

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SHIATSU TRADITIONNEL

CERTIFICATS FEDERAUX
RECUEIL DES QUESTIONS-RÉPONSES LIVRET JAUNE –
fascicule 1/3
INITIATION (Métiers de l'Esthétique) INITIATION 2ème DEGRÉ -
PRATICIEN

Concerne les enseignants et examinateurs agréés FFST *Strictement confidentiel*

Les sujets énumérés ci-après sont susceptibles d'être modifiés. Ils ont été sélectionnés partir de l'ouvrage de P. Crépon intitulé "Dictionnaire de l'Acupuncture et du Shiatsu" (Éditions Sully)

EDITION OCTOBRE 2004

SOMMAIRE

- 1 Mouvements de l'énergie.
- 2 L'élément énergétique (ou loze). Que comprend-il.
- 3 L'énergie Yin : Le sens de la circulation des méridiens principaux.
- 4 L'énergie Yang : Le sens de la circulation des méridiens principaux.
- 5 Le système Yin/Yang, son rôle pour faire un bilan énergétique.
- 6 Symptômes excès de Yang / de Yin, quelques définitions.
- 7 Qu'est-ce que l'Avers, le Revers. Quelles sont les fonctions de l'un et de l'autre, et de l'un par rapport à l'autre.
- 8 Expliquez le principe de l'horloge circadienne et de la circulation de l'énergie, méridien par méridien, établissez un tableau de l'énergie circadienne et définissez le rôle de cette circulation énergétique.
- 9 Citez les méridiens qui se terminent ou commencent dans la main. Leur point de départ ou d'arrivée, leur repère anatomique.
- 10 Citez les méridiens qui se terminent ou commencent dans le pied. Leur point de départ ou d'arrivée, leur repère anatomique..
- 11 Établissez le rapport entre les fonctions essentielles du corps humain et un ou plusieurs méridiens.
- 12 Le TR et le RP dans l'horloge circadienne. Dans quel ordre se situent-ils.
- 13 La théorie des 5 éléments, expliquez les 2 cycles de l'énergétique chinoise - leurs rôles dans le phénomène de la santé, exemple pratique appliqué à un dysfonctionnement. Cas concrets.
- 14 Les cinq fatigues (dysfonctionnements énergétiques) et les cinq saisons. L'application de la loi des cinq éléments, sans oublier les cinq humeurs (états psychiques).
- 15 Organes, entrailles. Quelle distinction existe-t-il entre la conception de l'énergétique chinoise, et la médecine occidentale.
- 16 Les Energies Climatiques. Avec quels méridiens sont-elles liées. Quelles sont leurs influences sur la santé. Citez-les
- 17 Les saisons. Expliquez leurs rôles par un exemple simple. Rappelez le rapport existant entre la circulation de l'énergie et les saisons. Pouvez-vous donner les dates des différentes saisons, (dates correspondant à la tradition chinoise et non à nos saisons basées sur l'équinoxe et sur le solstice qui marquent le début des saisons)
- 18 Les saveurs, les odeurs rattachées aux 5 éléments.
- 19 Qu'appelle t'on la règle midi-minuit.
- 20 Décrivez les symptômes principaux d'un vide d'énergie Yang.
- 21 Qu'indique une prise de pouls radiaux en énergétique chinoise.
Combien y a t'il de pouls. Quelle est leur fonction et situez-les anatomiquement.
- 22 Vaisseau Conception : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 23 Vaisseau Gouverneur : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 24 Méridien Poumon : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 25 Méridien du Gros Intestin : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 26 Méridien des Reins : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 27 Méridien de la Vessie : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 28 Méridien du Foie : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 29 Méridien de la Vésicule Biliaire : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 30 Méridien du Cœur : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 31 Méridien de l'Intestin Grêle : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 32 Triple Réchauffeur : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.

- 33 Où le Maître du Cœur prend-il son énergie. Quel est son rôle.
- 34 Méridien du Maître du Cœur : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 35 Méridien de la Rate / Pancréas : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 36 Méridien de l'Estomac : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.
- 37 Qu'est-ce que le Système Sympathique. À quels méridiens ce système est-il relié. Pouvez-vous agir volontairement sur ce système.
- 38 Définissez le rôle du Système des 3 Foyers, sa fonction dans l'organisme.
- 39 Les organes des sens sont considérés en médecine chinoise, comme les "orifices" (les correspondants) des organes internes. Pouvez-vous faire les rapprochements organes des Sens (ouverture vers l'extérieur) avec les organes Internes.
- 40 Énumérez les points dits abortifs.
- 41 Énumérez les facteurs divers dans le mode de vie entraînant ou favorisant à terme des pathologies.
- 42 Le 4 GI (Hegu) : fonction, localisation.
- 43 Le 36 E (Zusanli) : fonction - localisation.
- 44 Le 12 VC : fonction - localisation.
- 45 Que représente le HARA dans le mode de fonctionnement d'un sujet, son rôle, précisez la zone anatomique. Où se situe le Tanden. A quoi sert-il.
- 46 Le Bai Hui ou 19 VG (ou 20 suivant les auteurs). Où se situe-t-il. Quelle est sa fonction.
- 47 Les points BO(MU ou Hérault). Citez les principaux - Où se situent-ils. Quelles sont leurs fonctions principales
- 48 Citez dans l'ordre les Yuketsu (SHU dorsaux - chaîne des assentiments). Quel est leur rôle par rapport aux méridiens concernés. Leur utilité dans le diagnostic oriental, leur localisation anatomique.
- 49 Où se situent les points SHU (points ambassadeurs ou antiques). A quoi servent-ils.
- 50 Précisez les zones de diagnostic du dos par rapport aux vertèbres et selon la méthode que vous préconisez (Ohashi, Masunaga ou autres), citez votre référence.
- 51 A quoi correspond la notion de "plénitude pathologique".
- 52 Un traitement Shiatsu doit-il tenir compte de la saison en cours, si oui pourquoi.
- 53 Qu'est-ce que la maladie selon l'énergétique chinoise et quel rôle le Shiatsu peut-il jouer.
- 54 Citez les principales contre-indications au Shiatsu.
- 55 La Langue - Quels renseignements pouvez-vous retirer de l'examen de la langue.
- 56 Zones de correspondance du HARA (selon S. Masunaga ou toutes autres méthodes). Citez votre référence en la matière. Situez-les par un croquis. Décrivez leurs rôles dans le cadre d'un bilan énergétique.
- 57 Définir la conception orientale du "Ki" (ou du qi).
- 58 Comment définir une pression en Shiatsu.
- 59 Quels sont en MTC les 8 principes fondamentaux sur lesquels reposent les principes de l'acupuncture et du Shiatsu.
- 60 Quelles sont les 4 polarités (complémentarités/oppositions) permettant un bilan énergétique en Shiatsu.
- 61 Pharmacopée chinoise et phytothérapie occidentale. Comparaison.
- 62 N'étant pas médecin, avez-vous le droit de pratiquer l'acupuncture et la moxibution. Dites pourquoi.
- 63 Les disciplines complémentaires du Shiatsu :
Estimez-vous que le Shiatsu réponde à tous les problèmes.
Selon vous est-il nécessaire de conseiller le recours à des disciplines complémentaires, si oui éventuellement lesquelles.

- 64 Qu'est-ce que la moxibution. Pouvez-vous utiliser cette technique, dans quels cas de préférence. Quelles sont les contre-indications.
- 65 Qu'est-ce que la magnétothérapie.
- 66 Votre définition du shiatsu, développez.

NB - Pour les certificats d'Initiation 2e degré, de Praticien, les questions portant sur le fond peuvent être considérées comme éliminatoires. Elles seront toutefois indiquées au candidat.

Liste des questions sur les pathologies

(pour certificat de Praticien)

- 1 Problèmes digestifs : causes et traitement.
- 2 Les nausées : causes et traitement.
- 3 Les addictions, dépendances (ex. tabac, alcool, drogues.etc) : causes et traitement.
- 4 Problèmes liés au sommeil : causes et traitement.
- 5 Rhumatismes : causes et traitement.
- 6 Menstruations : dysfonctionnement et traitement.
- 7 Maladies de peau : causes et traitement..
- 8 Maux de dos : causes et traitement.
- 9 L'impuissance et les problèmes liés à la sexualité : causes et traitement.
- 10 Évanouissement : causes et traitement.
- 11 Stress, fatigue, dépression : causes et traitement.
- 12 Problèmes d'élimination, gestion des liquides : causes et traitement.

Ces questions sont à traiter en tenant compte du style de shiatsu pratiqué et suivant les indications de l'enseignant. Les réponses à ces questions sont donc libres.

Rappelons toutefois que le shiatsu est une discipline holistique, travaillant prioritairement sur les méridiens. Il est donc important de procéder à un shiatsu complet.

1. Mouvements de l'énergie.

(cocher pour chaque cas la ou les bonnes cases)

la colère fait monter l'énergie vers le haut du corps (tête) 0

la colère fait descendre l'énergie vers le bas du corps

la joie rend l'énergie harmonieuse 0

la joie compromet l'harmonie de l'énergie

l'excitation compromet l'harmonie de l'énergie 0

la tristesse disperse l'énergie 0

la tristesse concentre, renforce l'énergie

la réflexion concentre l'énergie, a contrario, l'obsession 0

disperse, compromet l'énergie

la réflexion disperse l'énergie et a contrario l'obsession concentre l'énergie

la peur fait descendre et bloque l'énergie vers le bas 0

du corps (rein-vessie)

la peur fait monter l'énergie vers le haut du corps

cotation de 0 à 5 (1 point par question)

2. L'élément énergétique (ou loge). Que comprend-il.

(une seule réponse)

- un organe (polarité de méridien yin) et une entraille (polarité yang) 0

- deux méridiens de même polarité (yin ou yang)

cotation 0 ou 2,5

3. L'énergie Yin : le sens de la circulation des méridiens principaux.

(une seule réponse)

L'énergie Yin circule dans un méridien Yin de la terre vers le ciel (de bas en haut) 0

L'énergie Yin circule dans un méridien Yin du ciel vers la terre (de haut en bas) 0

cotation 0 ou 2,5

4. L'énergie Yang : le sens de la circulation des méridiens principaux. (une seule réponse)

L'énergie d'un méridien Yang circule dans un membre supérieur de la tête vers l'extrémité des doigts D

L'énergie d'un méridien Yang circule dans un membre supérieur de l'extrémité des doigts vers la tête 0

cotation 0 ou 2,5

5. Le système Yin / Yang. Son rôle pour faire un bilan énergétique.

Il est à la base de la pensée, de la culture et de la philosophie orientale, y compris sur le plan médical. Il exprime en fait la relativité des choses, leur interdépendance et leur complémentarité, en un mot la bipolarité.

En quoi le principe Yin / Yang vous permet-il de faire un bilan énergétique.

Il sert à déterminer si une maladie concerne le déséquilibre du Yin ou du Yang (le questionnement, la palpation et l'observation du sujet serviront à cet effet).

Le candidat serait bienvenu d'expliquer et replacer le principe yin/yang dans un cadre plus large que les (trop) classiques explications telles que chaud/froid, nuit/jour, masculin /féminin etc. Il pourrait par exemple développer la compréhension qu'il a du système yin/yang en prenant des exemples concrets pour démontrer que ce principe va bien au-delà d'une simple liste de termes oppositions/complémentarités, mais bien d'une explication du monde, d'un système de pensée appelé traditionnellement le TAO.

Pour revenir au corps humain, le fonctionnement de l'organisme se manifeste sous le double aspect yin/yang. Chaque partie du corps est yang par rapport à une autre partie qui est yin. Les entrailles sont yang, les organes sont yin.

La moitié supérieure du corps est yang par rapport à la moitié inférieure qui est yin, la face postérieure est yang la partie antérieure du corps est yin, etc. Un muscle en contraction est en phase yang. Au repos il est yin. Du point de vue cardiaque, systole est yang et diastole est yin. En fait les maladies apparaissent à la suite d'un déséquilibre entre le yin et le yang.

Par exemple, excès de yin : paralysie, fatigue musculaire, somnolence, apathie, bradycardie, hypotension.

En cas d'excès de yang : excitation, crampes, insomnie, énervement, hypertension.

La connaissance des lois du yin et du yang est essentielle, notamment à travers la théorie des 5 éléments qui permet de comprendre les transformations de l'énergie du yin au yang et vice-versa.

Rappelons enfin qu'un des buts du diagnostic oriental (bilan énergétique) est de déterminer si une maladie est le symptôme du déséquilibre du yin et du yang (le questionnement et la palpation serviront à cet effet).

cotation de 0 à 10

6. Symptômes d'un excès de Yang.

Fièvres, contractures, insomnies, rougeurs, tachycardie, spasmes, constipation, excitation, etc..

Symptômes d'un excès de Yin.

Paralysies, fatigues musculaires, somnolence, apathie, bradycardie, diarrhée, etc..

cotation de 0 à 5

7. Qu'est-ce que l'Avers, le Revers. Quelles sont les fonctions de l'un et de l'autre et de l'un par rapport à l'autre.

L'avvers représente les parties extérieures du corps et principalement le revêtement cutané, les organes des sens, les muqueuses, etc.. L'énergie chargée de défendre l'organisme contre les agressions circule dans l'avvers.

Le revers représente au contraire les parties profondes, os, système nerveux central, moelle épinière.

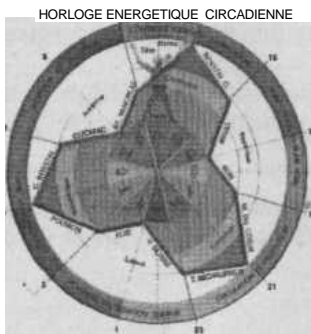
Quand une maladie atteignant le revers se manifeste sur l'avvers, cela signifie que la maladie "sort" et que l'affection est bénigne et en voie de guérison (par ex. la rougeole). Au contraire quand une maladie dont l'origine est une affection de surface se traduit par des troubles profonds, l'affection est sérieuse (par ex. la syphilis).

cotation de 0 à 5

8. Expliquez le principe de l'horloge circadienne et de la circulation de l'énergie, méridien par méridien, établissez un tableau de l'énergie circadienne et définissez le rôle de cette circulation énergétique.

Chaque méridien possède un surcroît d'énergie, il est en plénitude 2 h par jour :

F 1h à 3h - P 3h à 5h - GI 5h à 7h - E 7h à 9h - RP 9h à 11h - C 11h à 13h - IG 13h à 15h - V 15h à 17h - R 17h à 19h - MdC 19h à 21h - TR 21h à 23h - VB 23h à 1h (Heure solaire)



Cette correspondance entre les diverses fonctions de l'organisme et la succession des énergies fournit une contribution appréciable dans l'établissement d'un bilan énergétique. Elle permet de vérifier si une personne est en accord avec un rythme énergétique convenable.

Le dysfonctionnement répétitif d'un méridien à une heure donnée peut servir d'indication pour définir un déséquilibre, voire une pathologie.

L'heure solaire peut toutefois ne pas être respectée en raison d'habitudes culturelles (cf. mode de vie différent, par ex : heure tardive des repas en Espagne...

repoussant d'autant la digestion).

cotation de 0 à 10

9. Citez les méridiens qui se terminent ou commencent dans la main. Leur point de départ ou d'arrivée, leur repère anatomique.

Méridiens Yin, ils se terminent sur la face interne de la main, respectivement

- le Poumon 11P, (ongle du pouce, côté ext. de la main)
- le Cœur 9C, (ongle du petit doigt, côté annulaire)
- le Maître du Cœur 9 MdC (extérieur du majeur)

Méridiens Yang, ils courent sur la face externe de la main, à savoir :

- Gros intestin 1 GI (angle unguéal index côté pouce)
- Triple Réchauffeur 1 TR (angle unguéal annulaire côté auriculaire)
- Intestin Grêle 1 IG (angle unguéal auriculaire côté opposé à l'annulaire)

cotation de 0 à 5

10. Citez les méridiens qui se terminent ou commencent dans le pied. Leur point de départ ou d'arrivée, leur repère anatomique.

Le 2^{ème} orteil voit se terminer le méridien Estomac

Au 4^{ème} orteil se termine le VB et au 5^{ème} prend fin le méridien Vessie

Quant au 1^{er} orteil, au bord interne de l'ongle, le méridien RP commence tandis qu'au bord extérieur de l'ongle débute le méridien Foie.

cotation de 0 à 5

11. Établissez le rapport entre les fonctions essentielles du corps humain et un ou plusieurs méridiens.

- Fonction respiratoire : méridien P
- Fonction circulatoire : méridien MdC
- Fonction digestive : méridiens E/RP
- Fonction d'élimination : méridiens GI/V
- Fonction psychique : méridiens C/F

Le candidat peut parfaitement citer accessoirement cas par cas d'autres méridiens qu'il estime participer au maintien de la bonne santé.

Pour que la réponse soit jugée correcte, le premier méridien cité doit être conforme à la réponse ci-dessus et le candidat doit justifier son choix.

cotation de 0 à 10

12. Le TR et le RP dans l'horloge circadienne. Dans quel ordre se situent-ils. une seule réponse

Dans l'horloge circadienne le TR et le RP sont en opposition. 0

Dans l'horloge circadienne le TR et le RP se succèdent D

cotation 0 ou 2,5

13. La théorie des 5 éléments, expliquez les 2 cycles de l'énergétique chinoise, leurs rôles dans le phénomène de la santé, exemple pratique appliqué à un dysfonctionnement (cas concrets).

MÉTAL automne.
EAU = hiver,
BOIS = printemps,
FEU = été,
TERRE 5ème saison (fin de l'été)

À chacun de ces éléments sont associés une saison, une couleur, un type de climat, des méridiens, un état psychique, un organe des sens, une odeur, une saveur, etc.

a- Engendrement dit cycle de création ou relation mère/fils.

La saison en cours (dite saison mère) nourrit la saison suivante et ainsi de suite.

Par exemple le Bois (le foie) nourrit le Feu (le cœur).

Chaque méridien étant associé à une saison, il est normal que le foie ou la VB présente un excès d'énergie au printemps. Par contre une personne en excès d'énergie dans le foie doit se méfier de la saison printanière qui accentuera cet excès. Tandis qu'une autre, sujette à des insuffisances hépatiques pourrait se trouver soulagée au printemps.

b- Contrôle ou Modération(KE) :

La saison située deux saisons après la saison mère est contrôlée par celle-ci, exemple, l'Eau (le rein) contrôle le Feu (le cœur). Au delà des notions mnémotechniques - comprendre par exemple que le trac, le manque de confiance proviennent d'une mauvaise harmonie de l'énergie du rein et de celle du cœur, en fait d'une peur. En conséquence, le rein ne contrôle plus le cœur, de ce fait l'énergie de l'élément FEU associée au cœur s'emballer, d'où blocage du psychisme (sous dépendance du cœur), d'où signes vasculaires (accélération du battement du cœur, teint, difficulté de paroles etc). Le praticien doit toujours tenir compte de la saison dans laquelle il se trouve pour évaluer l'état énergétique du patient. L'état psychique du patient peut être également dû à un déséquilibre énergétique d'un méridien, par exemple : la tristesse due à un déséquilibre du poumon ou du gros intestin.

Ce type de démonstration et de réflexion est indispensable pour juger la compréhension qu'a le candidat de ce sujet.

cotation 0 à 10 (Le candidat doit connaître parfaitement la réponse)

14. Les cinq fatigues (dysfonctionnements énergétiques) et les cinq saisons.

L'application de la loi des cinq éléments, sans oublier les cinq humeurs (états psychiques).

Le Shiatsu doit permettre de redonner du tonus, notamment aux changements de saison. Il faudra appliquer la loi des cinq éléments, en se souvenant également des cinq humeurs. Cette connaissance est indispensable pour apprécier l'état physique et psychique d'un sujet.

- 1) Automne /Tristesse
- 2) Hiver /Peur
- 3) Printemps /Colère
- 4) Été /Surexcitation
- 5) 5ème Saison / Obsession

C'est-à-dire qu'un fonctionnement anormal du cœur peut être amélioré par une thérapeutique visant à (bien) faire fonctionner les reins qui commandent au cœur. Un encombrement pulmonaire peut être amélioré si on rend au cœur une fréquence et un tonus de bonne qualité puisque le cœur contrôle les poumons.

Lorsque le foie est malade, il faut profiter de la vie au grand air, réapprendre à respirer, s'oxygéner puisque le Poumon contrôle le foie.

Lorsqu'il y a des troubles de la circulation veineuse, les difficultés de digestion créent une tendance au diabète, il faut redonner au foie une activité convenable pour que Rte/P puisse accomplir sa fonction.

Lorsque le Rein est en mauvais état, il faut donner à Rte/P un tonus fonctionnel pour que la diurèse puisse reprendre normalement et que l'organisme retrouve ses capacités immunitaires qui lui permettent de résister aux lésions qui seraient en train de se constituer.

Inversement quand la Rate et le Pancréas ne font pas bien leur travail, par exemple dans un état diabétique (ou pré-diabétique) le rein qui ne peut plus être contrôlé devient malade et on sait la fréquence des complications rénales du diabète.

En résumé, lorsqu'un méridien est en dysfonctionnement, il faut chercher le méridien grand-père, les points ambassadeurs qui correspondent au méridien atteint et en le stimulant lui demander d'apporter son message énergétique qui aura un effet positif se traduisant par une amélioration (ou disparition) des signes antérieurs.

Enfin, il sera nécessaire de faire appel autant que possible à la phytothérapie, pour chacune des fatigues saisonnières afin de redonner du tonus à l'organe et/ou méridien défaillant. Lorsque ce dernier est vide, il faut tonifier l'élément faible, à titre d'exemple :

Pour le Foie : romarin, artichaut, boldo
Cœur : angélique, passiflore, aubépine
Rate : sauge et camomille, ortosiphon
Poumon : thym, eucalyptus, bourgeons de pin
Rein : pin

Les excitants (café, drogue, etc..) après un coup de fouet passager accroissent la fatigue.

cotation Oou 10

15. Organe, entrailles. Quelle distinction existe-t-il entre la conception de l'énergétique chinoise et la médecine occidentale.

Organes et entrailles, tels que définis en énergétique chinoise, ont un rôle qui dépasse celui qui leur est attribué dans la médecine occidentale.

C'est toute la fonction en aval et en amont du dit organe qui est impliquée, avec au passage une **influence locale** tout au long du trajet de chaque méridien, sans oublier l'aspect **psychosomatique** attribué aux méridiens.

Enfin, un méridien n'est jamais un élément isolé, **il agit par la voie réflexe**, il est en liaison avec tout le système tel que défini par les 2 lois d'engendrement et de contrôle figurant dans la théorie des 5 éléments. En médecine occidentale le dysfonctionnement d'un organe se limite souvent au diagnostic et au traitement du seul organe sans tenir compte de sa relation avec le reste des autres organes. Il s'agit là toutefois d'une conception restrictive de l'allopathie que beaucoup de médecins dépassent par une vue plus large rejoignant ainsi la vision holistique de la MTC.

cotation de 0 à 5

16. Les Energies Climatiques. Avec quels méridiens sont-elles liées. Quelles sont leurs influences sur la santé. Citez-les.

Les Chinois distinguent 6 climats ou plutôt 6 types d'énergies climatiques. Quand ces énergies sont perturbées, elles deviennent perverses et peuvent être la cause de maladies. Dans l'ordre : le sec, le froid, le feng (le vent plus ce qu'il transporte : microbes, virus), le feu (chaleur extrême), l'humidité, la chaleur.

Ces énergies sont dites perverses quand elles ne sont pas conformes à la saison (par exemple froid en été, ou sécheresse au printemps, ou chaleur en hiver, etc.), ou bien encore quand elles sont en accord avec la saison mais quand elles sont en excès (canicules en été, inondations en automne, etc..)

Le climat ainsi perturbé attaque l'organisme si celui-ci est faible. Les maladies alors apparaissent.

Les méridiens concernés avec une anomalie climatique sont les suivants :

Humidité : Rate / Poumon
 Froid : Vessie / IG
 Feng : Foie / MdC
 Feu : TR / VB
 Chaleur : Cœur / Rein
 Sec : GI / Estomac

cotation de 0 à 10

17. Les saisons. Expliquez leurs rôles par un exemple simple. Rappelez le rapport existant entre la circulation de l'énergie et les saisons. Pouvez-vous donner les dates des différentes saisons (dates correspondant à la tradition chinoise et non à nos saisons basées sur l'équinoxe et sur le solstice qui marquent le début des saisons).

Printemps 6 Février - 5 Mai
 Été 6 Mai - 5 Août
 Automne 6 Août - 5 Novembre
 Hiver 6 Novembre - 5 Février

De toute façon ces dates sont soumises à variation en fonction des latitudes (continents). Chaque organe est dit "dominant" dans sa saison, il est alors en plénitude.

Il faut intercaler l'élément Terre 18 jours (9 jours avant, 9 jours après) à chaque changement de saison. Toutefois cet élément n'est dominant qu'à l'intersaison située entre l'été et l'automne.

La connaissance des relations entre les saisons et les organes doit être bien assimilée. Par exemple, un Foie faible au printemps ou un Cœur faible en été est un signe certain de mauvais fonctionnement énergétique. De plus les changements de saisons sont aussi des moments propices au rééquilibrage énergétique, d'où l'importance des 6 influences climatiques.

cotation Oou 5

18. Les saveurs, les odeurs rattachées aux 5 éléments.

À chaque élément se rattache une saveur et une odeur.

	SAVEUR	ODEUR
Au Printemps	Acidité	Rance
En Été	Amer	Brûlée
5ème Saison	Douce (sucrée)	Parfumée
En Automne	Piquante	Acre
En Hiver	Salée	Putride

La gentiane de saveur arrière (élément Feu) tonifie la Rate et l'Estomac (Élément Terre) mais traite aussi la fatigue, les douleurs digestives, la stérilité. Or tous ces maux correspondent à des vides de Rate, que la Gentiane corrige. On est dans ce cas précis dans l'application du cycle d'engendrement.

Par ailleurs une tisane « amer » (feu) conviendra pour la faiblesse du Cœur et une tisane "acide" (Bois) pour les faiblesses du Foie etc.

Il est préférable d'avoir recours à des laboratoires européens. Des auteurs tels que le Dr Y Requena ont tenté une classification des plantes occidentales qui poussent sous nos climats, selon les principes de la médecine chinoise. La compréhension des plantes Yin ou Yang, dispersantes ou tonifiantes s'articule bien avec la classification ancienne en plantes sédatives ou en plantes toniques.

cotation Oou 5

19. Qu'appelle t'on la règle midi-minuit.

Dans le cadre de l'horloge circadienne, quand un méridien est en plénitude, celui qui est opposé dans ce cycle est en vide.

12 heures séparent alors les 2 méridiens opposés.

Par exemple : P / V, GI / R, E / MdC, Rte.P fTR, C / VB, IG / F.

cotation 0 ou 2,5

20. Décrivez les symptômes principaux d'un vide d'énergie Yang.

- manque d'appétit - teint pâle - asthénie
- diarrhée - pas envie de parler

cotation de 0 à 5

21. Qu'indique une prise de pouls radiaux en énergétique chinoise.

Combien y a-t-il de pouls. Quelle est leur fonction et situez-les anatomiquement.

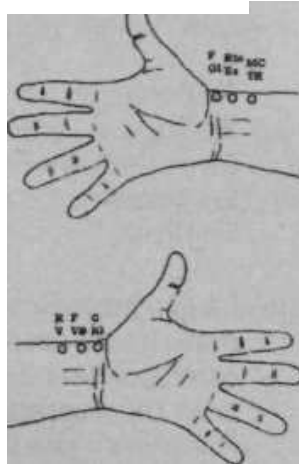
Chaque pouls indique l'état énergétique de l'organe correspondant. L'ensemble des pouls indique dans quel état se trouve la circulation d'énergie dans le patient.

Il y a au total 12 pouls, un par méridien principal.

La prise des pouls est un élément important du bilan énergétique en médecine chinoise. Cette technique demande toutefois une grande expérience et n'est pas obligatoire dans le cadre des études de Shiatsu. Toutefois certaines écoles enseignent la pulsologie.

A défaut de pratiquer la pulsologie, le candidat doit à tout le moins connaître le rôle théorique joué par la prise de pouls en médecine orientale. Il doit être capable de situer anatomiquement les dits pouls et éventuellement d'apprécier quelques notions simples comme : rapide/lent, faible/fort. En revanche, il doit rester très prudent et éviter tout diagnostic inconsidéré et prématuré qui risquerait d'être reproché à son auteur.

cotation de 0 à 5



22. Vaisseau Conception : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.

Quel est son trajet :

Du périnée à la lèvre inférieure, tout au long d'une ligne médiane, passant par l'avant du corps.

Dans quelle direction circule son énergie : de bas en haut.

Est-il yin ou yang : yin.

Quel est son rôle :

Il intervient dans les affections abdominales.

Les points maîtres des 3 foyers sont situés sur son parcours.

Il contrôle tous les méridiens Yin.

Sa stimulation joue un rôle bénéfique en cas de vide d'énergie. L'utilisation des moxas est souvent conseillée.

Quelques points importants :

4 VC (énergie ancestrale) troubles digestifs, urinaires et génitaux (entre nombril et pubis)

6 VC (2 doigts sous le nombril): centre de l'énergie humaine. Tous les troubles de l'énergie, maladies intestinales, urinaires et génitales. Grand point du psychisme (dépression, instabilité, etc). 12 VC sous xiphoïde: régit le foyer moyen, point MU de l'estomac - indique les vides ou les plénitudes des entrailles - agit sur les maladies digestives aiguës ou chroniques - les cas de fatigue. 17 VC régit le Foyer supérieur, indiqué dans toutes les maladies respiratoires - point dit de la "sérénité".

Symptômes en cas d'atteinte : douleurs abdominales en rapport avec les organes sexuels, règles douloureuses, constipation, stérilité, douleur partant du bras et remontant vers le cœur.

cotation de 0 à 5

23. Vaisseau Gouverneur : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.

Le VG est le "merveilleux" vaisseau (Yang). Il régit le Yang de l'organisme et conserve l'énergie ancestrale. Il régule l'énergie de l'ensemble des méridiens Yang. Son trajet part du périnée jusqu'à la lèvre supérieure en suivant le centre du dos (rachis).

Symptômes en cas de vide énergétique : vide et lourdeur de la tête, stérilité, incontinence d'urine. En plénitude, contracture du dos.

Deux points sont particulièrement importants : le 19 VG (ou le 20 VG, suivant les auteurs), dit Baï Hui qui, en dispersion, diminue la tension psychique et en tonification active la mémoire et les fonctions intellectuelles.

Le 4 VG (entre L3 et L4) qui fortifie le Yang originel et l'énergie des reins, notamment l'énergie sexuelle.

cotation de 0 à 5

24. Méridien Poumon : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.

Méridien Yin de l'élément Métal, le méridien Poumon (intérieur du bras, de l'aisselle jusqu'au pouce) est en relation avec le nez, l'odorat et les maladies pulmonaires.

L'énergie des poumons est vulnérable au froid.

Les poumons régissent l'énergie et contrôlent la peau.

Sur le plan mental, en cas de dysfonctionnement, c'est la tristesse qui domine.

5P gêne respiratoire, facilite l'évacuation des mucosités

9P disperse l'énergie du haut du corps

10 P indiqué en cas d'ivresse

11 P maux de gorge - hoquet

cotation 0 à 5

25. Méridien du Gros Intestin : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.

Méridien Yang (élément métal), sert à transporter l'énergie (avec celui du poumon) et à éliminer les déchets. Il contrôle les troubles intestinaux, la gorge et les dents. Il est en relation avec l'articulation de l'épaule et les muscles du bras. En général, quand le méridien est atteint, on peut observer au niveau psychique des signes de dépression, d'obsession et de confusion mentale.

En vide d'énergie : diarrhée chronique, borborygmes et ventre douloureux, tremblement de la main (pouce et index), froid et frissons, difficultés à se tenir debout.

En plénitude d'énergie : constipation, soif, langue pâteuse, sclérotique (blanc des yeux jaune), angine, douleur des dents, douleur de l'épaule.

Commence à l'angle unguéal de l'index, côté pouce, le long du bras jusqu'au dessous de l'aile du nez.

4 GI (Hegu) régit les énergies Yang du haut du corps, les maladies de la face et de la bouche, les angines, rhumes, gripes, saignements de nez, maux de dents, affaiblissement de la vue et bourdonnements d'oreilles.

11 GI (5e point SHU) douleurs de la colonne cervicale - maladies de l'intestin et de la peur.

cotation de 0 à 5

26. Méridien des Reins : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.

Méridien Yin de l'élément eau, les reins régissent les liquides organiques, ils sont liés avec les os, les oreilles et les cheveux.

On différencie au point de vue énergétique, un rein Yang qui correspond à la sexualité, d'un rein Yin, qui correspond à l'appareil urinaire. Il s'agit là toutefois d'une interprétation symbolique de la double fonction des reins.

L'atteinte du méridien Rein provoque au niveau psychique des peurs, de l'anxiété, un besoin de sommeil important ou de l'insomnie et une tendance à la préoccupation.

Globalement le méridien Rein est lié à l'énergie ancestrale (hérédité). Une atteinte du méridien du point de vue psychique provoque des douleurs profondes, osseuses au niveau du rachis, symétriques souvent.

Trajet : il débute sous la plante des pieds, chemine à l'intérieur de la jambe jusqu'au genou puis sur la face postérieure de la cuisse pour réapparaître sur la face antérieure du corps près du VC pour se terminer sous la clavicule.

En cas de vide énergétique on constate :

- un besoin d'uriner fréquemment - une transpiration abondante
- des diarrhées - des pieds froids

En cas de plénitude :

- douleur de la région lombaire - paralysie
- essoufflement, œdème - tâches cutanées sombres

Quelques points :

1 R (1er point SHU) point de la réanimation - point d'entrée de l'énergie . C'est le méridien Rein qui contrôle le cœur.

3 R (3e pt SHU) distribue l'énergie ancestrale - indiqué pour les rhumatismes.

24 R action importante sur le psychisme. 27 R action dispersante sur l'excès général d'énergie (pléthore).

cotation de 0 à 10

27. Méridien de la Vessie : trajet, fonction, caractéristiques. Quelques points importants.

Ce méridien (élément eau) assure avec les reins, la liaison du Yin et du Yang, de l'intérieur et de l'extérieur. Il est très sensible aux attaques du froid. Les points Jitsu du dos, SHU dorsaux (ou assentiments) qui sont en correspondance avec tous les organes, sont situés sur le trajet de ce méridien.

En cas d'atteinte du méridien de la vessie, il peut y avoir folie ou épilepsie ou, à un niveau moindre, suspicion, jalousie.

En cas de vide d'énergie : incontinence d'urine, mictions fréquentes, urines claires, saignements de nez.

En cas de plénitude : douleurs de la tête et du dos, ballonnements, spasmes musculaires.

Le trajet : du coin externe de l'œil, le long de la colonne vertébrale sur la partie postérieure de la jambe, jusqu'au petit doigt de pied.

Quelques points :

Tous les points SHU dorsaux (Yu Ketsu) doivent être connus (11 à 28)

Également :

11V. assentiment des os, toutes maladies des os, de la colonne vertébrale bourdonnements d'oreille et douleurs d'épaule.

54 V important pour les sciatiques, maladies de la peau et des cheveux. 67 V (1er point SHU) attire l'énergie de la tête vers le bas du corps, d'où son effet calmant en cas de maux de tête, torticolis, caprice d'enfant.

cotation de 0 à 10

28. Méridien du Foie, trajet, caractéristiques fonctions. Quelques points importants.

Méridien Yin, le méridien du foie régit le sang, il est en relation avec les muscles, les yeux et les organes génitaux. Les désordres hépatiques, vésiculaires, les troubles de la digestion, les migraines, les problèmes oculaires, sont liés au méridien du Foie, ainsi que du point de vue psychique, le stress lié à la colère et aux frustrations.

En cas de vide énergétique :
démangeaisons, spasmes, enflure du bas ventre, diarrhées, diminution de l'acuité visuelle.

En cas de plénitude :
colère, flatulences, vomissements, renvois, érections douloureuses et brutales.
Le trajet : commence à l'angle unguéal ext. du pouce du pied pour se terminer sous le sein en cheminant à l'intérieur de la jambe et sur la face antérieure du corps.

Quelques points :
3 F (points SHU) affections intestinales et hépatiques - maladies des yeux et génito-urinaires
5 F indiqué pour les prurits, démangeaisons, érections intempestives.
13 F point MU du méridien de la rate - point de réunion de l'énergie des 5 organes.
14 F point MU du méridien du foie, toutes affections hépatiques persistantes.

Cotation de 0 à 10

29. Méridien de la Vésicule Biliaire, trajet, caractéristiques, fonctions. Quelques points importants.

Le méridien VB (élément bois), avec celui du Foie, sert à purifier l'énergie. Méridien Yang, il intervient également (en relation avec le TR) dans la régulation thermique.

Son trajet : il part du coin ext. de l'œil, passe sur le côté du crâne, tourne derrière l'oreille et serpente sur le côté du corps jusqu'au 4e doigt de pied. En cas de vide d'énergie : paralysie des jambes, vertiges, éblouissements, amertume, manque de courage, timidité. En cas de plénitude d'énergie : bouche amère, besoin de soupirer, teint poussiéreux, fièvre intermittente, contracture le long du trajet du méridien, irritabilité, agressivité.

Quelques points :
20 VB point de transition entre l'énergie de la tête et du corps, contrôle l'énergie du Feng, renforce la résistance de l'organisme aux épidémies, important pour la vue et l'audition
21 VB important pour l'irrigation sanguine du cerveau, de l'épaule et du bras.
30 VB grand point pour les algies de la hanche
34 VB 5e point SHU "point des muscles", affections musculaires et constipations.

cotation de 0 à 10

30. Méridien du Cœur, trajet, caractéristiques, fonctions. Quelques points importants.

Méridien Yin, le méridien du Cœur gouverne le psychisme. Des maladies mentales (désordres psychiques) apparaissent lorsque l'énergie du cœur ne peut maintenir une bonne harmonie entre l'énergie psychique des différents éléments.

Les points du méridien du cœur ont surtout une action sur le psychisme (5 C pour le trac, par exemple), ou des actions locales (douleurs du bras). Par contre les affections dites cardiaques sont plutôt en relation avec le Maître du Cœur.

Trajet : commence dans l'aisselle, face interne, pour se terminer dans l'angle unguéal de l'auriculaire.

Symptômes en cas de vide :
teint pâle, palpitations, sueurs froides, perte de connaissance, chagrin, lassitude.
en cas de plénitude :
teint rouge, gêne à la poitrine avec sensation de piqûres d'aiguilles, saignements de nez, vomissement de sang, rire, excitation, dynamisme exagéré.

Quelques points :
5 C trac, palpitations, évanouissements
7 C point SHU : c'est le grand point du psychisme
9 C évanouissements, dépressions et tristesse

cotation de 0 à 5

31. Méridien de l'Intestin Grêle, trajet, caractéristiques, fonctions. Quelques points importants.

Méridien Yang (élément feu), quand il est atteint, on observe des symptômes digestifs (diarrhées) et cardiaques, ainsi que des douleurs du dos et du cou.

Au niveau psychique, une perturbation énergétique du méridien se traduit par une mauvaise assimilation mentale et une vitalité mentale déficiente.

En cas de vide : douleurs autour du nombril, borborygmes, urines claires et abondantes.

En plénitude : douleurs abdominales irradiant dans le dos, douleur de l'œsophage, congestion du maxillaire inférieur du cou.
Son trajet : de l'auriculaire, le long du bras, côté ext. jusqu'à l'oreille.

Quelques points :
3 IG 5e point SHU, torticolis et acuité visuelle
7 IG douleurs du cou
10 IG douleurs de l'épaule
19 IG douleurs de l'oreille

cotation de 0 à 5

32. Le Triple Réchauffeur, trajet, rôle, fonction. Quelques points importants.

Méridien : Yang
Dans quel élément (loge) : Feu
Son trajet : de l'annulaire au sourcil (extérieur)
Symptômes en cas de vide : paralysie du coude, de l'épaule, de l'auriculaire et de l'annulaire - frilosité - surdité.
Symptômes en cas de plénitude : bourdonnement d'oreilles - angines - douleurs de l'épaule, du côté externe de l'oreille.

Quelle est son action principale :

Le Triple Réchauffeur a une action locale sur son trajet et énergétique du point de vue global. Il est en relation avec le système des 3 foyers mais il ne se confond pas avec lui.

Quelques points :

1 TR syncope, évanouissement, hypotension, insomnie

2 TR maux de tête, yeux

5 TR amène le yang dans le haut du corps, articulations, douleurs du coude et de l'épaule, maux de dents.

MTR périarthrite

15 TR douleurs de la nuque, épaule, bras

17TR mal d'oreilles 25 TR yeux, migraine

cotation de 0 à 10

33. Où le Maître du Cœur prend-il son énergie. Quel est son rôle.

Le Maître du Cœur prend son énergie dans les Reins. Rappelons que les reins contrôlent le Cœur et le MdC (cycle KE). Le R1 (point de réanimation) est le point d'entrée de l'énergie dans le méridien rein. Il la distribue dans le méridien Triple Réchauffeur. Le MdC est le messager du cœur. Il joue un rôle de protection énergétique de la fonction cœur (comme en anatomie occidentale le péricarde protège le cœur). Dans les pathologies cardiaques le MdC régularise l'énergie du cœur.

cotation de 0 à 2,5

34. Méridien du Maître du Cœur, trajet, caractéristiques, fonction. Quelques points importants.

Ce méridien contrôle l'automatisme du cœur et régularise la circulation sanguine dans le cœur et les vaisseaux. Les perturbations de l'énergie dans ce méridien se traduisent par des signes psychiques tels que dépression, agitation, manque de sociabilité, et des troubles de la sexualité.

Son trajet commence à l'extérieur de l'horizontale du mamelon et finit à l'angle unguéal du médus côté pouce.

En cas de vide d'énergie : raideur du cou, angoisse, vision brouillée, mélancolie, frigidité, stérilité, manque de sociabilité, impuissance, etc..

En cas de plénitude : paumes des mains chaudes, teint rouge, palpitations, rires continuels, excitation, sensation de plénitude dans la poitrine.

Deux mots peuvent résumer le méridien MdC : circulation du sang et sexualité.

Quelques points :

6 MC douleurs du cœur, vomissements, nausée, spasmes du diaphragme, dépression

7 MC (3e point SHU) rôle énergétique, indiqué dans la maladie de Dupuytren (rétraction des tendons) ainsi que le 8 MC.

cotation de 0 à 5

35. Méridien de la Rate / Pancréas, trajet, caractéristiques, fonctions. Quelques points importants.

Méridien Yin, le méridien Rate/Pancréas est un méridien capital dans le système énergétique de l'organisme.

C'est la rate qui, à chaque intersaison (9 jours avant / 9 jours après), permet le transfert d'énergie d'un méridien à un autre. La rate régit l'énergie Yin (l'énergie Yang est régie par l'estomac) et le sang en tant qu'énergie matérielle (les poumons régissent l'énergie immatérielle).

La rate contrôle l'absorption des aliments, les malades qui présentent des troubles de la rate sont généralement sensibles à l'humidité. Au niveau psychique, l'atteinte du méridien s'accompagne de fatigue mentale, de la tendance à la mélancolie, à l'obsession tournée vers le passé (en cas de plénitude).

En cas de vide énergétique : ballonnements abdominaux, diarrhées, indigestion, manque d'appétit, fatigue générale, teint jaunâtre, lèvres sèches.

En plénitude : douleurs abdominales, constipation, lourdeur des 4 membres, tendance à maigrir tout en mangeant bien.

Le trajet commence à Tint, pouce du doigt de pied, passe par l'intérieur de la jambe, face antérieure du corps pour finir aux côtes, sous l'aisselle.

Attention : les femmes (notamment les femmes enceintes) sont très sensibles au trajet du Rate / Pancréas. **Le travailler avec une extrême prudence ou s'abstenir pour les femmes enceintes présentant une grossesse à risque.** Dans ce dernier cas, il est conseillé de ne pas pratiquer de SHIATSU du tout ! N'oubliez pas qu'en cas d'accident (provoqué par le Shiatsu ou pas...) votre responsabilité pourrait être recherchée.

3 Rt (3e point SHU) équilibre l'énergie de la rate - crampes, gouttes, hémorroïdes

6 Rt point de réunion des 3 méridiens Yin du bas du corps (R.F. Rte) important pour les affections circulatoires, il agit sur le Yin du bas du corps, il est considéré comme abortif. 9 Rt renforce l'action du 6 Rt

et du 36 E.

cotation de 0 à 10

36. Méridien de l'Estomac. Trajet, caractéristiques, fonctions. Quelques points importants.

Le trajet : il débute sous l'œil, suit la mâchoire, la gorge, la cage thoracique (à la verticale du mamelon), le hara, l'aîne et tout au long de la jambe bord supérieur externe (le long du quadriceps) pour aboutir au 2^e doigt de pied à l'angle unguéal côté externe.

Le méridien Estomac, méridien yang, régit la digestion et le psychisme (avec les méridiens Cœur et Rein). Un mauvais fonctionnement du méridien Estomac se répercute sur celui du Gros Intestin.

En vide d'énergie (kyo) :

- plénitude de la poitrine
- perte d'appétit
- indigestion
- diarrhée avec matières non digérées
- dépression
- désir de suicide

En plénitude d'énergie (jitsu)

- douleur au ventre
- gonflement douloureux de la région de l'estomac
- renvois fétides
- constipation
- saturation mentale
- instabilité
- hystérie

Quelques points importants :

9 E maladie thyroïdiennes

14 E chocs psychiques

25 E point MU du méridien Gros Intestin

maladies intestinales dégénératives en relation avec les organes génitaux. 36 E

point Zusanli

40 E asthme, folie, épilepsie, hystérie 45 E indiqué pour les manques ou excès d'appétit.

Cotation de 0 à 10

37. Qu'est-ce que le Système Sympathique. À quels méridiens ce système est-il relié. Pouvez-vous agir volontairement sur ce système.

Le sympathique est un système régulateur de la vie végétative ou involontaire. Son automatisme ne dépend pas de la conscience et de la volonté. C'est un système d'autorégulation réflexe assurant les activités telles que : respiration, régulation thermique, digestion, etc..

Il fonctionne de manière antagoniste :

Le jour : avec le grand sympathique ou orthosympathique.

La peau est placée sous l'influence de l'orthosympathique ; celui-ci protège le corps des agressions externes, créant une défense musculaire. Il agit à la surface du corps, il accompagne les dépenses énergétiques, il est en rapport avec le Maître du Cœur et le Vaisseau Conception. *

La nuit : le parasympathique prend le relais.

Le repos psychophysique est l'état prédominant du parasympathique. Sa zone d'action est le dos. Il joue un rôle régulateur, notamment du tractus digestif. Il est en liaison avec le Triple Réchauffeur au niveau de la cage thoracique, abdominale et pelvienne. Il est situé en profondeur, relaxe, régularise, unifie, restructure l'énergie.

Également, le Vaisseau Gouverneur joue un rôle dans le processus de régulation.

Attention, quand le sujet a des réserves d'énergie (syndrome Jitsu), on peut obtenir la prédominance du parasympathique en stimulant le grand sympathique pour rééquilibrer le sujet.

Mais quand le sujet est très fatigué, a épuisé ses réserves d'énergie (syndrome Kyo), les stimulations risquent d'aggraver son état pathologique. Le repos est alors une priorité et le shiatsu est contre-indiqué.

cotation de 0 à 10

38. Définissez le rôle du système des 3 Foyers, sa fonction dans l'organisme.

Il assure la transformation des énergies extérieures (air, aliment) en énergies nécessaires à la vie de l'être humain. Il se répartit dans trois étages différents du corps.

- 1) Le Foyer Supérieur : il est situé dans la cage thoracique au-dessus du diaphragme. Il comprend les poumons et le cœur. Il élabore et distribue l'énergie, assure la qualité de la respiration, distribue l'énergie dans chacun des foyers, puis dans les organes et les méridiens selon les cycles horaires et saisonniers.
- 2) Le Foyer Médian : il est situé entre le diaphragme et une ligne fictive horizontale passant au niveau du nombril. Il comprend le foie, l'estomac, la rate et aussi l'intestin grêle et la VB. Il assure la transformation de l'énergie des aliments directement lié à la qualité de la nutrition.
- 3) Le Foyer Inférieur : il est situé dans le bas-ventre entre le nombril et le pubis. Il comprend les reins, la vessie, le gros intestin ainsi que les glandes endocrines (ovaires ou testicules, surrénales). Il élimine les aliments, conserve et diffuse l'énergie ancestrale ; celle-ci est déterminée une fois pour toute pour un individu donné. C'est la raison pour laquelle il faut veiller à sa bonne circulation et à son entretien.

cotation 0 à 10

39. Les organes des sens sont considérés en médecine chinoise, comme les "orifices" (les correspondants) des organes internes. Pouvez-vous faire les rapprochements Organes des sens (ouverture vers l'extérieur) avec les Organes internes.

Nez:	poumon
Oreilles :	reins
Yeux:	foie
Langue :	cœur
Lèvres - tissus conjonctifs :	Rate/pancréas

cotation de 0 à 5

40. Citez les points dits "abortifs"

4GI

6 R/P (le méridien R/P dans son ensemble, est à éviter)

21 VB

67 V
36 E

NB - la méconnaissance de 4 GI - 6 RP - 67 Vessie peut être considérée comme éliminatoire

cotation de 0 à 5

41. Énumérez les facteurs divers dans le mode de vie entraînant ou favorisant à terme des pathologies.

- Stress
- Alimentation inadaptée ou trop riche
- Activité physique exagérée compte tenu des possibilités du sujet (âge, morphologie, vitalité etc.)
- Activité physique inexistante (ou trop irrégulière)
- Traitements médicaux chimiques répétés et inadéquats
- Drogues diverses
- Abus du tabac et de l'alcool
- Activité sexuelle outrancière
- Absence totale d'activité sexuelle
- Manque d'activités intellectuelles, artistiques, récréatives, ludiques et sportives
- Ambiance bruyante (pollution acoustique)
- Exposition prolongée aux ondes électromagnétiques (TV, ordinateurs etc..)

cotation de 0 à 7,5

42. Le 4 GI (Hegu) : fonction, localisation.

Point source du GI, il régit l'énergie Yang du haut du corps, indiqué pour les maladies de la face, de la bouche, pour les angines, les rhumes, les gripes, saignements de nez, maux de tête, affaiblissements de la vue et bourdonnements d'oreilles, maux de dents, du maxillaire inférieur. Il est considéré comme un point abortif.

cotation de 0 à 5

43. Le 36 E (Zusanli) : fonction, localisation.

- où se situe-t'il ? : sous le genou ext., entre tibia et péroné.
- Quelle est sa fonction : il répartit l'énergie dans le corps par l'intermédiaire du système digestif.

Il agit dans tous les cas de vide d'énergie - Il traite les maladies de l'estomac et du gros intestin - Il a enfin un rôle important par rapport au psychisme. - C'est un point dit de "longue vie", souvent traité en moxas - Il est considéré comme abortif dans certains ouvrages.

cotation de 0 à 5

44. Le 12 VC : fonction, localisation.

- Où se situe-t'il : à mi chemin entre le nombril et l'angle xiphoïde.
 - Quelle est sa fonction : Il agit sur le foyer moyen, c'est le point MU (Hérault) de l'estomac indiqué dans les vides ou plénitudes d'entrailles. Il agit sur les maladies digestives aiguës ou chroniques, ainsi que dans les cas de fatigue.
- En cas de vide d'énergie, l'utilisation des moxas est recommandée.

cotation de 0 à 5

45. Que représente le HARA dans le mode de fonctionnement d'un sujet, son rôle. Précisez la zone anatomique, Où se situe le tanden. A quoi sert-il.

Situé entre pubis et nombril, le hara est considéré par les japonais comme le centre vital de l'être humain. C'est le centre de gravité de l'être humain. Le point Quihai ou KIKAf (6 VC) est le point maître du Hara. Le Hara permet (au sens oriental du terme) de faire un diagnostic.

Centre de l'énergie humaine, il est le point maître du Foyer Inférieur et au point de départ de la distribution de l'énergie dans les 3 foyers, indiqué dans les troubles de l'énergie et dans beaucoup de maladies intestinales, urinaires et génitales (énurésie, impuissance, stérilité, etc.). Également pour les enfants qui ont une croissance difficile. C'est un point maître de l'énergie yin

Enfin c'est un grand point du psychisme (indiqué pour dépression, suicide, instabilité). Le 6 VC (Tanden) 1,5 pouce au-dessous du nombril.

Toutes les maladies chroniques dues à un trouble de l'énergie, maladies intestinales urinaires et génitales (énurésie, impuissance, frigidité, stérilité). Pour les enfants qui ont une croissance difficile.

Grand point du psychisme, il est indiqué en cas de dépression, désir de suicide, instabilité, etc.. Il est considéré par les orientaux comme le centre de l'énergie humaine.

cotation de 0 à 10

46. Le Bai Hui ou 19 VG (ou 20 suivant les auteurs) Où se situe-t-il. Quelle est sa fonction.

Il se trouve à l'emplacement de l'ancienne petite fontanelle. Dans beaucoup de traditions ésotériques ou religieuses, ce point est souvent cité (chakras indous, ethnies africaines, tonsure des prêtres, kippa, etc..)

En fait tous les méridiens Yang ont des branches secondaires qui se réunissent sur le Bai Hui, d'où partent d'autres branches qui pénètrent en profondeur dans le cerveau.

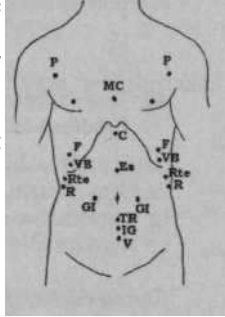
En dispersion, il calme et détend les tensions psychiques. En tonification, il favorise toutes les fonctions intellectuelles, en particulier la concentration et la mémoire. Il agit sur les cinq organes des sens.

cotation de 0 à 5

47. Les points BO (MU ou Hérault). Citez les principaux - Où se situent-ils. Quelles sont leurs fonctions principales.

Ils se situent sur le hara et sur la poitrine et sont en relation avec chacun des méridiens.
Fonction de tonification générale des organes : il faut les stimuler (éventuellement avec moxas, du nombril au pubis).

Ils deviennent douloureux lorsque l'organe auquel ils sont liés est défaillant. Il est important de déterminer les zones tendues (Jitsu) et les zones molles et gonflées (kyo). Une fois ces zones identifiées, un travail patient et prudent sur les dites zones permettra de réguler les énergies, par exemple améliorer le transit, renforcer les énergies yin.



cotation de 0 à 10

48. Citez dans l'ordre les YUKETSU (SHU dorsaux, chaîne des assentiments). Quel est leur rôle par rapport aux méridiens concernés. Leur utilité dans le diagnostic oriental, leur localisation anatomique.

Le dos est la zone la plus stratégique du corps, avec le Hara.

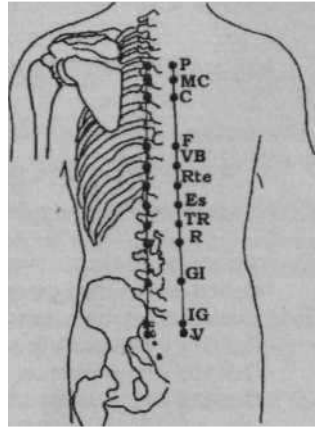
Les 12 points SHU du dos (situés sur le méridien de la vessie) ont une action sur chacun des 12 méridiens situés sur le dos. Ces points sont en relation avec le système ganglionnaire sympathique. Ils ont également une action quantitative de dispersion sur le méridien si celui-ci est en plénitude. Cette action se traduit par une diminution de l'excès de yang et par une augmentation du Yin.

Enfin les points SHU du dos ont un effet calmant et équilibrant sur l'organe correspondant au méridien. Toutefois ils n'agissent que quand cela est nécessaire. Ils ont d'une manière générale un rôle régulateur sur l'ensemble des méridiens.

Pour un repérage plus facile, il faut également repérer les points Shu par rapport aux vertèbres (zones de W. Ohashi).

Au-delà des points précis proprement dits, il faut également raisonner à partir des zones : quand elles sont douloureuses ou tendues, c'est souvent le reflet d'un mauvais fonctionnement de l'organe projeté. Vous pouvez donc déterminer les faiblesses organiques de la personne que vous traitez.

- 11 V (1 dorsale): assentiment des os assentiment du
- 13 V (3 dorsale): poumon assentiment du maître du
- 14 V (4 dorsale): cœur assentiment du cœur
- 15 V (5 dorsale): assentiment du Du Mai assentiment
- 16 V (6 dorsale): du dos et du sang assentiment du foie
- 17 V (7 dorsale): assentiment de la vésicule biliaire
- 18 V (9 dorsale): assentiment de la rate assentiment de
- 19 V (10 dorsale): l'estomac assentiment du Triple
- 20 V (11 dorsale): Réchauffeur assentiment du rein
- 21 V (12 dorsale): assentiment du 6 Ren Mai
- 22 V (1 Lombar): assentiment du gros intestin
- 23 V (2 lombar): assentiment du 4 Ren Mai
- 24 V (3 lombar): assentiment de l'intestin grêle
- 25 V (4 lombar): assentiment de la vessie
- 26 V (5 lombar): cotation de 0 à 10
- 27 V (sacrum): **49. Où se situent les points SHU**
- 28 V (sacrum): **(points ambassadeurs ou antiques).**



A quoi servent-ils.

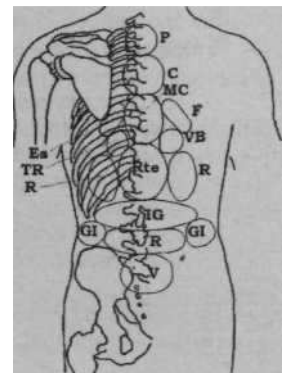
Ils se trouvent aux extrémités des méridiens situés sur les membres supérieurs et inférieurs (c'est-à-dire des pieds aux genoux et des doigts aux coudes). A ne pas confondre avec les SHU dorsaux. Ces régions, et plus précisément ces points SHU correspondent aux endroits du corps où la variation du flux de l'énergie dans les méridiens est la plus grande. L'énergie est dite "dormante" aux extrémités des membres. Elle atteint son débit normal au niveau des coudes et des genoux.

cotation de 0 à 2,5

50. Précisez les zones de diagnostic du dos par rapport aux vertèbres et selon la méthode que vous préconisez (Ohashi, Masunaga ou autres), citez votre référence.

Ces zones de correspondance sont à situer par rapport aux vertèbres dorsales et lombaires. Il s'agit de zones réflexes en rapport avec les organes et les viscères.

- Poumon 1 - 2 - 3 dorsales
- Cœur : 4 - 5 - 6 dorsales
- MdC: 7 - 8 - 9 dorsales
- E: 7 - 8 - 9 dorsales côté gauche
- TR: 8 - 9 dorsales côté gauche
- F: 7 - 8 - 9 dorsales côté droit
- VB: 8 - 9 dorsales côté droit
- Rate : 10 - 11 - 12 dorsales
- Rein : 10 - 11 - 12 dorsales à droite et à gauche de la colonne
- IG: 1 - 2 lombaires au centre et à droite et à gauche de la colonne
- Rein : 3 - 4 lombaires au centre
- GI: 3 - 4 lombaires à droite et à gauche de la colonne
- v- 5^e lombar - sacrum



N.B. vous constaterez une légère différence de niveau par rapport aux Shu dorsaux.

51. A quoi correspond la notion de "plénitude pathologique".

La notion de "Plénitude Pathologique" correspond à un excès d'énergie.

Il y a plénitude :

- Quand un méridien est dans sa saison (plénitude naturelle)
- Quand un organe est congestionné
- Quand il y a mauvais fonctionnement d'un organe
- Quand il y a pénétration d'énergies perverses
- Quand il y a mauvaise répartition générale de l'énergie dans le corps

À la notion de plénitude correspond la notion de vide. Selon Masunaga, quand il y a plénitude dans un secteur de l'organisme, il y a toujours vide dans un autre secteur. (Théorie du Kyo- Jitsu, Vide ou Plein)

cotation de 0 à 5

52. Un traitement Shiatsu doit-il tenir compte de la saison en cours, si oui pourquoi.

Parce que chaque organe est dit "dominant" dans sa saison. Il est alors en plénitude et reçoit un surcroît d'énergie. A contrario, avoir par exemple un foie faible au printemps où il devrait dominer est un signe de mauvais fonctionnement énergétique ; certains auteurs signalent une correspondance de plus en tenant compte de la saison de naissance du sujet. Ce dernier point est toutefois contesté par beaucoup.

cotation de 0 à 5

53. Qu'est-ce que la maladie selon l'énergétique chinoise et quel rôle le Shiatsu peut-il jouer.

En énergétique chinoise, la maladie est la modification ou la rupture de l'harmonie des 5 éléments. Cette rupture se traduit, s'observe quand :

- les énergies internes et externes ne correspondent plus
- quand le Yin et le Yang ne sont plus en équilibre
- quand la circulation de l'énergie dans les méridiens ne s'effectue plus convenablement.
- quand un ou plusieurs des quatre couples binaires appelés les 8 principes fondamentaux ne sont plus en harmonie, à savoir : Yin/Yang - vide/plénitude - avers/revers - froid/chaud.

La maladie est donc considérée comme un ensemble et les symptômes sont le signe d'un déséquilibre global. Le Shiatsu est une discipline énergétique qui cherche à soigner le

déséquilibre profond qui est à l'origine des maladies et non simplement à supprimer les manifestations extérieures de celles-ci.

Au-delà de l'explication donnée par la MTC deux thèses s'affrontent (et se complètent) à savoir :

- La psychosomatique, les pathologies seraient provoquées par un dysfonctionnement mental et psychique entraînant à terme un déséquilibre organique (par ex. l'ulcère de l'estomac). Cette première thèse est avancée par les "psy" en général.
- A l'opposé : le somatopsychisme défendu plus généralement par les naturopathes. Cette thèse voudrait qu'une faiblesse des organes (théorie des humeurs) entraîne à terme un dysfonctionnement mental (par exemple des douleurs répétées du rachis dues à une déformation de celui-ci provoquerait une dépression).

Les deux thèses sont recevables et constituent un aspect exemplaire du concept Yin/Yang. On constate en fait une intrication des causes et des effets.

Le praticien doit tenir compte de ces deux aspects. N'oublions pas que le shiatsu est une discipline holistique agissant à la fois sur le mental et le physique.

cotation de 0 à 10

54. Citez les principales contre-indications au Shiatsu.

- Quand le patient a trop chaud (fièvre), le shiatsu est vasodilatateur
- Quand le pouls est très perturbé, battements du cœur trop rapides
- Quand la transpiration au repos est trop abondante
- Quand le sujet est sous le coup de la colère
- Quand le sujet est en état d'ivresse
- Quand il est essoufflé, après un effort récent (battements du cœur trop rapides)
- Quand il y a eu choc en raison d'une grande peur
- Quand le patient a trop mangé et bu
- Quand le patient prend certains médicaments (anticoagulants, trop de cortisone, trop de tranquillisants)
- Quand le patient a subi une anesthésie récente
- Une grossesse à risque
- Également quand le patient présente les symptômes d'une phlébite (mollet rouge chaud et douloureux) ou d'un infarctus (sensation de gêne dans la cage thoracique et douleur au bras gauche).
- Quand le patient n'a plus d'énergie du tout (hypotension grave et permanente)
- De plus il faut prendre des précautions avec les femmes enceintes (points interdits, notamment 67 V, 4 GI et 6 Rate)
- Éviter de masser les cardiaques, les asthmatiques et d'une façon générale les personnes qui sont dans un état grave ou qui manifestent des réactions anormales.

Diriger alors vers un médecin immédiatement.

Le code de déontologie de la FFST en fait une obligation stricte.

De toute façon un (candidat) praticien doit **toujours** s'inquiéter de savoir si son patient souffre de pathologies, s'il est suivi par un médecin. En cas de doute, s'abstenir de pratiquer un Shiatsu et renvoyer le patient à risque vers un médecin - éventuellement lui en indiquer un - Il s'agit là d'une **obligation formelle**.

Lorsque le patient est malade, le praticien doit s'abstenir de faire un shiatsu.

cotation de 0 à 10

55. La Langue - Quels renseignements pouvez-vous tirer de l'examen de la langue

L'examen de la langue est un élément important du diagnostic en médecine chinoise. Deux éléments distincts doivent être pris en compte, l'étude de la langue elle-même et celle de l'enduit lingual.

L'enduit lingual provient de l'énergie de l'estomac, il est en relation avec les viscères. Un enduit mince, n'adhérant pas à la langue est signe d'une affection bénigne Un enduit épais, adhérent est le signe d'une affection plus grave.

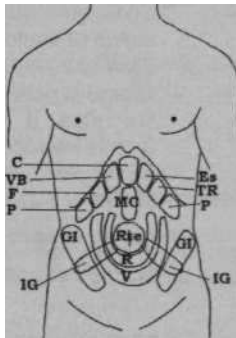
- Langue blanche : signe d'une insuffisance d'énergie Yang. Le patient est anémié.
- Langue rouge brillante : insuffisance d'énergie Yin, signe de chaleur, excès de feu. Examiner le M du C et la VB .
- Une langue sèche signifie que les liquides organiques s'épuisent.
- Une pointe de langue rouge signifie un Feu en excès dans le cœur, ou une affection de chaleur au foie dont l'énergie se déverse vers le cœur (cas fréquents chez les personnes dilatées).
- Une langue violacée indique plutôt une affection du cœur et des reins, avec glaires et crachats abondants, toux, toxines dans l'organisme.
- Une langue grise indique une attaque de type FENG par le vent, le froid, les organes sont congestionnés.
- Une langue noire signifie un épuisement de l'énergie Yin, avec excès de feu dans les reins, la rate et l'estomac. Si l'extrémité de la langue est noire, il y a ulcération à l'intérieur du corps (état très grave).

cotation de 0 à 7,5

56. Zones de correspondance du HARA (selon S. Masunaga ou toutes autres méthodes). Citez votre référence en la matière. Situez-les zones par un croquis. Décrivez leurs rôles dans le cadre d'un bilan énergétique.

Ces zones Yin ou Yang sont en correspondance énergétique avec les méridiens correspondants. Il y a lieu pour la compréhension et la perception des organes en plénitude ou en insuffisance d'énergie de déterminer les zones tendues (Jitsu) et les zones molles ou vides (Kyo).

N.B. même si le candidat appartient à une école qui n'enseigne pas la méthode Masunaga (Akaigedo, Hakko, par exemple...), il apparaît nécessaire que le candidat puisse identifier les zones correspondant aux méridiens. Celles-ci sont généralement conformes à la réalité anatomique.



cotation de 0 à 10

57. Définir la conception orientale du "Ki" (ou du qi).

Le Ki, souffle-énergie de vie est un concept fondamental de la pensée orientale. De l'idéogramme se dégage la notion des vapeurs qui proviennent de la cuisson du riz pour monter vers le ciel et constituer les nuages. Il y a dans cette notion l'idée de quelque chose d'insaisissable, de parfait, de sublime, d'impalpable, le tout doté d'une dynamique et d'une direction précises. C'est une force invisible, mais cependant présente et active. C'est la puissance qui permet la création et la manifestation de toute forme de vie.

Pour les orientaux, l'être humain est une condensation des souffles, particularisés au sein de l'amas universel. Il est la résultante de l'action des souffles célestes sur les souffles terrestres. Le yang du ciel agissant sur le yin de la terre. L'Homme digère en lui, en les harmonisant, les souffles du ciel et de la terre.

Le Ki par définition est neutre, pouvant s'adapter à chaque circonstance. On appelle cette capacité d'adaptation du ki de l'être humain, l'état de santé. L'état de maladie, par contre, est le résultat d'un dysfonctionnement du Ki - un état de non adaptation.

Le Ki et le sang (Kiketsu) vont de pair et se conditionnent mutuellement. Le Ki serait la partie la plus subtile et le sang la partie la plus matérielle. Dans la pulsologie chinoise cet aspect est bien visible.

La base du diagnostic oriental ou bilan énergétique est d'essayer de comprendre comment le Ki se manifeste dans telle ou telle personne et sous quelle forme ; les 5 éléments, le yin et le yang représentant les différents aspects de la manifestation du ki.

cotation de 0 à 10

58. Comment définir une pression en Shiatsu.

On ne peut pas parler de pressions en Shiatsu dans le sens musculaire du terme. On donne le Shiatsu à partir de son Hara. C'est la force du Ki du Hara du praticien qui va être dirigée vers l'ensemble de son corps, notamment les pouces, les paumes, les coudes, genoux ou pieds et le praticien en s'inclinant et en se laissant reposer sur son partenaire, à partir d'un déplacement de son centre de verticalité, va permettre à son Ki d'entrer en communication avec le Ki de son partenaire. Après analyse de la situation énergétique, il essaiera de canaliser, rendre fluide, tonifier ou disperser le Ki de son partenaire, selon les endroits et par différentes techniques.

Pression en Shiatsu veut dire :

- entrer en communication (mettre en contact son Ki avec le Ki du partenaire)
- se déplacer à partir de son centre (le Hara)
- s'appuyer - travail avec le poids du corps

Les qualités d'une bonne pression en Shiatsu sont :

- une pression stable et concentrée
- progressivité de la pression
- verticalité de la pression par rapport à la surface
- atteindre le niveau nécessaire pour sentir le Ki (degré de la pression) variable selon les méridiens, les différentes parties du corps et variable aussi d'une personne à une autre.

Cotation de 0 à 10

59. Quels sont en MTC les 8 principes fondamentaux sur lesquels reposent les principes de l'acupuncture et du Shiatsu.

Les 4 couples binaires :

- le Yin et le Yang
- le chaud et le froid
- l'humide et le sec
- l'avant et le revers

Cotation de 0 à 5

60. Quelles sont les 4 polarités (complémentarité/opposition) permettant d'établir un bilan énergétique en shiatsu

- le haut et le bas
- le jitsu et le Kyo - plein/vide
- le devant et l'arrière (du corps)
- la droite et la gauche (latéralisation)

Cotation de 0 à 5

61. Pharmacopée chinoise et phytothérapie occidentale, comparaison :

La pharmacopée chinoise fait partie de la MTC. C'est une branche de la médecine traditionnelle plus développée que l'acupuncture. Elle utilise en majorité des médicaments d'origine végétale, mais aussi des substances d'origine animale ou humaine, (sécrétions de crapauds, reins de porc, chair de serpent, ongles, cheveux, dents, excréments, urine d'origine humaine). Ces préparations sont utilisées en tenant compte surtout des 5 éléments et de leurs actions Yin ou Yang, ainsi que de la saison. Souvent efficaces dans les pays d'origine : Japon, Chine, nous recommandons toutefois la plus totale prudence quant à leur utilisation. En effet le manque de contrôle, d'information et d'expérimentation en occident laisse la porte ouverte à bien des interrogations.

En conséquence, il nous semble préférable de recourir à la phytothérapie occidentale diffusée par d'authentiques laboratoires pharmaceutiques contrôlés par le Ministère de la Santé. La phytothérapie occidentale comprend d'ailleurs beaucoup de plantes originaires des régions asiatiques telles que ginseng, ginkgo,.....

Une formation préalable du praticien est nécessaire, et ce par un organisme sérieux dirigé de préférence par un médecin ou un pharmacien. Le praticien en Shiatsu dûment formé à la phytothérapie ne sera pas pour autant autorisé à "ordonner", il pourra toutefois conseiller et diriger vers un laboratoire sérieux ou vers un pharmacien.

Rappelons que la législation actuelle considère la plupart des produits en phytothérapie comme des compléments alimentaires et non comme des médicaments. Toutefois la législation est susceptible d'évoluer, compte tenu des normes européennes en cours de discussion.

A propos de la pharmacopée chinoise ou occidentale, on pourrait y ajouter l'étude des effets attendus d'une telle pratique. A savoir : sudorification, vomification, purgation, harmonisation, réchauffement, tonification, dispersion.

Cotation de 0 à 2,5

62. N'étant pas médecin, avez-vous le droit de pratiquer l'acupuncture et la moxibution. Dites pourquoi.

- l'acupuncture aiguilles : oui non
- la moxibution : oui non

Pourquoi : parce que dans le 1er cas il y a piqûre, donc acte médical, dans le 2ème cas, on peut considérer qu'il n'y a pas acte médical (vide juridique). : Puisque pas de contacts avec le patient. Toutefois l'acupuncture pratiquée par des non-médecins formés dans des écoles reconnues (4 à 5 ans d'études) est désormais tolérée.

cotation de 0 à 2,5

63. Les disciplines complémentaires du Shiatsu :

Estimez-vous que le Shiatsu répond à tous les problèmes.

Selon vous est-il nécessaire de conseiller le recours à des disciplines complémentaires, si oui éventuellement lesquelles.

Le Shiatsu, technique de bien être, s'inscrit dans la tradition orientale de prévention des maladies et du bon entretien de la santé. De plus il peut dans tel ou tel cas améliorer voir régler des problèmes divers.

Toutefois, chaque fois que vous rencontrerez une pathologie bien définie, le praticien en Shiatsu doit **s'assurer que le patient est bien suivi par un médecin**. Éventuellement, si ce n'est pas le cas, il devra diriger le patient vers un médecin de sa connaissance.

Par conséquent, il devra également être à même de diriger, suivant les cas, le patient vers un radiologue, un homéopathe, un acupuncteur, un ostéopathe, un étio-pathe un naturopathe, un kinésithérapeute, kinésithérapeute méziériste, un phytothérapeute, un spécialiste des Fleurs de Bach, un psychothérapeute, etc.. Cet éventail de techniques médicales ou paramédicales ne remplaçant pas la **primauté accordée à un docteur en médecine, généraliste dans un premier temps**. Ce travail de réflexion ne peut pas être assimilé à un diagnostic quelconque, mais simplement à un discernement éclairé et à une prudence élémentaire.

N'oublions pas qu'un praticien en Shiatsu n'est pas médecin. Qu'il ne doit pas faire de diagnostic au sens occidental du terme et qu'il ne peut évidemment ordonner ou même conseiller des médicaments. Enfin, il ne doit pas interrompre un traitement médical en cours. Il a d'ailleurs signé un code de déontologie strict (voir en annexe).

Il doit impérativement avoir une conception pluridisciplinaire de la santé, faire appel, chaque fois que nécessaire, à des disciplines complémentaires, faute de quoi le praticien en Shiatsu se condamnerait à être inefficace dans bien des cas et à encourir les foudres

de la médecine officielle en sortant de ses limites et compétences qui doivent rester impérativement celles de la **prévention**. Il est avant tout un praticien de santé.

Il est important de traiter cette question car la réponse du candidat témoignera de sa compréhension, de son rôle, et de la place exacte que le Shiatsu doit occuper dans le phénomène de la santé.

Une mauvaise réponse sera éliminatoire.

Cotation de 0 à 10

64. Qu'est-ce que la Moxibution. Pouvez-vous utiliser cette technique, dans quels cas. Quelles sont les contre-indications.

La moxibution désigne le traitement des points d'acupuncture par la chaleur. Diverses techniques sont utilisées. Nous déconseillons l'utilisation des petits cônes d'armoise posés sur la peau à l'emplacement du point à traiter. En effet cette technique laisse de petites cicatrices difficilement acceptables de nos jours. Utilisez de préférence le cigare (dit smokeless) qui ne fume pas.

En général on considère que l'apport d'énergie par la chaleur a un effet TONIFIANT sur les points. Ceux-ci pourraient toutefois avoir aussi une action dispersante selon l'heure. En fait la tradition reconnaît un rôle spécifique important d'une grande efficacité indépendant de la tonification ou de la dispersion.

Les moxas servent principalement à renouveler l'énergie, ils apportent de l'élément FEU et sont plus efficaces que les aiguilles ou que le Shiatsu pour certaines affections par exemple les maladies rhumatismales ou encore, d'un point de vue psychique, la dépression ou toutes pathologies créées par le froid.

Les contre-indications formelles sont :

- ne pas chauffer le visage (ou avec une extrême prudence, picorage)
- ne pas chauffer en cas de fièvre ou maladies fébriles chez les enfants
- chez les personnes agitées
- pendant la grossesse
- dans toutes les situations qui relèvent des urgences : pas de moxas

La moxibution n'est pas obligatoire dans le cadre des études de Shiatsu mais toutefois fortement recommandée, car c'est très complémentaire du Shiatsu. Le livre du Dr Réquena fait autorité en la matière (Grasset Ed.) "**Guide pratique des moxas chinois**".

NB - Le candidat praticien doit être formé à la moxibution par un enseignant compétent.

cotation de 0 à 5

65. Qu'est-ce que la magnétothérapie.

Pourquoi peut-on faire un rapprochement avec l'acupuncture.

La magnétothérapie désigne le traitement des maladies par l'application des champs magnétiques sur le corps humain. Des travaux ont été effectués depuis quelques années sous l'impulsion de chercheurs japonais.

Ces derniers ont testé l'influence des aimants sous la forme de colliers, ceintures lombaires ou aimants individuels posés "loco dolenti". Des résultats très satisfaisants ont été constatés, notamment dans le cas de symptômes tels que raideurs dans les épaules, dos, nuque ou lumbagos, entorses, épicondylites. Les améliorations atteindraient des pourcentages de 80 à 95 % sans effets secondaires importants. Certains chercheurs estiment que l'effet des aimants agit particulièrement sur les points d'acupuncture (au 16e siècle les chinois utilisaient déjà les aimants I).

Le procédé est pour l'instant utilisé à des fins de rééquilibrage (Kyo/Jitsu), de stimulation (tonification) et de dispersion. Il y aurait lieu d'établir une relation entre la polarité de l'aimant (nord/sud) et le Yin /Yang.

Ce procédé ne présente pas de caractère dangereux et peut être utilisé sur des enfants.

Toutefois, les aimants ne seront pas utilisés chez les porteurs de pacemaker, les spasmophiles, les femmes enceintes et sur des personnes atteintes de cancer en cours d'évolution.

cotation de 0 à 2,5

66. Votre définition du Shiatsu. Développer

cotation de 0 à 5

FEDERATION FRANÇAISE DE SHIATSU TRADITIONNEL

SIÈGE SOCIAL : 48 RUE JEAN PIERRE TIMBAUD - F 75011 PARIS

SECRETARIAT : 12, RUE DES ÉPINETTES 75017 PARIS

e-mail : shiatsu.ffst@wanadoo.fr - site : www.ffst.fr

Tél. 01 42 29 64 22