailleurs disponible auprès de l'Institut, il suffit d'en faire la demande.

J'ai ensuite fixé le prix de la séance. Un grand moment, surtout lorsqu'il faut faire payer le patient. "*Le prix de la séance est la valeur que vous vous donnez*", cela vous parle ? Oui c'est bien la voix de Michel et l'élément METAL avec l'énergie du Poumon bien-sûr.

A vous de décider à combien vous vous évaluez. Si cela est trop peu, vous vous dévalorisez en prenant le risque que les gens ne vous prennent pas au sérieux. Et vous dévalorisez tout ce que vous avez appris. Et si cela est trop élevé, vous passerez pour un charlatan.

Vous l'aurez compris, l'aspect TERRE et METAL étaient problématiques chez moi et j'ai dû aborder cela en séance. Aller consulter un

praticien shiatsu de l'Institut était donc une évidence, une nécessité. Comment prétendre octroyer un soin de qualité sans en faire l'expérience ? C'est incohérent et j'avais en tête « charité bien ordonnée commence par soi-même ».

Ayant peu de moyens financiers pour prendre une location de cabinet, j'ai opté pour la location de salle à l'heure. Cela me permettait de conserver mon emploi de l'époque et de recevoir les patients en soirée ou le samedi, sans aucun engagement financier puisque je payais uniquement ce que je consommais.

Seulement voilà, après avoir épuisé mon stock d'amis et de famille, le téléphone ne sonnait pas et il fallait que je pratique pour parfaire mon geste shiatsu. J'aimais cela et je devais m'exercer sur les techniques apprises. On nous le répète assez souvent à l'Institut : keiko, keiko, keiko, la confiance vient en pratiquant.

Alors j'étais présente à toutes les soirées de pratique, je suis devenue assistante de formation à l'Institut, j'allais autant que je le pouvais me faire faire un shiatsu, j'offrais des séances à mes amis, bref, je me « démerdais » car j'étais sûre de mon objectif, devenir praticienne shiatsu à temps complet.

### **L'expérience pratique.**

Pour pratiquer encore plus, j'ai contacté l'organisme Groupon, une plateforme qui propose des prestations en tout genre à des prix bradés. L'opération s'est bien déroulée puisque j'ai pu toucher une centaine de corps différents. Ce n'est pas ce qui a pérennisé mon activité sur le plan économique. En effet les personnes souscrivant à ce genre de prestation « achètent d'abord un prix ». Elles veulent du « tout tout de suite, sans payer et sans effort ». C'est un peu loin de l'esprit du shiatsu... Cela n'en est pas moins utile.

C'était ce dont j'avais besoin à l'époque: avoir rapidement et sans investissement trop grand, des patients. Cette opération aura eu le mérite de me faire pratiquer et de gagner de la confiance en moi et en ma pratique.

### **La prospection.**

Au fur et à mesure, le bouche à oreille et les recommandations via l'Institut ont commencé à porter leurs fruits. Mais le cabinet que je louais à l'heure ne me convenait plus et j'aspirais à occuper un espace à moi. De plus, j'éprouvais de plus en plus de difficulté à recevoir les patients le soir et le week-end.

Je suis donc passée à temps partiel avec mon travail alimentaire et j'ai pu prendre une location de cabinet avec des jours de présences fixes.

J'ai édité des flyers et des cartes de visite que j'ai distribué dans le quartier auprès des commerçants et des professionnels de santé que j'appelais avant de me déplacer. Ce fût un exercice difficile car j'avais l'impression de me vendre et de forcer les choses. Malgré cela, une personne est venue en séance, elle m'en a apporté 10 autres.

Après 2 ans d'exercice dans ce lieu, j'ai dû reculer pour mieux sauter. Le contexte « provisoire et facilitant » devenait pesant. Le loyer était trop cher, la praticienne d'à côté recevait des patients bruyants, la diététicienne avec laquelle je partageais l'espace n'était pas du tout branchée énergétique et le pompon était que la fenêtre de ma pièce ne s'ouvrait plus, m'empêchant ainsi d'aérer. Il me fallait redoubler d'ancrage pour rester concentrée face au bruit, occuper l'espace sans pouvoir réellement m'affirmer et m'interroger sur ce que reflétait en moi le manque d'oxygénation de la pièce.

*Si je recommençais ma vie, je tâcherais de faire mes rêves encore plus grands, parce que la vie est infiniment plus belle et plus grande que je n'avais cru, même en rêve..*

*Georges Bernanos.*

## S'installer, un sacré projet...



Le troisième cabinet fut beaucoup plus paisible mais la lumière naturelle (soleil) manquait cruellement. Autant de messages et d'expériences importantes pas toujours agréables, qui m'ont fait douter mais qui m'ont fait aussi et surtout, grandir.

Malgré quelques mésaventures sur mon lieu d'exercice, j'avais de plus en plus de patients. Mon référencement à l'Institut fut un canal fondamental car la notoriété de Michel est telle que de nombreuses personnes consultent la rubrique « un praticien près de chez vous » (ndlr: qui s'appelle sur le nouveau site de l'Institut « Trouver un praticien référencé par l'IFS).

Depuis 2 ans maintenant, je vis à La Rochelle et ce conseil reste valable aussi bien à Paris qu'en province.

### Communiquer dans l'invisible.

Par ailleurs, je m'apercevais qu'à chaque fois que j'allais à l'Institut le téléphone sonnait... Quel était ce rapport entre la prise de RDV des patients et ma présence à l'Institut ? Après quelques jours, cela s'estompait et la prise de RDV redevenait plus rare. Il fallait donc que je sois le plus possible à l'Institut ? Je ne pouvais pas y élire domicile ! Il me fallait trouver la solution pour conserver cet état d'être qu'elle procure. De toute évidence, je rayonnais centrage et confiance en ma pratique après chaque stage et par effet ricochet les gens venaient.

Donc keiko, keiko, keiko, comme le dit David et... Misogi ! Sa pratique permet centrage, alignement, rayonnement etc. Je me suis donc mise à occuper mon espace, mon territoire, et à pratiquer Misogi, même dans les moments où je n'avais personne. C'est la démonstration de la force

de l'invisible et de la portée de l'état d'être d'un praticien centré et confiant. C'est ce qui fait qu'il rayonne!



### Un nouveau départ.

Depuis presque 2 ans donc, j'habite La Rochelle et j'ai dû me réinstaller. Retour à la case départ, ou presque. J'ai trouvé un cabinet en location, lumineux, facile d'accès et bien placé, que j'ai dans un premier temps sous-loué 2 jours par semaine à un praticien en énergétique. J'ai aussi repris un petit job alimentaire en télétravail pour les débuts (1 à 2 jours par semaine). Mon énergie était différente, je pouvais m'appuyer sur toutes mes expériences passées. J'étais plus confiante, *je l'avais déjà fait et je savais que cela allait marcher.*

### Communiquer dans le visible.

Mon objectif dans un premier temps était de me rendre VISIBLE. Il fallait que les gens sachent que j'existe. Et ce fut un gros challenge pour moi de me mettre en avant et d'assumer pleinement qui j'étais.

- ✓ J'avais pris le soin de demander aux patients parisiens de me laisser un avis sur google (que des bons avis évidemment ( ).
- ✓ J'ai refait mon site internet avec les conseils d'un webmaster pour optimiser ma visibilité. La société Simplebo offre un service de qualité, je connais plusieurs praticiens qui travaillent avec eux.

Pensez à demander un partenariat si vous connaissez quelqu'un qui a fait appel à eux car un avantage tarifaire est possible.

- ✓ Je me suis mise sur les réseaux sociaux, j'ai choisi facebook, instagram et linkedin. J'y publie certains articles/photos qui me paraissent pertinents. Pensez aux hashtags, ils permettent d'augmenter la visibilité du post. #shiatsu #michelodoul #votreville #institutfrancaisdeshiatsu, par exemple.

Ces éléments sont importants car vous le savez, la plupart des gens sont devant leurs écrans et ils permettent d'être cité en premier sur google. Plus vous êtes présents et actifs, plus vous êtes visibles. C'est comme ça que cela fonctionne et c'est aussi une manière de rayonner.

- ✓ J'ai réitéré l'opération d'appels et de distribution de flyers / cartes de visite en ciblant plutôt les ostéopathes, les kinés, médecins homéopathes, les lieux communs, associations, réseaux etc. J'ai au moins 20 patients connus issus de cette prospection pour le moment. Et l'effet ricochet continue...

- ✓ J'ai ensuite contacté 2 médias payants qui proposaient des encarts publicitaires.

-Un premier site local diffusé sur internet et les réseaux sociaux. Voici le lien :

<https://larochelleinfo.media/decouvert-shiatsu-la-rochelle/>

-Puis un second journal local papier diffusé dans 70 000 foyers une fois par mois pendant 4 mois.

Ce fut un franc succès car je ne me suis pas cachée de citer Michel Odoul, et, à nouveau, il faut le dire, son nom est vendeur. Cela m'a ramené une vingtaine de clients, qui

*Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers ton risque. A te regarder, ils s'habitueront.*

*René Char.*

## S'installer, un sacré projet...



eux m'ont à leur tour ramené du monde etc.



J'ai cependant eu beaucoup plus de retombées avec le média en ligne où la clientèle oscille entre 25 et 70 ans. Pour la version papier, la population est plus âgée, elle a moins accès à internet et se situe plutôt aux alentours des 80 ans.

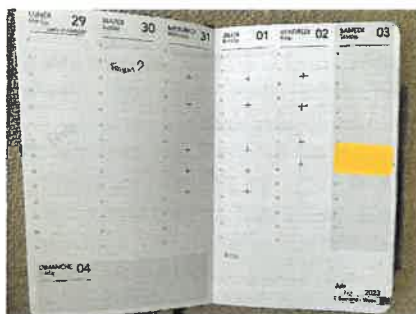
✓ J'ai collé un autocollant sur mon vélo ☺. J'ai été interpellée plusieurs fois dans la rue pour me demander des renseignements.



Et pour ce qui est du NON ou MOINS VISIBLE: j'ai créé le cabinet

à ma manière et je sens que mon centrage et mon enracinement sont plus solides. J'ai nettoyé le lieu physiquement (ménage, peinture etc) et énergétiquement (géobiologie). Je l'ai également agencé selon le Feng Shui et j'y ai mis quelques objets susceptibles de mettre en confiance les différents types de personnalité selon le principe de l'ennéagramme (cf module Psychologie du praticien).

J'occupe l'espace par ma présence et la pratique du do-in, ce qui m'ancre et améliore ma qualité vibratoire. Je visualise et je note les RDV disponibles sur mon agenda. J'y mets le signe « + ».



Je consulte un praticien shiatsu régulièrement. Je me suis aperçue qu'à chaque fois que je résolvais quelque chose personnellement j'étais amenée à m'en servir en consultation. Ma pratique personnelle du shiatsu nourrit donc mon geste.

Je vais à l'Institut afin de maintenir et développer mon niveau de pratique et conserver mon référencement. Certains patients venant grâce à la notoriété de l'Institut n'hésitent pas à faire 2 à 3h de route pour venir me consulter.

### Conclusion.

Après presque 2 ans d'installation à La Rochelle, je compte entre 6 et 10 séances par semaine. Mon référencement auprès de l'Institut, sur internet, le bouche à oreille et mon investissement dans la pratique sont des éléments essentiels

à la venue des patients. J'espère doubler ce chiffre d'ici 1 an, affaire à suivre...

...et que la force soit avec vous ! ☺

Laurie Roturier.  
Praticienne référencée à La Rochelle



PS: Je viens également de participer au Forum des G.E.M. (Groupe d'Entraide Mutuelle) de Charente Maritime. J'ai pu faire connaître le Shiatsu dans le cadre du bien-être et de la santé mentale auprès de l'agglomération de La Rochelle et des Associations G.E.M. Affaire à suivre...



Dans ce témoignage, Laurent nous fait part de son expérience et de son savoir faire, issus d'une « vie professionnelle précédente ». Les conseils qu'il donne sont judicieux et précis. Ils correspondent à tout ce qui peut participer au « savoir-dire » tel que nous le présentons dans les « Pôles de la professionnalisation ».

Il n'y a en effet pas d'installation et de professionnalisation sans communication. Il n'est pas possible d'exister par soi même, surtout face à la pléthore existant parfois dans nos métiers. Ainsi que Laurie le mentionne également dans son témoignage, il vous faudra passer par la case « vente ». Cela peut sembler « contre-nature » mais il n'en est rien, bien au contraire. Savoir vous faire connaître, c'est savoir vous vendre! Savoir vous vendre c'est savoir vous faire apprécier de tous, patients comme autres praticiens. Bien sûr vous n'êtes pas des savonnettes ni des bateleurs de foire. Il s'agit de mettre en avant ce que vous êtes et ce que vous faites. Il ne s'agit pas de mentir ou d'enfumer le public. Il s'agit de dire la vérité. Il ne s'agit pas de vous vanter, mais il n'est pas non plus question de vous sous-estimer voire de vous dévaloriser. Soyez fiers de vous et de là d'où vous venez, l'Institut! Ayez clairement à l'esprit que vous avez fait la meilleure école! Parce que c'est vrai! Ne soyez pas dans la vantardise, sachez le et soyez en persuadés car vous le constaterez vite sur le terrain.

La force du témoignage de Laurent réside dans la précision de ses conseils et dans leur actualité pour ce qui est des outils de communication. Certes, les flyers et les cartes de visite, ça aide et ce d'autant plus si l'on est en dehors de milieux urbains. Mais il faut reconnaître que le vecteur actuel c'est internet.

Alors lisez attentivement.

Michel Odoul.



## Image & marque

Lorsque vous créez une activité professionnelle en shiatsu et ou réflexologie et souhaitez développer une clientèle donc, vivre de votre activité, vous allez de fait créer une marque.

Vous et votre pratique seront les fondements de cette marque. Elle sera votre identité, un concentré d'informations, qui aidera au repérage et présentera un engagement de qualité.

Dans ce processus d'installation, il est intéressant de rappeler quelques notions clef.

Le lieu de votre installation : campagne, ville, chez soi, à domicile, dans un cabinet, individuel, de groupe, sont toutes des options valables. Ce lieu doit contribuer au développement de votre identité de praticien.

Aidez vos futurs clients à vous trouver, diffuser un engagement de qualité dans votre pratique, c'est aussi savoir et faire savoir.

Savoir et étudier composent le chemin que vous avez décidé d'emprunter en venant à l'IFS.

Faire savoir demande aujourd'hui un site internet.

Afin que votre site soit correctement référencé par Google, une simple page synthétisant les informations de base est suffisante : qui êtes-vous ? Que proposez-vous ? Où exercez-vous ? Comment prendre

rendez-vous ? Quand prendre rendez-vous ? Vos tarifs.

La clef d'un référencement performant passe par un blog. Google adore les articles, si possible assez longs, structurés par un titre, des sous-titres, une ou plusieurs images légendées.

Les sujets d'articles ne manquent pas, ils doivent contenir des mots clefs qui ressortiront lors de recherches effectuées via Google par vos futurs clients : *le shiatsu/la réflexologie est-il un massage ?*, *Qu'est-ce que la Réflexologie/le Shiatsu/L'aromathérapie ? Shiatsu-Réflexologie et douleurs d'épaules, sciatique, désespérance, l'endométrie*.

N'hésitez pas à insérer dans vos articles des liens vers le site internet de l'Institut et des articles publiés dans la Lettre de l'Institut. Ces liens (back link en termes web) vers ou venant d'un site connu de Google augmentent votre visibilité.

Certains praticiens formés à l'IFS utilisent également la couverture de « Dis-moi ou tu as mal » sur leur site ou l'affichent à la devanture de leur cabinet. En affichant cette couverture, ne croyez pas faire de la pub pour ce livre déjà vendu à plus de 700 000 exemplaires, c'est plutôt ce livre qui fera de la pub pour votre activité.

Enfin, évitez de créer un site internet via une solution clef en main qui vous propose un outil de

création simple, et un hébergement. Votre référencement Google ne pourra être optimisé via ce type de solutions. Un pro qui créera un site sous WordPress par exemple avec votre propre hébergement est une solution à privilégier.

La vitesse de chargement du site et des images, la compatibilité avec tout type de supports (téléphone, tablette) sont aussi importantes pour Google.

Des pages Facebook pro, Instagram ou LinkedIn complètent augmentent efficacement votre visibilité. Vous pourrez y publier des extraits de vos articles avec des liens vers votre site.

Un exercice fastidieux mais nécessaire est d'inscrire votre site sur des annuaires afin de générer ces back-links si prisés par Google.

Des outils gratuits de référencement vous permettent de mesurer l'efficacité de ces liens vers votre site.

La géolocalisation via Google ainsi que les avis sont devenus très importants. Il vous faut donc créer une fiche Google à l'adresse de votre établissement et demander à vos clients de publier un avis. Vous pouvez également demander à vos amis d'écrire un avis après avoir reçu une séance.





Il reste à passer en revue les sites qui pourraient vous aider à promouvoir votre pratique ou à recevoir des clients afin de gagner en expérience, en confiance.

*Groupon* était il y a quelques années une solution majeure qui reste une possibilité afin de pratiquer. Vous ne gagnez pas grand-chose pécuniairement parlant mais vous engrangez de l'expérience.

Il reste pour les urbains des sites tels que *Treatwell*. Ces sites référencent à la fois des salons de beauté, des coiffeurs, des spas et mettent en avant systématiquement les offres promotionnelles de ces salons. Donc seule une offre promotionnelle de votre part vous amènera des clients.

Les box cadeaux (p.ex. *Wonderbox*) sont une solution intéressante, vous pouvez proposer des

séances plus courtes à prix attractif afin de faire découvrir votre pratique. Souvent les gens "testent" votre pratique par ce biais avant de revenir en consultation.

De plus en plus de sites vous proposent un référencement parfois payant sur leur site, un agenda de réservation en ligne ainsi que d'autres services comme *Doctolib*. *Médocine* est le plus connu de ces sites et semble, après quelques années, être de plus en plus visible sur la toile, en tout cas en milieu urbain.

Enfin les *Pages jaunes* restent une référence pour un grand nombre de Français. Leur référencement payant ainsi que leur service internet sont assez onéreux, mais vous pouvez être également référencé gratuitement. Leur solution d'agenda en ligne (clic rdv) est plutôt bien faite et simple à intégrer

à votre site.

Ensuite il reste...la Vie. Et c'est peut-être ici que réside l'essentiel : vos clients, vos voisins, votre boulanger, votre coiffeur qui vous recommandent, votre envie de vivre de ce métier magnifique ainsi que votre confiance dans votre pratique.

Comme l'époque est financièrement difficile pour certains, venir en séance peut être un frein. Dans cette période post Covid, la douleur l'emporte souvent sur ces considérations financières et cela vous rend attractif car votre formation à l'IFS vous rend efficace.

Il suffit donc à votre future clientèle de vous trouver...

Laurent Deglos  
Praticien référencé à Paris IDF  
Assistant capé à l'Institut

## DOSSIER ~ TEMOIGNAGE ~ CONSULTATIONS ~

Ici Laurent nous parle d'un vécu de consultation édifiant. Lorsqu'il m'en a parlé, je lui ai aussitôt dit de le relater pour tous les autres praticiens. Il ne s'agit pas d'un cas miraculeux. Il s'agit en revanche d'un cas démontrant combien chaque mot compte car il est porteur d'une énergie, combien les concepts enseignés avec la Psycho-énergétique et la Psychologie Corporelle sont forts et sous-tendent ce que le patient nous amène, et enfin combien il est majeur de faire confiance à votre intuition. A la condition d'en faire ce qui convient! Ce qui a agit, dans le cas ci-dessous, c'est autant le sourire silencieux qu'a « proposé » Laurent, que la question qu'il a « innocemment » posée.

Alors lisez attentivement.

Michel Odoul.

### Une histoire de clown

Il y a peu, j'ai reçu en consultation un homme venu afin de découvrir le shiatsu. Son métier d'accordéoniste et d'artiste lui laisse une certaine fatigue, sans douleurs corporelles majeures.

Lors de l'entretien il me fait part d'un problème pour lequel il avait consulté un chirurgien : une hernie ombilicale apparue quelques mois auparavant.

Le chirurgien lui avait précisé qu'il lui déconseillait une opération car cela pouvait entraîner des "retouches" opératoires tous les deux ans. Lors de la réduction d'une hernie au niveau de l'abdomen, le chirurgien pose un filet afin d'empêcher les viscères de franchir le péritoine. Or, ce filet sous la contrainte des muscles

abdominaux peut céder, entraînant un nouvel acte chirurgical.

Je lui demande alors si cette hernie l'empêche de faire quelque chose. Il me répond immédiatement par « oui, de l'accordéon ». Le poids de l'instrument est incompatible avec cette hernie ombilicale. Il ajoute : « Mais cela ne me gêne pas car je souhaitais arrêter l'accordéon depuis longtemps, mais je ne savais pas comment faire. » Aujourd'hui il continue à exercer un métier artistique ; il est, entre autres, clown ce qui le comble parfaitement.

La localisation de sa hernie, l'arrêt de son activité d'accordéoniste qu'il avait débutée de toute évidence depuis son enfance, me poussent à lui poser une simple question : *Quand avez-vous débuté l'accordéon ?*

*Oh ! Au moins dans le ventre de ma mère, me répond-t-il.*

Sourire. De grands yeux me regardent avec étonnement. Puis, il rajoute : *Ça alors, je n'y avais pas pensé ! S'il existait encore une appréhension liée à cette hernie, elle disparut immédiatement.*

Si, lors de cette séance, j'avais été tendu vers un résultat, stressé par cette hernie ombilicale, à me demander quoi faire, et si Michel ou David nous avait déjà parlé d'un tel cas, j'aurais sans doute manqué de poser cette question. D'où l'importance d'être confiant et détendu.

La séance s'est poursuivie par un shiatsu fondamental.

Je le revois avec plaisir pour une nouvelle séance dans quelques semaines.

Laurent Deglos.

Les deux témoignages qui suivent, sont ceux de deux praticiens que certains d'entre vous connaissent. Ces témoignages sont personnels et nous les remercions sincèrement de nous avoir permis de les publier. Ils sont forts, édifiants, touchants et tellement porteurs de l'idée centrale de cette Lettre: la confiance.

J'ai reçu un jour un mail de Jonathan libellé comme suit: *Bonjour, j'aimerais savoir, s'il était possible d'avoir une réponse de Michel par rapport à un questionnaire personnel soit par email soit par un entretien téléphonique ?* J'ai pour habitude de toujours répondre aux messages des élèves de l'Institut, mais là j'ai eu l'intuition de quelque chose d'important pour Jonathan. Il me confia ensuite ce qui suit.

Michel Odoul.

Je suis actuellement dans l'attente de voir arriver mon premier enfant, une petite fille. Elle doit naître à la fin du mois de février.

Durant la grossesse elle a développé un kyste à son ovaire gauche (lors de la dernière échographie, il mesurait un peu plus de 3cm) qui a demandé un suivi approfondi. Il a maintenant diminué de moitié, les risques de torsion de l'ovaire sont maintenant grandement diminués. Elle aura droit à une dernière échographie lors de ses premiers jours de vie pour un dernier contrôle.

Ma question est la suivante : *Pensez vous que c'est son choix*

*d'incarnation ou plutôt une réaction à une émotion ?*

Les deux jours précédant son échographie où son kyste a été révélé, nous avons eu deux annonces : la première est que son arrière grand-mère s'est cassé le col du fémur et a dû être hospitalisée. Puis le lendemain sa future grand-mère a eu le diagnostic d'un nouveau cancer! Ce qui peut, à mon sens, expliquer pourquoi son ovaire a pu se mettre à saigner.

Mais est-il possible que ce soit un choix d'incarnation ? En prenant en compte le risque d'infertilité? Ces choix se font-ils encore pendant la grossesse jusqu'à la

coupure du cordon ? Ou alors y aurait-il eu un ovaire atrophié dès le commencement de la grossesse si son choix d'incarnation en avait été ainsi ?

Si vous pouviez m'éclairer sur ce questionnaire je vous en serai reconnaissant.

Un grand merci par avance.  
Bonne journée et à bientôt.

Jonathan Billet.  
Praticien référencé à Metz.



Je ne rentrerai pas dans le détail de ce que j'ai répondu à Jonathan car cela appartient totalement à la sphère privée et intime. Mais nous voyons bien combien le questionnaire était chaotique et profond, au point de signer le sentiment d'être désarmé, dépassé. Le plus cher était touché, la Vie. La vie en devenir de la petite fille, la vie en fin de l'arrière grand-mère, la vie en chaos de la future grand-mère. Alors oui, on cherche une cause, peut-être extérieure vue la gravité...

Tout ceci éloigne de la confiance. Tout ceci éloigne de la capacité de l'être concerné, de gérer tout ou partie du problème. Mes conseils à Jonathan et à la future maman, furent de revenir à l'enfant à venir et à son « besoin d'eux » et de leur confiance, dans la vie et en eux-mêmes. Quelques exercices furent conseillés et expliqués. Jonathan et Justine surent les faire leurs.

Je vous laisse découvrir la suite à travers la carte qu'ils nous ont adressée. Elle me touche toujours aussi profondément lorsque je la relis.



*On vous présente Lila, on voulait tout d'abord vous remercier d'avoir pris le temps de nous répondre sur notre questionnaire en rapport avec son kyste à l'ovaire.*

*Après avoir réalisé "des soins" quotidiens durant les trois derniers mois de grossesse (qui se manifestèrent par une communication et un travail de ressenti avec les mains où on estimait être son kyste.) celui-ci s'est estompé à chaque contrôle échographique qui avait lieu tous les 15 jours. Puis il a complètement disparu 3 jours après sa naissance lors du dernier contrôle qui a eu lieu directement sur elle.*

*Notre petite fille est donc débarrassée de tout nouvel examen, elle a réussi à comprendre, gérer et évacuer le pourquoi le kyste s'était installé. Elle est pleine de vie et son regard nous communique l'intensité de la vie.*

*Je voulais également en profiter pour vous remercier sincèrement de m'avoir enseigné la cohérence de la vie. Quelle sérénité de pouvoir avoir confiance en elle...*

*Mille fois merci!*

*Justine & Jonathan*





Le témoignage de Laurence est lui aussi personnel. Elle ne pose pas de question. En revanche elle partage. Et ce partage est lui aussi, édifiant. Il montre combien, une technique simple pour ne pas dire apparemment simpliste, fonctionne à merveille. Elle nous montre combien il est important de ne pas chercher à convaincre l'autre, mais combien la confiance qui nous habite, sait convaincre

Michel Odoul.

Bonjour

J'espère que vous allez bien tous. Un petit retour d'informations sur ce que je pense être des nodules d'Heberden et de Bouchard, d'après les photos sur internet.

Mon père 95 ans maintenant souffrait depuis plusieurs années d'excroissances au niveau articulaire des doigts, très enflammées. Je me souviens de sa mère qui au même âge en souffrait beaucoup. Son médecin lui a dit que c'était de l'arthrose liée à la vieillesse. Or elles étaient douloureuses et mon père ayant une insuffisance rénale modérée ne peut pas prendre d'antalgiques ou d'anti-inflammatoires, d'où "J'ai mal, le docteur ne peut rien faire pour moi, etc..."

Il y a un an je lui ai conseillé

d'essorer ses doigts un à un dans un sens puis dans l'autre. De faire également des pressions, comme en shiatsu, de la paume vers l'extrémité de chaque doigt en tirant à la fin. Il le fait tous les jours, de bon gré. Comme il dit: "les trucs que tu me fais faire, ça m'occupe, j'ai pas grand chose à faire".

Résultat: je n'y pensais plus parce qu'il n'en parlait plus. Or je constate qu'il n'a plus du tout ces nodules, ses doigts sont moins raidés et surtout il n'a plus mal.

Je pense à ce retour d'informations pour « l'essorage » car ce matin au tir j'ai revu un copain artisan couvreur qui devait être opéré des doigts (il avait rendez-vous chez le chirurgien) et ne veut pas arrêter de travailler et à qui j'ai

conseillé il y a trois mois cet essorage en lui disant: "Qu'est-ce que tu risques, avec le truc? Que peut-être ça marche?"

Il l'a fait et vient de me dire qu'il a annulé le rendez-vous en chirurgie. Son médecin ne comprend pas que ce soit normalisé. Il m'a dit ça devant les copains, je n'ai donc pas approfondi la question du pourquoi de la chirurgie des doigts? J'attends le le voir une prochaine fois au tir si j'arrive à le voir tout seul.

Bien respectueusement  
Laurence Lagouche.



## - INFOS PRATIQUES - - INFOS PRATIQUES -

### Dates de pratiques du trimestre.

### Réflexologie Plantaire.

Elles ont lieu de soit 10 h. à 12 h. (matin), soit de 14 h. à 16 h. (après-midi)

Merci donc de ne arriver qu'un 1/4 d'heure avant, cela permettant de préparer la salle.

En septembre: le mercredi 13 (matin)

En octobre: le mercredi 4 octobre (après-midi)

En novembre: le lundi 6 (après-midi)

En décembre: le vendredi 1er (après-midi).

Merci de venir avec un drap de bain.

### Dates de pratique du trimestre

### Shiatsu

Elles ont lieu de soit 10 h. à 12 h. (matin), soit de 14 h. à 16 h. (après-midi)

Merci donc de ne arriver qu'un 1/4 d'heure avant, cela permettant de préparer la salle.

En septembre: le mercredi 13 (après-midi)

En octobre: le mercredi 4 octobre (matin)

En novembre: le lundi 6 (matin)

En décembre: le vendredi 8 (matin).

L'article qui suit nous propose « d'arrêter le délire et de revenir sur terre ». Comment cela? Qu'est-ce que cela vient faire dans le thème de cette Lettre? Il y a toute sa place. Lukasz Jablonski nous ramène à nos pratiques. Il nous parle de terre et de Terre. Il nous parle de réalité et par incidence d'ancrage. Or c'est de là que naît la confiance. Elle puise sa source dans la réalité et la raison. Car le concret et le réel ne produisent pas de fantasmes ou d'angoisses, s'ils sont équilibrés. Ils créent de la densité et des fondations solides. Ils sont le terreau de la confiance.

Lisez plutôt.

Michel Odoul.



## Arrêtons le délire, revenons sur terre...

L'esprit rationaliste puis positiviste des 17<sup>e</sup> et 18<sup>e</sup> siècles nous ont laissé des promesses somptueuses. Celles de la libération de nombreuses contraintes par la connaissance de la nature et du progrès qui devait en découler. Ne plus avoir froid, ne plus avoir faim, ne plus être malade constituaient autant d'engouements à venir pour les sociétés modernes. L'intention d'un tel projet ne peut être perçue que noblement. Qui refuserait de se retrouver à l'abri des éléments de la nature ? Qui refuserait d'avoir de la nourriture en abondance ? Qui refuserait de vivre exempt de maladie ?

### L'expérience et les faits.

La réponse va de soi. Il peut être précipité 2 ou 3 siècles plus tard de tirer des conclusions. Mais ce n'est pas là où je vous invite à regarder. Ce n'est pas le constat d'un échec ou d'une demi-réussite qu'il est intéressant de relever. Mais davantage le processus par lequel le progrès a lieu. Une partie de la réponse se situe dans l'essence des pensées rationaliste et positiviste. Ce sont 2 courants où dominent l'expérimentation et la démonstration par les faits, mais où on laisse totalement de côté la nature intrinsèque des choses.

Reposons les 3 questions précédentes avec une légère nuance. Existe-t-il un problème à ne jamais rencontrer le froid, la faim, la maladie ? Et la réponse, elle aussi tombe sous le sens. Oui ! Ne pas rencontrer le froid, peut exposer à un véritable danger le jour où on y serait confronté. Ne pas connaître la faim expose à l'obésité et une longue série de maladies métaboliques. Et ne pas tomber malade ap-

pauvrit et fragilise la majeure partie des systèmes biologiques humains. Tout cela peut sembler injuste, vu de nos chaumières éclairées et chauffées. Oui et pourtant c'est bien la réalité. Le progrès serait-il mauvais pour la santé ? Bien sûr que non. Il ne s'agit pas de retourner dans les cavernes, de pêcher à la main et de se couper des bienfaits que le progrès nous permet.

### Réalité versus « delirare ».

Revenir à la réalité, c'est simplement laisser des spéculations purement intellectuelles de côté. Les spéculations auxquelles je fais allusion sont stériles parce qu'elles sont hors-sol, coupées de l'expérience vécue par le sujet. Pis elles sont délirantes ! L'étymologie latine de délire est *delirare*, qui veut dire « s'éloigner du sillon qui a été labouré par raies ». Le terme délire est un terme de psychopathologie qui définit un état altéré de la psyché et de la personnalité, caractérisé par de fausses perceptions et de fausses interprétations.

Pourquoi la psychiatrie aurait-elle choisi un terme issu de l'agriculture pour définir un état pathologique de la conscience ? Peut être tout simplement parce qu'un esprit hors-sol est un esprit qui ne peut être qu'interprétatif. Un esprit qui ne reçoit pas d'informations sensorielles de son environnement est contraint de les imaginer. Cela se vérifie même neurologiquement. Le cerveau est un grand insensible puisqu'il est totalement dépourvu de capteurs sensoriels ainsi que je l'évoquais dans un précédent article. Sans l'apport des informations provenant des 5 sens, de l'équilibre et de la proprioception, il ne sait

rien de son environnement au point de ne pas avoir la perception du temps qui passe. Un mental isolé échafaude en permanence des scénarios pour imaginer le pire au cas où cela se produirait.



Paradoxalement, cela peut donner de très belles théories et amener de réjouissants échanges. Même quand cela n'a aucun sens, il peut y avoir un véritable plaisir à laisser se jouer ce verbiage intérieur. Il peut être fertile et donner des idées à expérimenter, des projets à aboutir ou bien des rêves à réaliser. Mais lorsque ce spectacle mental n'est pas en prise avec le réel, il est hors du sillon de ce qui est, il est délirant. Un progrès, même noble dans son intention, qui s'est coupé de ce qui est, et de l'importance du temps peut devenir dangereux.

### L'expérience et la pratique.

C'est d'ailleurs pour cela que tous les cursus de l'Institut démarrent par de la pratique. Cela permet de faire l'expérience par le ressenti, parfois bien avant d'avoir un apport sur le pourquoi de la technique. L'expérience vécue trace un sillon qui à mesure pourra devenir une véritable autoroute neuronale. L'apprenant ne connaît pas un geste parce qu'il en a une représentation mentale vue en photo ou en vidéo, mais il a une expérience vivante qui s'est inscrite. Le premier sillon sera un point de repère pour les suivants et ainsi de suite. D'un premier niveau d'expérience, le geste pourra

## Arrêtons le délire, revenons sur terre...

devenir adaptable à chaque patient, à chaque tension, à chaque texture de peau, de zones et de points.

Ainsi, tout apport théorique semé dans ce sillon pourra germer s'il est cohérent avec l'expérience déjà vécue. Il viendra éclairer et donner de la dimension à l'aspect technique. Le mental de l'apprenant en sera d'autant plus rassuré parce qu'il sera en mesure de faire des liens, par lui-même, entre l'abstrait du contenu théorique et le concret du protocole utilisé. La part de théorie qui n'aura pu être saisie restera en germe en attendant qu'une expérience vienne faire tilt chez l'apprenant. Il restera comme en jachère parce qu'il a besoin d'un niveau plus approfondi dans son expérimentation de la technique.

Il peut être intellectuellement satisfaisant de lire un fascicule d'un module post-graduate à quelqu'un qui débute. Mais il y a peu de chance que le niveau informationnel reçu prenne racine en lui. A mesure que le praticien s'approprie des techniques, il progresse dans sa capacité d'adaptation à un nombre plus grand et plus complexe de situations. Avec le temps, sa lecture des apports théoriques des premiers modules prendra du volume et de la consistance. Renforçant par là sa base.

### La pratique en consultation.

Il en est de la même façon dans le temps de la consultation. La posture du praticien vis à vis du patient doit être à la fois de suivre le fil de l'histoire du patient et en même temps de vérifier qu'il demeure dans son propre sillon. D'où l'importance de le questionner sur ce qu'il ressent. Dans un premier temps sur les douleurs physiques qui l'amène à consulter puis progressivement, et avec tact, sur la manière dont les événements ont été ressentis.

Ce 2e niveau peut être délicat et prendre du temps soit parce que la personne n'est pas habituée

à nommer ce qu'elle ressent, soit parce que l'intensité de l'émotion ne le permet pas. Une émotion forte peut être perçue comme un danger par le cerveau rationnel qui coupe l'accès à l'information. Le système nerveux passe en figement. La personne vous répond qu'elle ne ressent rien. Cela peut prendre du temps, parfois plusieurs consultations pour que des mots soient posés. (Pour aller plus loin sur cette notion de figement, voir l'article dans la Lettre d'automne 2022).

Ce qu'il convient de garder à l'esprit au delà du respect du rythme du patient, c'est un intérêt et une juste curiosité pour la manière dont il a, LUI, vécu les choses. Le temps minuté d'une consultation peut amener à la tentation de plaquer nos propres pensées et ressentis voire de valider le contenu d'un apport théorique. Paradoxalement, suivre le sillon du patient est une façon de procéder plus confortable et moins fatigante. Et dans ce cas là, il y a 2 gagnants. Le patient qui a pu libérer son émotion et le praticien parce qu'il est enrichi d'une histoire vivante qui corrobore ce qu'il a appris.

Déjà sur le travail physique, une zone tensionnelle doit être explorée avec précaution sans pour autant la survoler. Il s'agit de ramener l'attention du patient dessus. Mais sans déclencher de douleur au risque de la voir se refermer. Maintenir le patient dans cette zone tensionnelle (inconfortable mais non douloureuse) est un moyen de lui permettre d'enrichir l'expérience qu'il en a, au travers de son ressenti.

### Comment cela se répercute-t-il dans le champ énergétique ?

Comment ce sillon est-il inscrit et permet-il de garder une trace d'un événement vécu ? En Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), il y a une structure énergétique qui enregistre l'expérience vécue. Cette

structure s'appelle le Yi (ou le I). Il s'agit de la psyché organique rattachée au principe de la Terre. L'énergie de la Rate-Pancréas en a la charge. Le Yi enregistre nos expériences vécues.

On dit en MTC qu'il gère notre rapport au passé et la mémoire de ce passé vécu et perçu. C'est notre histoire telle que nous la connaissons. Je dis souvent à mes patients qu'il n'y a rien de plus rassurant que ce qui est connu. C'est même l'endroit, en nous, où nous pouvons trouver du calme parce qu'il n'y aura pas de remous, pas de surprise, pas de risque, pas de danger. C'est notre maison d'enfance intérieure.

Plus largement c'est notre terre. Celle que nous foulons depuis que nous sommes vivants. Celle qui porte en nous, tous les sillons que nous avons dessiné intérieurement pour nous repérer. C'est cela que représente et porte le principe énergétique de la Terre. La Terre est l'élément d'où tout provient et où tout retourne. Il est même une 5e saison dans la vision de la MTC. Celle d'une période commune en fin de chaque saison. Une fois que le plein potentiel d'une énergie saisonnière s'est déployé, il y a un moment de calme, de retour au connu, avant la prochaine saison.

### La Terre est un repère vivant.

La Terre est ce repère vivant, ce témoin de notre « déjà-vécu ». Y faire retour peut être utile dans les moments de doutes, d'égarément, ou de pertitions. Il y a 12 méridiens énergétiques principaux qui nous mettent en lien avec le réel et permettent de le gérer. Chacun comporte un point dit de nature Terre. Ces points calment l'esprit, ravivent la mémoire, fixent l'agitation. Ils sont rassurants parce qu'ils nous ramènent à ce que la vie a eu de doux et de goûtu. Renforcer la qualité Terre ramène du calme, la capacité à méditer et à prendre du recul.

Sur certains méridiens cette qualité peut être équilibrée ou bien en tension. Ramener du calme peut alors être un moyen de retrouver l'équilibre.

**Comment faire?**

Pour exemple, l'énergie du Poumon, qui gère le champ territorial, peut être en tension chez une personne. Lui permettre de retrouver du calme et prendre du recul vis-à-vis de son territoire peut être un moyen efficace de l'aider si elle traverse ce type de problématique (environnement étouffant, hypersollicitant, intrusif, etc). Cela peut se faire en stimulant son point 9P situé au niveau du poignet (30 secondes dans le sens des

aiguilles d'une montre, 3 fois de suite, à droite puis à gauche pendant quelques jours consécutifs) (ndlr : en portant l'intention de « calme », car nous vous rappelons que ce point est, dans le travail « quantitatif », le point de tonification).

Un autre exemple, peut être le vécu d'une personne qui doute de tout et dans tous les domaines de sa vie. Autrement dit qui a peur de tout. On peut poser l'hypothèse que son énergie des reins, qui gèrent les peurs profondes et tous les fondamentaux sur lesquels on s'appuie, soit en déséquilibre. Lui redonner du calme et du recul pour reprendre pied avec ce qui est connu en elle peut être un moyen de l'aider. Cela peut

se faire en stimulant son point 3R situé en arrière de la malléole interne (30 secondes dans le sens des aiguilles d'une montre, 3 fois de suite, à droite puis à gauche pendant quelques jours consécutifs).

Vous pouvez décliner cette logique pour les 12 méridiens à chaque fois qu'une problématique vous semble en lien avec l'histoire que le patient vous rapporte. Si le lien ne vous apparait pas, prenez du recul, trouvez du calme. Relisez éventuellement vos premiers fascicules ou vos notes. C'est juste que la graine attend que la terre soit prête.

Joyeux été à tous.

Lukasz Jablonski.

- LECTURE - LECTURE - LECTURE -

Choisir,  
Et lire.



**KOGIS, le Chemin des Pierres qui parlent.**

Dialogues entre chamans et scientifiques.

Par Eric Julien.

Éditions Actes Sud.

Prix: 21,50 €.

Je me permets de partager ce livre, qui lorsque je le lis me fais penser au enseignements à IFS.

Le sens entre nos méridiens et les méridiens de la terre ... Je ne sais pas si l'un de vous l'a déjà lu mais je vous le recommande.

Belle découverte et lecture.

Élisabeth Petin.

Praticienne référencée près de Strasbourg.



Merci à Elisabeth de cette suggestion de lecture. Eric Julien a déjà eu les honneurs de cette rubrique car il se passionne pour les Kogis depuis toujours. Et c'est vrai que le contenu de ce livre nous touche beaucoup. Il est totalement cohérent avec la globalité enseignée à

l'Institut. Il est aussi cohérent avec le contenu de cette Lettre parce qu'il apporte du sens et de la confiance. Il est totalement en résonance avec l'actualité de ces quatre enfants (dont un âgé de 1 an seulement) retrouvés vivants, après quarante jours dans une jungle pourtant considérée comme inhospitalière, selon les principes habituels de nos civilisations.

Est-il possible d'apporter une preuve plus flagrante de la force de la confiance? Peut-être que l'inhospitalité d'un milieu est d'autant plus grande que nous ne le comprenons pas et que nous ne savons pas nous adapter à lui pour le mettre à notre service.

Michel Odoul.



La crise sanitaire que nous avons traversée a bouleversé de nombreuses choses dans nos vies et nos activités. Elle a distendu certains liens, en a rompu d'autres ou a changé le rapport que nous avions au monde. Elle a véritablement malmené la confiance, dans son sens le plus large. Nous vivions dans des contextes et des habitudes « tranquilles » et en 48 heures tout a basculé. L'impermanence nous a frappé de plein fouet et certains en ont beaucoup souffert voire ne s'en sont pas remis.

Ce qui a préservé certains, c'est leur solidité naturelle, leur certitude de toujours dépasser les épreuves, leurs croyances en des repères intérieurs puissants. Mais ce qui les a préservé aussi, c'est leur capacité à pérenniser l'essen-

tiel, à cultiver les liens véritables, à respecter ce qui est et à toujours regarder vers l'horizon. Tout ceci n'est pas un hasard, c'est un investissement, un travail incessant qui par une accumulation des petites choses, de petits signes, a su retisser le lien, réparer les déchirures et préserver l'essentiel. C'est aussi tout cela qui nourrit la confiance et inscrit tout dans le temps.

C'est ce que nous avons fait au cours de ces 3 années, avec vous et avec tous ceux qui nous sont importants. C'est le cas avec nos amis japonais de l'Ecole Namikoshi (le Japan Shiatsu Center). La qualité de leur présence et la bienveillance de leur enseignement avaient été appréciées de tous, tant sur le plan professionnel que sur le plan humain. Nous avons en

permanence gardé un lien avec eux et régulièrement échangé, que ce soit sur la façon dont la crise était vécu par chacun, sur leur moral comme sur le nôtre, car personne n'a été épargné. Les nouvelles qui venaient ainsi « de loin » faisaient du bien car elles faisaient sentir « plus proches ».

Le JSC a profité de la crise et de l'arrêt des cours puis de leur reprise progressive, pour faire des travaux de fond sur les locaux de l'école. Kazuo nous a fait le plaisir de nous envoyer les photos ci-dessous. Une restauration de qualité. Bravo. Et tout ceci dans l'optique de nouveaux échanges entre nous.

Michel Odoul.



**Entrée de l'immeuble.**



**Salle de cours.**



## HE Rose centifolia, pour réveiller la confiance en vous!

Elske Miles vous propose ici une Aromathèque particulière, à propos de la confiance. Elle n'insiste donc pas sur la question de la composition de l'huile présentée, cela a déjà fait l'objet d'une précédente Aromathèque (cf Lettre n° 66 de l'été 2018), mais plutôt sur son action profonde. Cette H.E. « merveilleuse », c'est HE Rose centifolia, ou HE Rose de Damas.

Lisez plutôt.

Pour travailler sur la confiance en soi avec les huiles essentielles, nous avons besoin de faire appel à une HE d'exception. S'il y a bien une huile essentielle qui nous permet de faire ce travail sur notre for intérieur, c'est HE Rose Damas. La plus onéreuse de toutes les huiles essentielles, elle est toute aussi exceptionnelle par le processus de fabrication (de la cueillette à la distillation à la vapeur d'eau) qui permet de nous fournir l'« esprit » de la fleur, sa quintessence.

Je vais d'abord vous présenter sa complexité biochimique et ses particularités pour vous permettre de mieux saisir la valeur intrinsèque de HE Rosa damascena. Ensuite, je vous proposerai un protocole simple, agréable et efficace - d'une durée d'un mois - pour vous permettre de nourrir la confiance en vous.

Quel est le secret de l'esprit de la Rose tel qu'on le trouve épuré, condensé, « cristallisé » dans l'huile essentielle de la Rose de Damas?

La distillation est un processus alchimique de transmutation de la matière en quintessence. Or, la distillation des pétales de rose reflète parfaitement l'Oeuvre de l'alchimiste : c'est un travail d'épuration et de sublimation par lequel la matière est mise à l'épreuve du feu et de l'eau afin de la purifier et d'en révéler l'esprit (le spiritus) dissimulé à l'état brut. Pour obtenir un litre d'huile essentielle de rose, il faut distiller 4 tonnes de pétales de rose fraîchement cueillis à la main à l'aube!

De plus, une fois distillée une

première fois, on obtient à peine un petit film d'huile essentielle qui flotte à la surface de l'eau florale qui est récupérée après distillation. C'est ce que l'on appelle l'huile essentielle *directe*. Puis, cet hydrolat de rose est re-distillé pour en extraire d'avantage de cette précieuse quintessence. Ainsi obtient-on de l'huile essentielle *indirecte*. L'hydrolat peut ainsi être re-distillé plusieurs fois jusqu'à ce que ses molécules olfactives fleuries miscibles à l'eau se condensent sous la forme d'une huile essentielle, celle-ci, non-miscible à l'eau. On tire ainsi le principe du « feu » de celui de l'« eau »



En ouvrant un flacon d'huile essentielle de rose on se trouve en présence de l'« esprit » de la rose quasi cristallisé par la distillation. D'ailleurs, HE rose devient solide quand la température ambiante chute. Pour lui redonner sa forme liquide, il suffit alors de réchauffer le flacon dans la main.

Pour ce qui est de son profil bio-

chimique, HE Rose nous réserve une surprise de taille: elle contient environ 15% ... d'hydrocarbures ! Du pétrole ?!

Le concept du chémotype qui est fondamental en aromathérapie nous permet de comprendre cette influence du biotope sur la composition des essences dans les pétales de rose. Son terroir (la terre d'Arabie, aux alentours de Damas en Syrie) imprègne sa nature même. Aujourd'hui la rose centifolia est cultivée pour la distillation dans des pays où le sol est riche en hydrocarbures: la Bulgarie, le Maroc, la Tunisie et même la région de Provins en France.

Cette part fondamentale de son profil biochimique nous révèle en partie son secret pour enivrer nos sens: c'est justement la présence remarquable d'hydrocarbures qui vous fait tourner la tête irrésistiblement.

En plus de cette particularité biochimique exceptionnelle, HE Rosa damascena contient pas moins de 130 molécules différentes.

La présence inhabituelle d'acides rend HE Rose sensible à l'oxydation. Comme le produit est quasi-cristallisé par sa distillation, la présence des acides oxydables est responsable de la bonification de la fragrance de HE Rose dont la durée de vie n'est pas pour autant affectée. Elle se bonifie éternellement ! Quelle merveille. Comme la confiance en soi...



## HE Rose centifolia

### Protocole « Confiance en soi »

#### Quelques précisions générales:

1/ Tout d'abord, pour faire ce protocole « Confiance en soi », vous aurez besoin de passer à l'acte : vous offrir un flacon d'HE Rose - votre flacon d'HE Rose. C'est un premier pas intimement personnel. En l'ouvrant la première fois, vous serez peut-être étonné de sa fragrance brute, tranchée, envahissante. C'est dû à son taux élevé en hydrocarbures. Il faut « aérer » votre HE Rose pour qu'elle commence à s'adoucir, à prendre de l'am-

pleur. En effet, HE Rose doit rencontrer l'oxygène pour que son esprit puisse « respirer » et vous inspirer.

2/ Pour bénéficier pleinement de la fragrance sublime de HE Rose, mieux vaut la diluer dans une huile végétale. De cette manière ses molécules olfactives rentrent en contact avec une plus grande surface de contact avec l'air. La distribution d'une seule goutte HE Rose dans une HV porteuse ou une crème hydratante neutre en augmente la richesse infinie de la fragrance.

De toute évidence, la fragrance subtile et intense de la rose ne tolère pas des HV aux fragrances trop caractéristiques. Pour être sûr de la compatibilité, choisissez votre huile végétale porteuse parmi les HV issues de la famille des rosacées. Pour ce protocole HV Noyaux d'abricot est parfaitement adaptée.

3/ Comme il s'agit d'un travail psycho-émotionnel, il est opportun de faire l'application le soir au coucher.

SEMAINE	Voie d'administration	Description de la Technique
UN	<b>Olfactive</b>	Pendant la première semaine, prenez le temps le soir d'un moment pour vous recueillir avec pour seule information celle de la fragrance de HE Rose. Fermez vos yeux et approchez le flacon ouvert de votre nez. Faites 3 séries de 3 inspirations profondes. Plongez dans cette fragrance et laissez-la vous envahir. Pendant la première semaine vous vous contentez de ce travail de préparation.
DEUX	<b>Massage HE Rose diluée à 10% + olfaction</b>	La deuxième semaine, ce travail peut être approfondi par une application de deux gouttes HE Rose diluées à 18 gouttes HV Abricot sur le Hara (le plexus sous le nombril). Après avoir fait l'application en massage circulaire sur cette zone du corps, portez vos mains en coupe vers votre nez et inhalez en trois séries de trois inspirations.
TROIS	<b>Massage HE Rose diluée à 10% + olfaction</b>	La troisième semaine, faites une application de deux gouttes HE Rose diluées à 18 gouttes HV Abricot sur le plexus solaire. La aussi, portez vos mains en coupe vers votre nez et inhalez en trois séries de trois inspirations.
QUATRE	<b>Massage HE Rose diluée à 10% + olfaction</b>	La dernière et quatrième semaine du mois, l'application se fera sur votre plexus cardiaque. Portez vos mains en coupe vers votre nez et inhalez en trois séries de trois inspirations.

Durant ce travail psychique sur la période d'un mois, vous constaterez des changements dans votre perception de HE Rose. Le but de ce travail est de nourrir votre confiance à tous les niveaux de votre vie:

- ✓ le travail du hara vous donne de l'ancrage dans vos références de fond ainsi réveillant votre confiance en vos références fondamentales;
- ✓ le travail du plexus solaire vous détend par rapport à vos préoccupations quotidiennes qui peuvent vous freiner dans votre dynamique de vous lancer un défi;
- ✓ Le travail du plexus cardiaque nourrit votre âme, siège de la confiance en soi.

Une fois que vous avez fait ce protocole, il suffira de sentir la fragrance de votre HE Rose pour vous mettre en confiance.

Bon été!

Elske Miles.

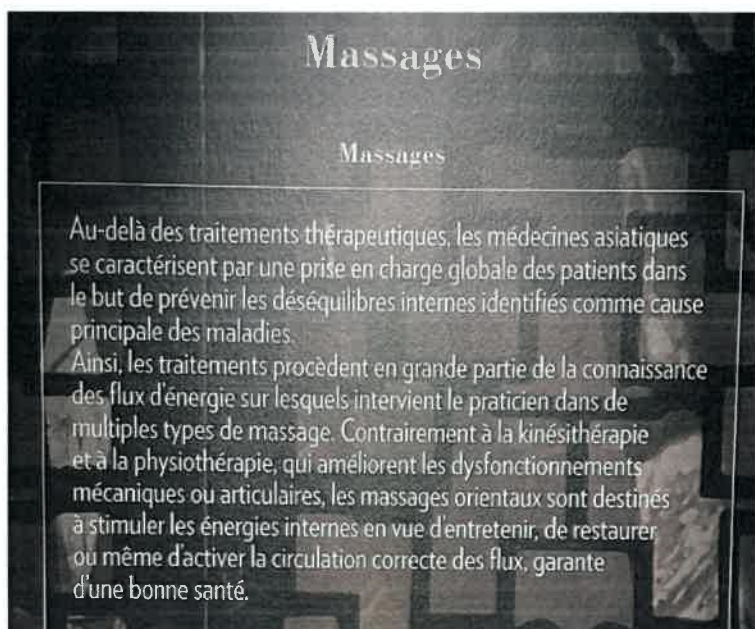
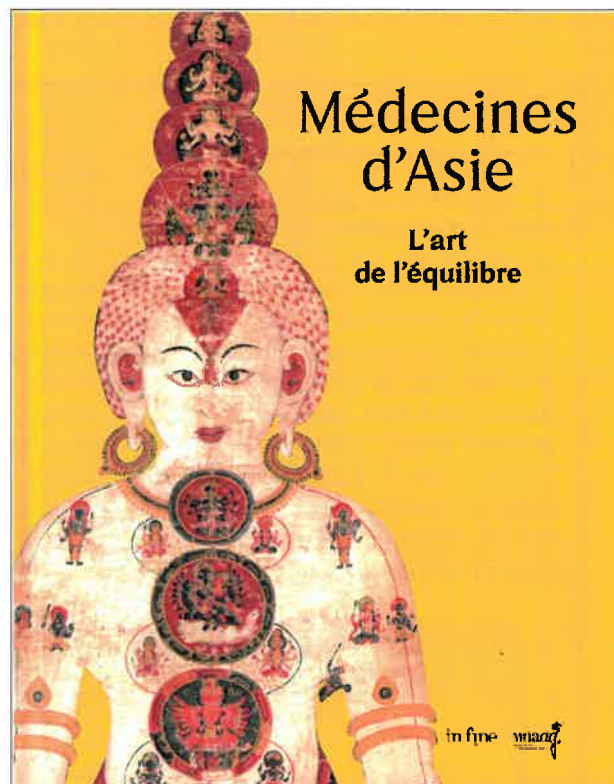
**Médecines d'Asie**  
**L'art de l'équilibre .....**  
**Musée Guimet**  
**Exposition du 17 mai au 18 septembre 2023**

C'est la première exposition en France à être consacrée aux trois grandes médecines asiatiques extrême orientale avec le Japon et la Chine, l'Inde avec l'ayurvédique et le Tibet avec la médecine tibétaine.

Vous pourrez tout au long du parcours proposé découvrir des traités d'acupuncture ancestraux, des cartes de méridiens ancestrales, de réflexologie, des sculptures, des objets supports de soin, etc Mais surtout, vous lirez les textes de présentation, rédigés par les commissaires d'exposition qui vont, quasiment dans chaque salle, continuer à développer votre confiance dans le choix de votre projet et vous conforter quant à l'enseignement prodigué à l'Institut.

C'est un vrai facteur de confiance que cette exposition. Elle va vous rassurer, elle va vous conforter dans tout ce que vous avez appris, dans tout ce que vous savez. Je vais même oser aller plus loin: elle ne vous apprendra pas grand-chose, sauf que vous êtes des élèves et des praticiens légitimes qui peuvent faire confiance en ce qu'ils ont appris et en ce qu'ils savent faire. Oui, cette exposition fait du bien parce qu'elle légitime votre parcours.

Je vous laisse découvrir.....et vous conseille de venir visiter, avec votre famille et vos amis, cette riche et belle exposition très pédagogique.





## - NOUVEAU SITE - - NOUVEAU SITE -

### Le nouveau site est arrivé!

**Certains d'entre vous l'ont découvert avec surprise et intérêt. Nous attendons votre avis....**

Là aussi, comme pour les cursus, nous avons écouté et analysé les différentes demandes des clients potentiels de formation d'une part et de consultation d'autre part.

Les demandes s'articulent autour de trois sujets essentiellement :  
 1/ les formations,  
 2/ les recherches de praticiens pour une consultation type « dis moi où tu as mal de Michel Odoul »  
 3/ Michel Odoul, ses conférences, ses vidéos, ses livres....

Ces questions ont alimenté notre réflexion et la coopération permanente avec Peter Fraas, notre webmaster nous a permis de redéfinir notamment la page d'accueil qui se devait d'être plus synthétique et plus imagée.

Vous trouverez maintenant :

- ✓ Un accès direct aux formations, c'est notre métier.
- ✓ Un accès direct ET CENTRAL pour « trouver un praticien référencé par l'IFS ». Votre métier est valorisé et nous montrons par là, combien le lien est direct entre formation et exercice du métier de praticien, dans notre Institut. Cette place centrale nous engage tou-


jours plus vis-à-vis d'une patientèle qui veut choisir un praticien en toute confiance.

*Nous ne reviendrons pas sur nos exigences vis-à-vis du statut de praticien référencé, il prend encore plus aujourd'hui tout son sens avec cette nouvelle page d'accueil.*

- ✓ Un accès sur l'Institut et sur Michel Odoul


Le contenu du site, quant à lui, reste le même, vous retrouverez tout ce que vous avez l'habitude de chercher.


Ndlr: *les photos en tête de site sont animées et défilent pour présenter un « paysage » en lien avec nos pratiques (Shiatsu, Réflexologie, Aroma).*




## Institut Français de Shiatsu

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







### Les Formations

Shiatsu  
RéflexologieS  
Huiles essentielles

### Trouver un Praticien référencé par l'IFS

### Comment et quand devenir Praticien ?


### L'Institut Français de Shiatsu

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


### Michel Odoul

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

289 stagiaires en cours de formation  
(1001 stagiaires formés en 2022)



Au 1/01/2023  
Taux de satisfaction : 98,5%  
(source: questionnaires stagiaires)



Nombre de formateurs : 5

## - NOUVEAUTÉS CURSUS - NOUVEAUTÉS CURSUS -

### Nouveautés dans les différents cursus:

Comme nous l'avons précisé dans les lettres précédentes, le retour d'expérience effectué avec les praticiens référencés nous a conduit à proposer des ajouts, des modifications dans les différents cursus et ce afin de répondre au mieux en permanence à l'adaptation "formation/pratique de terrain"

**Pour les cursus de Shiatsu et de Réflexologie, les modules connus aujourd'hui sous le vocable « Perfectionnements » deviennent « Retours Sur... »**

#### **Module commun aux 3 cursus:**

Module « **Retour sur Points Antiques 1** »:

Le module Pratique des Points Antiques s'avère majeur dans la formation et sa densité nous conduit à revenir sur l'ensemble des acquis. **Une journée de retour est proposée le 28 novembre 2023..**

#### En shiatsu:

-les journées spécifiques de perfectionnement en Shiatsu 1, Shiatsu 2 et Shiatsu assis sont regroupées **en un seul module de 2 jours « Retour sur les techniques de Pratique de confort ».**

-la journée « Perfectionnement Shiatsu fondamental » devient **un module de 2 jours « retour sur Shiatsu-Fondamental et étirements ».** Une journée complète sera dédiée aux techniques d'étirement.

-la journée « Perfectionnement MTC » devient **« Retour sur les données de la MTC »**

#### **Protocoles:**

Un nouveau Protocole **"Endométriose Dysménorrhées"** est créé. Il est proposé les **15 et 16 janvier 2024.** Cette session est complète depuis plusieurs semaines.

Une nouvelle session est proposée les **6 et 7 février 2024.....** qui est également complète.

Une nouvelle session du **Protocole Douleur** est proposée les **9 et 10 novembre 2023,** également complète.

Vous pouvez vous inscrire en liste d'attente.

4 Protocoles Shiatsu existent maintenant répondant aux problématiques les plus rencontrées en patientèle actuellement: Fibromyalgie/sciatique/cruralgie, Désespérance, Traitement de la Douleur et Endométriose.

#### En réflexologie plantaire:

-création d'un module d'une journée **« Retour sur la Podo réflexologie »** consacrée à un retour sur l'ensemble des techniques.

-la journée « Perfectionnement RP Douce » devient **« Retour sur la RP Douce »**

-la journée « Perfectionnement RP Chinoise » devient **« Retour sur la RP Chinoise »**

#### **Protocoles en Réflexologie.**

Un nouveau Protocole **"Troubles féminins"** est créé. Il est proposé les **7 et 8 novembre 2023.**

Cette session est complète. Vous pouvez vous inscrire en liste d'attente.

Une nouvelle session du **Protocole Stases** est proposée les **17 et 18 janvier 2024.**

4 Protocoles en Réflexologie Plantaire existent maintenant répondant aux problématiques les plus rencontrées en patientèle actuellement: Stases lymphatiques et veineuses, Troubles féminins, Capsulite et mal de tête, Détox et Hallux valgus.

#### En réflexologie faciale:

Un nouveau Protocole **"Bon pied bon œil"** sur les troubles de la vue est créé. Il est proposé le **2 février 2024.**

2 Protocoles de Réflexologie faciale existent maintenant répondant aux problématiques les plus rencontrées en patientèle actuellement: « Bon pied ,bon œil » et « Gestion des émotions ».

## - NOUVEAUTES CURSUS - NOUVEAUTES CURSUS -

### En aromathérapie : Protocoles

Ce cursus a été profondément remanié au 1<sup>er</sup> semestre 2023 et les retours des praticiens ont continué à enrichir notre réflexion. Cela nous a conduit à considérer que la structure du module de Protocoles bien connu et manifestement très apprécié des praticiens en Shiatsu et/ou en Réflexologie était le plus adapté pour utiliser les huiles essentielles en complément des soins.

De ce fait, des sessions de **2 jours** sur des **thèmes spécifiques** seront proposées.

**Le premier Protocole Aroma sera consacré aux troubles respiratoires** rencontrés chaque année en septembre. Hormis les protocoles de prévention automnale, les conditions infectieuses et inflammatoires de la sphère respiratoire haute (ORL) ainsi que les conditions aiguës et chroniques affectant les bronches (bronchite, BPCO et emphysème) seront présentés.

Un protocole complet pour équilibrer le terrain asthmatique sera proposé. Avec toujours des protocoles sûrs et efficaces pour toutes les catégories de personnes fragiles avec qui la prudence est de mise.

Pour chaque problématique, Elske donnera des conseils hygiénistes à proposer à la clientèle, une stratégie aromathérapeutique ainsi que des points SOS à connaître pour chaque problématique.

**Ce 1<sup>er</sup> Protocole Aroma sera proposé les 19 et 20 septembre 2023 au prix de 370€.**

Les prérequis sont les suivants :

- être diplômé de confort en Shiatsu
- être diplômé de confort en réflexologie et avoir suivi le module de MTC
- avoir suivi le module Initiation Aroma.

### **Le cursus d'aromathérapie se résume donc de la façon suivante**

- pour les praticiens souhaitant découvrir l'usage « *énergétique* » des huiles essentielles sur les méridiens d'acupuncture à l'aide de mélange d'huiles spécifiques à chacun des méridiens et à chacun des 5 Principes.

- 1/HE Aroma Initiation
- 2/MTC
- 2/ HE Phyto énergétique
- 3/Physiopathologies

- pour les praticiens diplômés en Shiatsu de confort et pour les diplômés en Réflexologie de confort ayant suivi le module MTC, souhaitant connaître des protocoles Aroma spécifiques à différentes problématiques de santé en complément de leurs soins.

- 1/HE Aroma Initiation
- 2/Protocoles Aroma

**Les contenus, pré requis, etc... de l'ensemble de ces formations sont directement accessibles sur notre site en cliquant sur le module intéressé.**

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

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

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



Institut Français de Shiatsu

Accès Adhérent Nous contacter



### Les Formations

Shiatsu

RéflexologieS

Huiles essentielles

**Trouver un Praticien référencé par l'IFS**

**Comment et quand devenir Praticien ?**

### L'Institut Français de Shiatsu

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

### Michel Odoul

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

## L'Équipe de l'IFS

### Responsables:

Michel  
Nelly

### Animateurs de stage

Jacques Blanc  
Elske Miles  
Michel Odoul  
David Sayag  
Jean Pélissier

### Assistant(e)s « Capés »

Babeth, Carolyn, Elodie,  
Laurent, Stéphane.

### Assistants de stages

Aurélia, Cécile, Céline,  
Evelyne, Florence, Helga,  
Jean, Jean Sébastien, Jian-  
guang, Katharina, Laurie,  
Muriel, Nathalie, Rémy,  
Sophie, Stéphane et les autres.

289 stagiaires en cours de formation  
(1001 stagiaires formés en 2022)



Au 1/01/2023  
Taux de satisfaction : 98,5%  
(source: questionnaires stagiaires)



Nombre de formateurs : 5

### Vous êtes adhérent et

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

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

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