

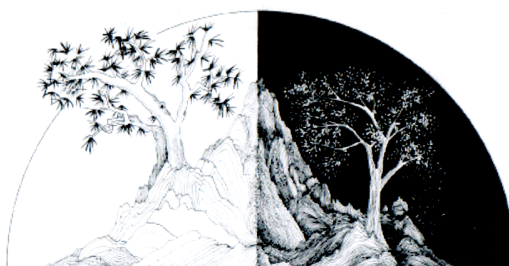
SHIATSU ET ACCOMPAGNEMENT SUR LE CHEMIN DE LA GUERISON

Accompagnement d'une femme atteinte d'un cancer du sein.

Mars - Octobre 2011

Mémoire

Delphine Bourdier



Ecole de Shiatsu Thérapeutique, Paris 13ème.

Sommaire

- Mon parcours.....p.5
 - A l'origine : l'Art.....p.5
 - De l'Art au Shiatsu.....p.6
 - Mariage de l'Art et du Shiatsu.....p.7

- Introduction : la notion fondamentale d'accompagnement...p.9

- Accompagnement de la maladie du cancer du sein.....p.11
 - 1) L'acceptation de la maladie.....p.13

 - 2) L'ablation de la tumeur.....p.17
 - Opération 1.....p.17
 - Entre deux opérations.....p.23
 - Opération 2.....p.25

 - 3) Accompagnement de la chimiothérapie.....p.29
 - Chimiothérapie 1 à 3 de type Fec 100.....p.31
 - Chimiothérapie 4 à 6 de type Taxoterep.39

 - 4) Les apports du Shiatsu au cours du traitement.....p.49

- Témoignage : quelques mots de Régine.....p.53
- Conclusion générale : Vers une auto-guérison ?.....p.55
- Bibliographie.....p.57
- Remerciements.....p.59

Mon parcours

« Nous sommes tissés de l'étoffe dont sont faits nos rêves », William Shakespeare.

A l'origine : l'Art.

Tout commence par un rêve... A l'âge de 20 ans, en octobre de l'an 2000, je fais le rêve qu'un train m'emène tout droit au jour de ma mort et une voix me demande : « As-tu vécu ta vie avec ton cœur ? As-tu réalisé ton destin avec amour ?... Elle me murmure la réponse : tu trouveras ta voie seulement en suivant la route du cœur, ne suis que ton cœur... ». Cette voix c'était ma propre voix, celle qui me ramenait sur le bon chemin. Je me réveille alors en sursaut avec la conviction que je suis à cette époque la mauvaise route et qu'il faut tout changer.

Il n'y a qu'une route à suivre: le chemin vers son propre cœur ! J'eus dès lors la révélation que si je continuais à vivre comme je le faisais, je mourrais le cœur vide. A l'époque, j'étudiai la comptabilité et la gestion en région parisienne et suivait une voie de raison plus qu'une voie de cœur. Après ce rêve, tout changea dans ma vie, ce matin là je posai alors le pied au sol et je me mis à danser à la rencontre du monde !

Je pris la décision de vivre mes rêves et d'entrer aux Beaux-Arts, de vivre en créant vraiment sa vie, par mes propres mains, d'être au cœur de l'art, de laisser émerger l'art et l'amour du plus profond de son cœur !

J'entrai alors en 2002 à l'école des Beaux-Arts de Tours. Entre dessin, peinture, sculpture, et surtout danse contemporaine et art vidéo, je créais un univers proche du corps, de l'énergie, entre ombre et lumière. Cet art éphémère était pour moi plein de cette croyance : la lumière, l'énergie de vie émerge du plus profond de nos ténèbres intérieures. Je vivais enfin en harmonie avec mes convictions.

Un passage difficile pendant l'année 2006 me conduisit à me poser d'autres questions. Je ressentais un autre besoin de liberté plus en lien avec la notion de responsabilité, d'engagement, un autre sens de la vie s'imposait à moi... Je cherchais ma place en ce monde. Créer seulement des images ne me suffisait plus. J'étouffais dans mon corps, atteinte d'asthme chronique. Je manquais d'air par une incapacité à composer autre chose, à m'évader du visible et à toucher l'invisible... Je ressentais le besoin en même temps de créer de nouveaux liens, de creuser et de planter enfin mes racines. Je voulais trouver une forme créative à multiples facettes, toujours évolutive en lien avec le monde liant corps, esprit, et énergie. Une voix me demandait sans cesse : « Regarde au cœur de ta vie, quel est le cœur de ta vie ? »...

La maladie et ce sentiment d'oppression m'amènèrent à rencontrer finalement le Shiatsu.

De l'Art au Shiatsu

De la tentative de créer une image qui puisse toucher l'autre à celle de suivre le chemin du soin manuel énergétique, toucher le cœur du receveur, il n'y a qu'un pas,...un pas qui nous mène plus près de l'autre en soi. Devant l'autel du cœur, l'art et le shiatsu ne font qu'un, unis vers une conscience plus étendue du grand corps de l'univers par le petit corps de l'homme.

L'histoire de l'art compte parmi ces chefs d'œuvres de nombreuses consolations de la Vierge, mais il faut avoir touché un corps pour sentir la vibration de la douleur et en soi l'instinct d'être poussé à la guérir, sentir aussi que la consolation est notre rôle quotidien et peut être réalisée dans nos mains tous les jours grâce à notre pratique du Shiatsu. La main « Shiatsu » est une main qui voit, une main qui console.

Le praticien de Shiatsu est un artiste. Son art réside dans la beauté de ses gestes et de son cœur mis en œuvre pour guider le receveur sur son chemin de guérison. Redonner à autrui tout son pouvoir créateur, tout son potentiel d'action est lui rendre sa santé. Le praticien de Shiatsu est un créateur. Artiste et praticien de Shiatsu, c'est un seul et même cœur, une seule et même voie.

Donneur et receveur, sont mêmes co-créateurs unis dans l'instant, reliés aux éléments, au temps, à l'espace, au hasard de la rencontre. L'œuvre a pris son volume, sa vie...Ce n'est plus une image affichée au mur. L'âme du peintre n'est pas loin, elle est là dans nos mains! Là émerge une autre création plus profonde, en lien avec la vie de l'homme: c'est une œuvre humaine, une œuvre de vie, universelle.

Le Shiatsu avec les genoux bien plantés en terre et sa chorégraphie entre ciel et terre répondit à mes aspirations profondes. La rencontre de Bernard Bouheret et l'Ecole de Shiatsu Thérapeutique me permirent d'entrer dans le monde de l'énergie et la voie du cœur résonna en moi encore plus fort! Mon père à cette époque apprenait le Shiatsu avec Bernard, et il m'envoya vers lui pour une séance.

J'ouvre alors en 2006 une nouvelle porte et découvre alors qui je suis profondément, grâce à cet art manuel énergétique. Là où le silence nous instruit et où la parole ouvre des espaces invisibles, là où les points parlent...une autre dimension de vie m'était donnée. J'apprenais enfin par cœur, dans la mémoire de mon corps !

Comme écrit Christine Singer dans *Passion*, c'est comme si c'était « la vie elle-même qui avait mis en scène cet apprentissage heureux ».

Mariage de l'Art et du Shiatsu

Il est en moi, intact et protégé, le sentiment de toucher à cette époque-là le cœur d'une voie. Par la voie du soin, je peux enfin toucher la possibilité de travailler avec Amour.

Lors des pratiques en Shiatsu, je vis des moments précieux et vulnérables dont j'ai provisoirement la charge, aussi une belle et douce responsabilité, celle de conduire mon corps dans un bien mutuel avec le receveur. Tout s'ouvre, liberté et responsabilité unies, et là je trouve enfin ma place en ce monde.

Dans ce siècle où pèsent si lourd les difficultés à vivre, la rupture avec l'énergie et les forces originelles de la nature, nous retrouvons grâce au Shiatsu la possibilité d'être et d'œuvrer avec tout notre corps, tous nos corps physique, spirituel et psychologique, émotionnel, dans un moment qui s'échappe du temps moderne accéléré.

Dans une dimension d'éternité et fermement ancrés au sol, le Shiatsu creuse en nous les chemins de notre vie, de notre destin, si nous œuvrons à l'écoute du monde. C'est une traversée ! Un voyage ! Ce rêve initiatique et mon parcours à travers l'Art et le Shiatsu m'ont enseigné que ce que nous ressentons au fond de notre cœur peut devenir réalité.

Nous avons au cœur de nos mains une partition potentielle d'amour à donner, de dons et de créations à réaliser dans notre vie. Le Shiatsu fût pour moi l'instrument clef qui m'aida à réaliser dans la réalité cette partition silencieusement gardée sur « la portée de mes mains » ! Avec le Shiatsu, vie et créations sont enfin réunies. Nous avons tous cela à portée de main !

Le Shiatsu m'accompagne ainsi depuis près de cinq années et m'a permis de surmonter toutes les épreuves, toutes les étapes importantes de la vie. Aujourd'hui je crée ma vie avec le Shiatsu, il m'accompagne tous les jours dans mon avancée dans le monde.

Je prends le temps de décrire tout cela, car le Shiatsu est dans notre pratique nourri et inspiré tous les jours par la façon dont il est entré dans notre vie. Il réalise en nous ce à quoi nous aspirons profondément de la vie, au delà d'une technique et d'un savoir. Le corps « Shiatsu » est un corps de résonance, de renaissance, réceptacle d'une énergie vaste et universelle.

« Je vois ses mains retrouver leur lumière

Et se soulever comme des fleurs après la pluie.

Les flammes de ses doigts cherchent celles des cieux et l'amour ...

Me rend à moi-même ce que j'ai été. »,

« Les dessous d'une vie », Paul Éluard.

Introduction : la notion fondamentale d'accompagnement

La notion d'accompagnement en Shiatsu est fondamentale et primordiale.

Dans mon expérience de jeune praticienne, il m'est arrivé d'accompagner des personnes sur une période de plusieurs mois, sur plusieurs semaines ou seulement sur quelques séances ponctuelles. Parfois même une seule séance a suffi à déclencher un tournant, un déclic dans la vie de la personne. Le Shiatsu est un soin qui peut réunir toutes les sphères physique, émotionnelle, spirituelle, il aura un effet sur le corps dans son ensemble.

Toutes ces expériences vécues en Shiatsu m'amenèrent à réfléchir plus profondément sur cette notion d'accompagnement essentielle. L'accompagnement diffère pour chaque cas rencontré, selon la gravité et la profondeur du symptôme, sa cause cachée, le besoin de la personne, sa capacité à évoluer, son histoire personnelle... Il faut s'attendre à tout et s'adapter à la situation ! Le temps de l'accompagnement est une donnée variable. Il naît de la rencontre entre le praticien et le receveur dans un temps et un espace donné et de l'échange d'énergie qui se crée entre eux.

Lorsque nous prenons cet engagement de l'accompagnement dans le temps qu'il soit court ou long, nous entrons alors dans la pratique véritable au sens sincère et engagé du Shiatsu Thérapeutique.

Une séance de Shiatsu Thérapeutique ouvre sur un temps où le patient peut avancer sur son chemin de guérison personnel. Le praticien de Shiatsu a pour mission d'accompagner son patient sur ce chemin, de le guider, de lui permettre d'avancer aussi par lui-même, de lui donner ce cadre d'espace et de temps pour aboutir à la résolution de ses symptômes ou pour cheminer tout simplement sur le chemin de la vie. Dans *Renaître à la vie pour guérir d'un cancer*, le docteur Dransart décrit ce phénomène ainsi « Le malade n'a pas besoin d'explication, il a besoin d'être accompagné dans la découverte de sa propre vérité ».

Comment le Shiatsu peut-il aider dans cet accompagnement vers cette vérité thérapeutique propre à chacun ?

Quel est ce rôle d'accompagnant que le praticien de Shiatsu doit intégrer dans ses gestes, son corps, son cœur et toute son attitude ?

Comment aider l'autre à atteindre la pleine conscience des causes des symptômes, étape nécessaire pour que les douleurs se résorbent, guérissent ?

Ce chemin vers la guérison est un long parcours semé d'interrogations, de bouleversements. La maladie est le lieu de transformations de l'homme, de mutations de son être profond. La traversée de la maladie nécessite le passage de nombreux changements tant physiques que psychiques.

Le thérapeute en Shiatsu peut accompagner la personne sur ce chemin d'évolution. Fruit de l'expérience, la notion de justesse de l'accompagnement s'affine à mesure que le praticien progresse dans sa pratique. En ce sens le praticien de Shiatsu est un thérapeute car il cherche en permanence à apporter par ses gestes sûrs et purs, aguerris des connaissances en médecine chinoise les plus élevées possibles, à

accompagner le plus justement et le plus efficacement son patient. Le praticien puise dans son cœur la compassion et l'amour nécessaire pour enclencher le processus de guérison.

Le Shiatsu peut accompagner pour franchir les étapes importantes de la vie: une maladie, un deuil, une séparation, une perte d'emploi, un déménagement, une naissance, un mariage, entre vie et mort, entre Yin et Yang en passant par toutes les émotions de joie, tristesse, ou colère; en traversant les jours, les mois, les saisons, les années, tous les âges de la vie, le Shiatsu est un accompagnant. Il permet de nous soutenir pour tout changement, pour mieux nous adapter et ainsi nous garder en santé. La pratique du Shiatsu Thérapeutique accompagne la traversée de tous les âges et des épreuves de la vie.

Le Shiatsu fait grandir celui qui le reçoit et celui qui le donne! Cette pratique par le toucher permet l'ouverture d'un état de conscience plus élevé face aux épreuves que l'on vit. Ainsi on peut mieux les comprendre, les accepter et les franchir. Le Shiatsu permet d'accepter, de dissoudre, de dépasser, de relier, d'intégrer, d'évoluer, de passer les portes, ouvrir les portes de sa vie. Le Shiatsu permet aussi de toucher tous les âges de la vie et les problématiques propres à chacun.

Comme le disait le philosophe Gilles Deleuze, l'art comme l'amour sont achronologiques, ils traversent le temps...le Shiatsu aussi.

Développement du mémoire :

Je réunis dans cet écrit l'expérience du suivi de Régine atteinte d'un cancer du sein que j'ai pu soutenir par la pratique du Shiatsu durant tout le temps du traitement de son cancer: acceptation de la maladie, opérations et chimiothérapie.

Je conterai le déroulement de cet accompagnement à travers la maladie. Je soulèverai à chaque étape les points essentiels en pratique de cet accompagnement thérapeutique.

Je conclurai sur l'apport du Shiatsu au cours du traitement du cancer et le rôle général du Shiatsu dans l'accompagnement sur le chemin de guérison.

D'autre part, je réunis dans un feuillet complémentaire des annexes théoriques sur le cancer et le cancer du sein, ainsi qu'une bibliographie.

Shiatsu et accompagnement de la maladie du cancer du sein

J'ai pu accompagner en Shiatsu Thérapeutique Régine, une femme de 47 ans atteinte d'un cancer du sein. Ce mémoire propose une étude de cas approfondie de ce suivi mais c'est aussi le récit de ma rencontre avec cette femme forte et fragile à la fois qui a su faire face à la maladie du cancer. Je soulève à chaque étape les questionnements et les points essentiels de cet accompagnement autant pour le praticien que pour le patient.

Cette aventure commence par un appel téléphonique fin mars 2011. Une femme me demande un rendez-vous, je lui ai été recommandée par une de ses amies. Je l'interroge sur les circonstances de son appel, elle me répond qu'elle vient tout juste d'apprendre qu'elle est atteinte d'un cancer du sein, elle est sous le choc, elle a vomi plusieurs fois dans la journée. Elle a besoin d'être accompagnée dans la traversée de cette maladie.

Et là tout commence : c'est l'engagement. A partir de ce moment, sans doute sans peur, il faut dire oui. Déjà là, le travail commence. Accueillir la demande sans surprise, ni déstabilisation, c'est déjà donner un cadre de confiance au soin à venir et à l'accompagnement. Il faut s'attendre à tout, toujours! Tout est possible.

Je ne me doutais pas alors que je rencontrais Régine pour traverser avec elle un long chemin sur la voie de la guérison. Cette étape fût pour elle une découverte profonde de son corps tant physique que psychique mais aussi énergétique. Pour moi ce fût l'expérience la plus formatrice en Shiatsu Thérapeutique: un accompagnement complet à la fois sur les plans physique, psychologique et énergétique de la traversée de la maladie.

Les questions qui se posent alors sont multiples. Comment accompagner au mieux une femme atteinte d'un cancer du sein ? Comment prendre soin de son être avant tout et faire reculer la notion même de maladie ? Comment amorcer la transformation ? Comment donner au corps les pleines capacités à se guérir après chaque opération, chaque chimiothérapie ? Comment gérer l'attente entre chaque traitement ? Comment l'aider à accepter cette épreuve de la vie, avec toutes ses pensées de mort et l'angoisse de franchir cet obstacle ? Comment répondre ou réussir à ne pas répondre à la question du « pourquoi moi » ?...

J'accompagne Régine depuis près de 8 mois et à travers trois grandes phases importantes. Tout d'abord la première phase, celle de « l'acceptation de la maladie », puis la phase opératoire qui a comporté deux ablations de la tumeur, enfin la troisième phase la plus difficile celle de la chimiothérapie. Ensuite plusieurs mois, voir même plusieurs années, seront encore nécessaires pour que la guérison soit pleinement accomplie et cela reste encore à venir.

1) L'acceptation de la maladie

La première étape essentielle avant toute chose est de travailler l'acceptation de la maladie, de traverser cette épreuve, d'en comprendre les causes profondes, de comprendre profondément ce que la maladie soulève comme questionnement sur l'identité de la personne.

Le Shiatsu est une porte d'entrée, un outil qui permet de réaliser l'acceptation de la maladie. Le praticien aura dans sa pratique par son toucher, son écoute et sa parole, à mettre en conscience ce que la maladie va transformer dans la vie du patient.

La maladie est une transformation. Aider à accepter l'arrivée de cette maladie permettra au patient de mieux comprendre les enjeux qu'elle soulève et aussi toutes les transformations à venir dans son corps et dans son esprit.

Régine arrive pour sa première séance fin mars 2011. Elle me confie son envie de mieux accepter ce qui lui arrive, de ne plus se juger, de ne pas définir cette épreuve comme quelque chose de mal, mais au contraire de s'en servir pour mieux vivre au présent et s'accepter elle-même. Elle a été prise de vomissements quelques jours auparavant lors de l'annonce de son cancer, elle ne dormait plus que grâce au médicament Lexomil. Quelque chose en elle rejette ce corps défini comme malade par le diagnostic.

Quelques mots pour mieux comprendre l'environnement de Régine : elle est mariée et a une fille d'une douzaine d'années. Son mari est parti travailler à l'étranger et elle vit donc seule avec sa fille dans une belle maison à Tours. Elle traversera toute sa maladie seule avec sa fille épaulée de ses amis, de ses frères et de son mari à distance. Son père est mort en 2009, laissant sa mère dans un très profond chagrin et dépressive. Très souvent malade, sa mère fût atteinte d'un cancer du sein qui se généralise au colon et meurt en octobre 2010. Quatre mois plus tard, en février 2010, Régine découvre une grosseur au sein droit qui va se révéler être maligne. En août 2010, le diagnostic d'une tumeur est posé, elle est atteinte d'un cancer du sein. Régine a aussi un frère atteint d'une leucémie et une sœur en dépression. Un lien fort existe entre l'histoire de sa famille et la maladie du cancer, et même une forte affiliation à la maladie quelle qu'elle soit.

Dans la parole et dans le Shiatsu, je la ramenai alors à elle, je l'emmène sur une autre vibration que celle de sa mère. Il existe apparemment une similitude néfaste en lien avec le cancer. Régine a été le soutien majeur de sa mère au moment de son cancer, elle me dit avoir toujours été « la mère de sa mère ». Je comprends à cet instant que mon travail serait de nourrir son être intérieur amoindri de n'avoir pu être un enfant à part entière. Comment aujourd'hui grandir ?...Elle m'explique aussi le climat d'insécurité dans lequel elle avait vécu son enfance. Elle cherche un cadre de sérénité, et cette maladie l'avait finalement conduite sur mon futon !

Mon objectif fût à travers nos séances de l'aider à créer un appui majeur basé sur elle-même, et de développer la force que sa mère n'avait pas eût. Se séparer des ancêtres, de leur histoire de vie et travailler sa propre racine est indispensable. Se différencier de la mère, de la mort et puiser dans la confiance, se définir à nouveau en tant que femme,

et mère auprès de sa fille en ne mélangeant pas les rôles. La similitude de sa maladie avec celle de sa mère fût au début notre principal sujet d'échanges.

Cette première séance posa les bases de la compréhension profonde de la maladie, du lien avec la mort, un lien affectif, le deuil non réalisé de la mère. On peut dire : « la maladie ne vous tuera pas comme elle l'a fait pour votre mère » et aussi ensuite « la maladie vous fera revivre, elle vous donnera une nouvelle vie »... Il faut visualiser cela lui dis-je et « la maladie vous oblige à rectifier des choses, à ne pas reproduire et à vous renforcer, à vous centrer en tant que femme, ni fille, ni mère mais en tant que femme, individu autonome ». Si l'on croit au pouvoir de la parole, ces phrases prononcées orientaient la force de guérison au fond du Cœur et des Reins de Régine. D'autres connections à des énergies plus bénéfiques sont nécessaires tout comme de travailler le centre de l'être.

La grande intention de ce premier Shiatsu fût l'acceptation de soi, ne plus juger, ne plus définir le bien ou le mal, de réunir tout le corps, de réconcilier le corps de chair avec l'esprit, l'âme, la ramener à la vie et doucement quitter la mère, quitter la mort, se réconcilier avec les défunts. Comment se détacher de cette lignée féminine (relation mère-fille), qui n'arrive pas à vivre sans se reposer sur quelqu'un et dont l'issue est la maladie.

A la prise des pouls, la peau est brûlante au poignet gauche, l'énergie n'est pas profonde, il n'y a pas d'élan, l'énergie est faible globalement. Il n'y a pas d'espace entre Yin et Yang sur l'axe Cœur, Foie, Reins au poignet gauche. L'axe principal travaillé fût Cœur, Foie et Reins pour tonifier le Foie empereur, ouvrir le Cœur à l'acceptation de l'épreuve, renforcer les Reins pour persévérer sur le chemin, communiquer avec les ancêtres.

Voici un bref résumé du protocole : Prise de contact, chaîne de Vessie une et deux en visualisant la grande intention de réconcilier Régine avec son histoire. Les fluidique des trois foyers pour réunir les trois corps, le bras gauche posé le long du Tumo et la main droite sur le troisième œil dans un esprit d'enveloppement de sérénité. Puis descendre du méridien Vessie aux jambes, travailler la racine aux pieds, le fluidique à deux mains sur la « fontaine jaillissante » et donner l'intention intérieure profonde avec ses mots « La terre ne s'effondre pas sous mes pieds » et « Je marche sur une nouvelle terre... ». Passer sur l'Estomac en visualisant le centre et ouvrir le ventre en étirant des côtes aux pieds sur le méridien de l'Estomac. Puis remonter des trois Yin en insistant sur Foie et Reins. Au ventre, Régine est très tendue, on peut même dire que ça tape fort au niveau du point 12 Jenmo et tout autour du nombril (25 Estomac, point Mu du Gros Intestin).

Un traumatisme profond est enfoui, des émotions non exprimées, l'espace est tout petit, il faut ouvrir, agrandir. Un long fluidique au Hara, le centre du corps sur les points 4 et 6 Jenmo est nécessaire pour centrer Régine. Le travail sur la poitrine (sur les points 14 – 17 – 22 Jenmo) et fluidique de réunion des trois foyers apaisent et réunissent les fonctions de respiration, digestion, élimination sur le plan physique et psychique. Au passage des bras le centre est encore appelé à travers Maître Cœur et Triples Réchauffeurs. Le pétrissage des mains permet de vider la poitrine et les points Ting sont pressés en visualisant de vider, aspirer le mal vers l'extérieur. La liaison 6MC et 5TR permet de réunir encore une fois Yin et Yang au niveau des bras. Régine réagit fortement au Shiatsu des bras (surtout le gauche), l'énergie tourne beaucoup, les bras

sont la continuité de la poitrine, entrent véritablement en résonance avec la tumeur au sein, ou le trouble émotionnel. Le Shiatsu du visage et fin assise terminent le shiatsu avec des fluidiques qui relient Cœur et Reins. A la fin de la séance à gauche, l'espace entre Yin et Yang, entre terre et ciel s'est agrandi. Il faut encore équilibrer l'assiette entre gauche et droite, creuser, renforcer la racine du poulx.

Avant l'ablation de la tumeur, le travail d'acceptation et le regard porté sur les causes profondes de la maladie sont des éléments primordiaux. Le soin énergétique Shiatsu, par le toucher subtil des points, par l'écoute sensible et les paroles échangées, est l'outil adéquat pour aider à réaliser l'acceptation de la maladie.

Je reste persuadée que la grande intention du Shiatsu a été la plus forte, les manœuvres ont aidé à « sceller » dans le corps la mise en œuvre de l'acceptation de la maladie.

Témoignage :

« J'ai passé une nuit extraordinaire accompagnée d'un rêve très apaisant. Je me suis donc réveillée en pleine forme et très apaisée avec comme mot d'ordre la non résistance à ce qui est, et la pleine acceptation qui amènera la transformation. J'aborde donc cette étape avec beaucoup plus de sérénité. Ma démarche pour l'instant comme je vous l'ai dit, c'est d'être essentiellement présente au moment et faire un pas après l'autre sans regarder derrière ni trop en avant, être là simplement en acceptant sans jugement ce qui est.

Un grand merci à vous pour cet accompagnement, votre aide m'est très précieuse et va me permettre d'aller encore plus loin. »

2) L'ablation de la tumeur :

L'ablation de la tumeur s'effectua en deux opérations chirurgicales.

Lors de l'ablation de la tumeur, deux choses importantes furent à gérer pendant les séances de Shiatsu. D'abord aider le corps à se remettre du choc opératoire au niveau physique (hématome, fatigue). Au niveau énergétique le corps est « éclaté » il faut réunifier le corps psychique, « recoller les morceaux ». Ensuite sur un niveau plus spirituel, il s'agit d'accepter cette fin « chirurgicale » de la maladie, réunir corps et esprit, s'assurer qu'au niveau de l'esprit la maladie se dissipe aussi.

Deux protocoles spécifiques nous ont été enseignés par Bernard Bouheret, lors du stage en mars 2011 sur « Les maladies de civilisations » : des protocoles essentiels de tonification avant opération et de dispersion après opération. La possibilité d'expérimenter ce qui m'avait enseigné fût immédiate. La semaine qui suivit, je rencontre Régine pour la préparer à l'opération.

Opération 1

- Avant l'opération : 1 séance.

Le 30 mars 2011, j'effectue le premier Shiatsu tonificateur pour Régine. Depuis la dernière séance, le week-end s'est très bien passé, le travail d'acceptation de la maladie se réalise. La veille, le mardi, des peurs au sujet de l'opération sont survenues. L'opération est dans trois jours, la sortie d'hôpital le week-end suivant.

A la prise des pouls, à gauche, avec la prise des pouls en 5 temps, en profondeur, la racine est atone pour Cœur, Foie et Rein. L'espace de l'homme est écrasé, Il y a comme une paralysie. C'est le plus flagrant, à droite c'est plus ouvert. La peur paralyse l'énergie! Les angoisses reviennent cycliquement, l'énergie alors s'effondre, les Yin sont faibles. Les méridiens du Cœur, Foie et du Rein en profondeur n'ont pas d'énergie, il faut redonner force et courage encore !

La grande intention du shiatsu sera de préparer Régine à l'opération chirurgicale. Le Shiatsu est très enracinant en allant de l'Eau vers le Bois jusqu'au bois! Reins, Foie, Cœur.

Protocole Shiatsu « tonificateur », avant opération: un Shiatsu de type Eau qui va vers le Bois sur tout le corps. L'objectif est d'augmenter l'intensité vibratoire du corps et ainsi de donner une protection énergétique en prévision de l'agression dû au choc opératoire. C'est un Shiatsu bon à donner deux à trois jours avant l'opération. Voici le détail des manœuvres :

Prise de contact.

Vessie 1.

Percussions

Vessie 2.

Tour du sacrum.

Bandes fessières.

Fluidique sur les Reins.

Manœuvre en pont entre les deux points 4 Tumo et 3IG pour la tonification des Yang.

Descente des jambes : Vessie et Vésicule Biliaire par segment en tonification.

Remontée du 36 au 41 Estomac.

Bandes plantaires des pieds en pressions très profondes.

Descente Estomac.

Remontée des trois Yin des jambes.

Fluidique sur le point 3F avec les deux index en tonification.

Manœuvres sur le ventre : pressions entre 2 JM et 8 JM.

Manœuvre en pont entre 6 JM et 7 P, pour la tonification des Yin.

Manœuvre «Bec de canard» du 17 au 22 JM.

Manœuvres des bras : méridien Cœur et Maître Cœur.

Pétrissage de la mains en pressions profondes et pressions des points Ting.

Remontée par Triples Réchauffeurs.

Visage : bandes frontales.

Fluidique troisième œil et 17 JM.

Assis : trapèzes. Vessie 1 et 2.

Percussions en poings liés sur 14 Tumo.

Frapper en mains métal sur 4 Tumo.

Fluidique sur Reins et Cœur/ Reins.

Fluidiques Shu et Mu du Foie (18 V et 14F) à deux mains du côté droit, côté du Foie.

Deux manœuvres clefs dans le protocole permettent de tonifier les Yin et les Yang : la manœuvre en pont entre le point 6 Jenmo et 7 Poumon pour tonifier les Yin, et le pont entre 4 Tumo et 3 Intestin Grêle. Tout le Shiatsu est effectué en pressions profondes en tonifiant aux jambes Vessie et Vésicule Biliaire, pressions profondes aussi aux bandes plantaires. La remontée des trois Yin (Foie, Rate et Reins) privilégie la tonification du Foie, pression du 3 du Foie. Au ventre principalement le travail du centre du 2 au 8 Jenmo est nécessaire, puis aux bras le Cœur et Maître Cœur. La fin du Shiatsu s'effectue en fluide d'harmonisation entre le troisième œil et le point 17 Jenmo. Pour finir on réalise une tonification du Tumo en percussions profondes tout le long du Tumo, principalement sur 4 Tumo, puis un fluide sur le point Shu et Mu du Foie, entre 18 Vessie et le point 14 Foie. A la fin le Yin en profondeur est revenu.

Le courage revient et je travaille avec Régine la visualisation de l'étape à franchir. La date approche, seule l'organisation de l'événement est importante à planifier et à visualiser.

Mes paroles en fin de séance sont : « la grande intention à visualiser est de traverser l'épreuve et de suivre pas à pas l'organisation établie ; Agir avec courage et aller droit devant cette opération. Il faut à présent faire confiance aux personnes qui prennent en main l'opération. Ne plus penser au passé, ni au pourquoi de la maladie. »

Témoignage :

« Je voulais vous donner quelques nouvelles. Mon opération s'est bien passée. Ils ont comme convenu retiré le ganglion sentinelle et à la première analyse il était sain, puis ils ont retiré une petite tumeur de 1 cm. Tout cela bien sûr est parti pour une analyse plus approfondie dont nous aurons les résultats d'ici une quinzaine de jours. A l'heure d'aujourd'hui tout laisse supposer qu'il n'y a pas de ramification. C'était un gros soulagement.

Voilà donc maintenant il faut tourner cette page et reconstruire ce qui a été fragilisé, mais j'ai foi en la vie et c'est vers elle que je me tourne et me livre corps et âme et votre aide va me permettre d'aller encore plus loin.

Je ne sais pas encore à quel moment je pourrais venir vous voir, car j'ai un hématome du côté droit qui est encore assez douillet, et j'ignore si je peux encore tenir une position à plat ventre. Mais j'avoue qu'une séance de Shiatsu me ferait le plus grand bien. Si vous avez une petite plage à m'accorder au cours de cette semaine, et si cela ne vous paraît pas trop prématuré, pouvez vous me le faire savoir. Peut-être jeudi ou vendredi car on me retire les fils jeudi.

Encore un grand merci pour la séance de mercredi qui m'a permis de m'armer de courage pour les jours qui ont suivis. »

Aromathérapie et choc opératoire :

Les huiles essentielles permettent d'apaiser la crainte avant l'opération et favoriseront la cicatrisation et le retour à la normale après l'opération. Selon l'ouvrage « La bible des huiles essentielles » de la pharmacienne Danièle Festi, il est recommandé de prendre :

Avant opération : l'huile essentielle de Camomille est anti-stress, à respirer ou à appliquer sur le plexus solaire avec de l'huile végétale de Verveine.

Après opération : l'huile essentielle d'Hélichryse est anti-hématome, à appliquer avec de l'huile végétale d'Arnica.

- **Le retour de l'opération : 2 séances.**

Deux séances de Shiatsu seront nécessaires à la suite de l'opération. Au retour de l'opération, Régine a un hématome sur le côté droit du sein, la tumeur a été retirée. Elle est affaiblie, mais soulagée d'avoir passé cette étape.

Le premier Shiatsu après opération fût un Shiatsu de drainage, d'épuration, de nettoyage du Foie afin de relancer l'énergie du Bois, l'énergie de saison. L'intention du Shiatsu sera aussi d'apaiser et de réunir le corps, de l'unifier après ce traumatisme. Le corps énergétique a besoin d'être rassemblé, réunifié. L'intervention chirurgicale morcelle le corps énergétique.

Les pouls ne sont pas très toniques. En cette saison du printemps l'énergie est faible, le foyer supérieur a reçu un choc par l'opération au sein droit. Il faut beaucoup de précautions pour installer Régine au sol sur le ventre, plusieurs coussins sont nécessaires pour éviter qu'elle s'appuie sur le sein droit.

Les manœuvres clef de ce Shiatsu seront: tonification des Yin en profondeur, dispersion des grands Yangs Vésicule biliaire et Vessie. Un grand fluide au Hara. Descente du maître Cœur en une fois et remontée des trois Yang aux bras en une fois. Puis une belle intention de chasser les poussières, les mauvais moments passés avec cette maladie. On chasse les nuages... Pour finir, un fluide entre Shu et Mu du Foie puis fluide sur les Reins, et enfin percussions sur le Tumo.

A la fin de la séance, à gauche, le Cœur est plus tonique, le Foie et la Vésicule biliaire aussi. Ils auront besoin encore d'être tonifiés. L'énergie reste encore faible aussi du côté du Poumon et Maître Cœur et Triple Réchauffeur. Tout ce Shiatsu a été fait avec une intention de préparer un redémarrage, accompagner la convalescence, faire un point après cette opération, chasser l'ancien pour créer un nouveau corps prêt à redémarrer un nouveau printemps.

Protocole du Shiatsu « draineur », après opération : l'objectif est drainer les grands Yang, de tonifier les Yin, et en même temps de recentrer la personne. Le corps énergétique après opération est « éclaté », il faut le rassembler.

Prise de contact plus lente.

Vessie 1.

Pas de percussions.

Vessie 2.

Tour du sacrum.

Bandes fessières.

Descente vessie en une fois. Pression 40 V.

Descente vésicule biliaire en une fois.

Bandes dos du pieds (surtout Vésicule Biliaire et Foie), et bandes plantaires. Point 1R.

Balayage.

Descente Estomac en une fois.

Remontée des trois Yin de la jambe.

Points importants : 3F, 6Rp, 10Rp à connecter en fluide à deux mains.

Ventre : Contact.

Estomac.

Diaphragme.

Points 13F (extrémité onzième côte) et 14F.

Tapoter le foie à droite et fluide sur l'organe.

Manœuvres des bras : Maître cœur en profondeur en une fois.

Pétrissage des mains en profondeur.

Remontée des trois Yang : Intestin Grêle, Gros Intestin, Triples Réchauffeurs, en une fois.

Tête : bandes frontales, nuque.

Points 1V, 8 VB.

Assis : trapèzes, fenêtres du ciel.

Chasser les poussières.

Percussions, frotter le dos.

Fluide à droite avec Mu et Shu du Foie. Fluide sur les Reins.

Final : Main gauche sur 20 Tumo et main droite en percussion en remontant le Tumo.

Témoignage :

« J'ai eu aujourd'hui les résultats de ma tumorectomie: en ce qui concerne la tumeur c'est positif, il n'y a pas eu de ramifications. Par contre en analysant le ganglion sentinelle ils ont découvert des micro-métastases et par sécurité ils envisagent de me faire un curage axillaire (retirer les ganglions sous le bras). Cette nouvelle intervention aura lieu le 6 mai, et après j'aurai de la chimiothérapie et de la radiothérapie. Tout ce protocole est une mesure de sécurité étant donné mon jeune âge.

Je pense que j'accepte ce lourd protocole. Dans tous les cas dans ma tête je ne me sens pas malade, ni abattue, mais je sais aussi que je vais avoir besoin de vous encore et encore.

Dans tous les cas, demain je pars mettre un peu de recul par rapport à tout cela. Je crois que j'aimerais vous revoir avant le 2 mai si vous êtes disponible.

Tenez-moi au courant, et merci encore pour votre écoute à mon égard. »

Au deuxième Shiatsu après opération, Régine se sent bien, seulement un peu dispersée pour faire toutes les démarches administratives liées à son arrêt maladie. De manière générale les pouls ne sont pas assez dynamiques. Le Foie n'est pas sur son trône, de ce fait il peut y avoir un manque d'énergie pour s'organiser. L'énergie n'est pas maximale pour enclencher les démarches. La grande intention du Shiatsu sera un Shiatsu tonificateur de saison (saison du printemps, de l'élément Bois, du Foie) et aussi unificateur pour continuer à relier toutes les sphères.

Il y a de fortes pulsations surtout côté gauche, et au dessus du nombril (du 8 au 12 Jenmo), quelle est cette tension ?...Régine me dit ressentir un poids depuis longtemps là, quelque chose n'est pas exprimée ; « une autorité non exprimée ? » lui dis-je... Régine me parle de sa fille, de l'autorité qu'elle a à mettre en place peu à peu, d'arriver à lui dire non, de ne pas tout lui céder. Elle me confie: depuis que sa propre mère est morte, Régine se cherche en tant que femme et mère. Sa mère lui disait « toi, tu es forte ! » mais qui est-elle vraiment ?...Aujourd'hui elle se sent faible, et ne suit plus la parole de sa mère défunte. Qui peut aujourd'hui se définir sinon elle-même ! A travers un questionnement vis-à-vis de sa fille, la question de la mère revient encore.

Je lui prête quelques livres, elle semble de plus en plus intéressée par l'énergie et le soin manuel. Je lui montre quelques manœuvres d'automassage qu'elle peut réaliser, chauffer ses Reins, réunir son Cœur et le Hara, appeler son centre. Les lectures et les gestes permettent de faire perdurer la connection après la séance. Le mouvement s'arrête, l'énergie continue !

Entre deux opérations

Nous sommes fin avril, Régine fait preuve de plus en plus de force intérieure, et de capacité à se soutenir, s'accompagner elle-même dans cette épreuve. C'est une preuve que l'énergie de guérison est en route ! Elle intègre l'énergie que je lui donne et la fait sienne. Une sorte de thérapeute intérieur, de médecin intérieur s'éveille... Elle est partie une semaine en vacances à la montagne avec ses frères, elle se sent bien, ne s'inquiète pas trop des futurs traitements. Elle a pu à la fois être un peu seule et rire avec sa famille !

Cette séance est un moment intermédiaire qui nous permet de faire un point sur les épreuves à venir: une deuxième opération dans une dizaine de jours est prévue afin d'enlever d'autres ganglions autour du sein par sécurité puis la chimiothérapie commencera début juin. Mais lorsque le corps ne souffre plus, c'est la souffrance de l'âme qui s'exprime encore.

Régine me parle souvent de ne plus vouloir se définir comme dans le passé, elle cherche qui elle est au fond d'elle-même, ce qu'elle n'a pas pu exprimer avant ! Mais pourquoi ?...Le lien avec sa mère morte des métastases d'un cancer généralisé revient à chaque séance. Elle cherche à se détacher de ce qu'elle était au contact de sa mère. Une sensation lui colle à la peau, celle de ne pas exister, d'avoir joué des rôles dans sa vie...

Une bonne énergie tonique se ressent sur tous les pouls. Le Foie est bien sur le trône, le Cœur est présent mais à tonifier pour le changement de saison, le Poumon et l'Estomac sont à calmer.

La grande intention du Shiatsu sera tonique, du Bois vers le Feu (puisque nous allons vers la saison de l'été). Il faut continuer à dynamiser le corps en vue de l'opération de la semaine prochaine. Il faut l'aider à se séparer de sa mère (la séparation est liée à l'élément métal, le métal tranche, énergie du Poumon), l'aider à faire ce deuil, l'unifier.

Il y a toujours une sorte de nœud entre le 8 et 14 Jenmo en passant par le point 25 Estomac (Mu GI) aussi surtout côté droit. Ça tape très fort dans le ventre, une grande tension se fait ressentir. Régine me dit que ça la compresse et que ça la coupe dans sa respiration. Cela dure depuis très longtemps, peut-être depuis son enfance...Le diaphragme est difficile à ouvrir, assez fermé.

Une manœuvre clef d'ouverture me vient naturellement: je pose les deux mains l'une après l'autre le long du Jenmo du 4 au 6 JM et 22 JM puis je continue sur les deux bras sur le versant Yin puis je fais le chemin de retour, des bras en revenant les mains en paume jusqu'au Hara (6JM). La connection du ventre avec la poitrine puis de libérer aux bras semble dégager les trois foyers et de libérer Régine. Du centre aux périphéries des mains, puis revenir des périphéries au centre. En fin de séance le Poumon est revenu normal, il a bien diminué, l'Estomac aussi.

Une grande digestion intérieure se met en place au fur et à mesure des séances. Régine me dit qu'elle a eu des flashs de son enfance pendant la séance : elle a vu sa

mère et sa sœur. Elle se dit qu'elle a pris une place de protection avec sa mère toute sa vie. Son identité était définie principalement ainsi, liée à une protection maternelle. C'est ce qu'on appelle le phénomène de parentification : lorsque les enfants prennent la place des parents au sein de la famille (phénomène destructeur pour l'enfant à long terme). Aujourd'hui elle se rend compte que ça ne peut plus suffire, elle a envie d'être autre chose, elle a envie de se découvrir autrement, de changer pour se rapprocher d'elle un peu plus. Il faut aussi savoir que Régine travaille dans une crèche, elle a dans le travail aussi un rôle de mère. Aujourd'hui sa mère est décédée et il faut enfin trouver une autre place (rapport au poumon ?...), se connaître plus profondément en tant qu'être, être plus autonome et se connaître mieux, prendre des risques, découvrir, inventer sa vie! Stop à la culpabilité de n'avoir pas été là quand le moment de la mort de sa mère est survenu. Seule sa mère a décidé du moment du départ, et c'est sa mère aujourd'hui qui peut la protéger. Etre dans le monde des vivants et s'entourer des aides de l'au-delà!

Pendant les vacances à la montagne elle est allée sur la tombe de sa mère et a éprouvé des difficultés à la regarder en photo. Il y a un travail de réconciliation encore à faire. Elle a fait le rêve qu'elle nage dans un lac avec des carpes énormes qui tentent de l'engloutir. Ces liens maternels apparaissent comme dévastateurs, ils l'ont engloutie totalement dans l'enfance et jeune adulte. Cette maladie semble lui faire prendre conscience de tout cela. Il se met à jour une meilleure compréhension de toute sa vie. Une acceptation délie ces liens et permet un deuil.

Cette épreuve l'illumine véritablement. Une nouvelle vie s'annonce ! Régine se recrée entièrement grâce à ce cancer. Régine n'est pas déprimée, elle rayonne et dégage une très belle énergie que je nourris et renforce à chaque séance. Les séances de Shiatsu lui font du bien. Elle redéfinit son identité un peu plus chaque fois. Elle pratique à nouveau la méditation de pleine conscience, ce qui l'aide énormément tous les jours.

Un questionnement identitaire profond est en œuvre en permanence pour Régine. Peut-être comme nous le dit souvent Bernard, il est temps de devenir à soi-même « sa propre mère ».

Opération 2

- Avant opération : 1 séance.

L'épreuve de la deuxième opération fût plus traumatisante pour Régine.

L'arrivée de la deuxième opération a été pour moi la prise de conscience du long accompagnement que j'allais vivre avec Régine à travers le Shiatsu. Nous sommes début mai, et il y a un basculement complet dans nos liens. Des liens plus forts et plus proches se tissent. Ces liens sont guérisseurs pour elle et l'enveloppent dans un bain de confiance face à l'avenir.

Je comprends alors qu'au delà de la relation praticien/patient, Régine m'avait choisi en tant que personne pour vivre et traverser cette épreuve. Elle m'accompagnait vers une connaissance plus profonde du Shiatsu Thérapeutique : je devenais avec elle une thérapeute en Shiatsu. Elle sollicitait en moi plus que personne, mon soutien, ma force intérieure, mon écoute la plus attentive, et ma capacité à vaincre la peur. Toutes ces qualités, je les cultivais en moi pour elle et grâce à elle. Elle avait confiance en moi et ce fût le point de départ d'un long parcours vécu ensemble.

Le positionnement du thérapeute dans le temps est un paramètre crucial du soin: être proche tout en ne se laissant pas contaminer par les émotions, la peur. Vivre l'épreuve avec la personne tout en ayant du recul. Je visualise son corps physique, je sens son corps d'énergie, et je dirige le souffle pour lui donner plus de courage de la joie, je souffle sur elle !

Je donne un enveloppement rassurant lui permettant de se reposer le plus possible avant l'événement. L'aider à vaincre la peur, c'est garder toutes les forces disponibles pour combattre, c'est donner au corps la réactivité pour réagir, se défendre à l'attaque, au traumatisme du choc opératoire.

La maladie est transitoire et provisoire alors que l'être est éternel !

Régine me disait souvent qu'en me voyant elle ne s'identifiait plus à sa maladie. Avec sa famille et son entourage, elle était la mère, la sœur, l'épouse ou l'amie atteinte d'un cancer, devant moi elle était une autre. Je lui permettais d'être cette autre. Je lui donnais du mieux que je pouvais cette ouverture, cette possibilité de sortir de la maladie.

Lorsque je pense à elle, je pense à son nom, à son identité profonde, à sa personnalité douce et lumineuse, aux couleurs de son être intérieur et non à sa maladie. Il est important de ne pas identifier la personne à son état, à sa maladie. Tout en gardant conscience du mal à traiter, il est important de mettre en lumière l'être de la personne avant son état.

Le premier Shiatsu donné, préparatoire à la deuxième opération, est un Shiatsu à nouveau tonificateur de saison, et tonificateur des Yin et des Yang (voir précédemment pour opération 1). Un besoin d'apaisement au niveau du ventre, au niveau du Hara se

fait ressentir. Les pensées au sujet de la chimiothérapie à venir ont besoin d'être exprimées et calmées.

Les manœuvres clefs de cette séance furent le passage sur le méridien de la Rate, spécifiquement le point 6 Rate (plus particulièrement jambe droite), ce point est un point de réunion des trois méridiens Yin de la jambe, et puis le passage des méridien Yin du bras gauche.

Depuis sa première opération du côté droit, Régine restera plus sensible en Shiatsu sur le bras gauche, opposé au bras droit du côté de la tumeur. C'est comme si la tumeur et ensuite l'opération avaient déséquilibré du corps.

Quelques huiles essentielles procurèrent un effet apaisant : Camomille, Petit Grain et Mandarine, sur le point 14 Jenmo et au poignet au niveau des pouls.

- **Après opération : 2 séances.**

Le retour de la deuxième opération montre qu'elle a été plus traumatisante pour son corps, d'autant plus qu'un germe a infecté la plaie. Elle a un bandage, un traitement d'anti-inflammatoires et d'antibiotiques. Elle doit retourner à l'hôpital quelques jours après car la plaie s'est infectée.

Régine a perdu la faim et est très fatiguée. Son corps énergétique est éclaté, il n'y a plus de centre. L'énergie est faible et elle a perdu quelque chose de son identité. Ce que je connaissais d'elle de joie et son sourire ont disparu. Le regard a changé, les traits de son visage sont tirés. Mon Shiatsu va chercher à la rassembler tout le long de la séance. J'appelle le centre et je reconstruis zone par zone, méridien par méridien, j'appelle l'énergie de l'organe. Où est l'énergie des Reins (la force des racines) ? Où est l'énergie du Foie (le courage) ? Et l'Estomac (digestion des événements) ? et le Cœur ? (le Shen, l'esprit du Cœur est-il sauvegardé ?...). Oeuvrons dans toutes ces directions. Régine ne peut se déplacer, l'hématome qu'elle a à côté du sein, rend douloureuse la zone du bras. Je vais lui donner la séance à domicile. Je viens avec mon futon et m'installe. Je réunis ce corps choqué par l'intervention chirurgicale. Je lui apporte l'huile essentielle Helichryse ou appelée « immortelle », une huile essentielle puissante anti-hématome et cicatrisante. Je lui conseille de l'appliquer localement dès qu'elle pourra ou d'en ingérer 2 à 3 gouttes avec du sucre une fois par jour.

Régine retrouve la faim après ce shiatsu, le corps se remet en place petit à petit, et la fatigue s'estompera peu à peu. La faim et le système digestif sont la base du rétablissement. Le Shiatsu visera à restaurer cette fonction vitale en premier lieu.

Quand les douleurs du corps s'estompent les questionnements intérieurs reprennent sur les causes profondes de la maladie. La deuxième séance reprendra l'accompagnement sur un niveau plus psychologique. Il y a un va et vient perpétuel entre soin du corps et soin de l'esprit, entre soin des douleurs du corps, et soin des douleurs du cœur, de l'âme.

Depuis la deuxième opération, Régine a commencé un travail trans-générationnel (étude de la mémoire familiale des générations antérieures) afin de dévoiler la problématique familiale qui se joue autour de la maladie du cancer (leucémie pour son frère, cancer du sein pour elle et sa mère). Elle a besoin aussi de reconforter sa fille qui a besoin de retrouver sa mère forte. Elle me demande conseil. Je lui donne quelques gestes de Shiatsu simples à réaliser avec sa fille sur le ventre, la poitrine, les mains, les pieds. « Quoi lui dire ? Quoi lui dévoiler de tout ce qui se passe ? » demande-t-elle. L'enfant ressent au niveau énergétique ce que traverse sa mère. Lui dire simplement que sa maman se soigne, qu'elle est en train de guérir et que cela la fatigue mais qu'elle reste forte et sa maman quoiqu'il arrive. La mère reste à sa place de mère, c'est important. N'ayant pas le courage d'aborder de front tout en même temps, elle décidera de mettre entre parenthèses ce travail de recherche sur sa famille le temps de la chimiothérapie. Elle continuera à masser sa fille régulièrement pour prendre soin d'elle, communiquer avec elle dans ce moment où parfois il est difficile de poser des mots sur ce qui se passe.

Le Shiatsu est un merveilleux outil pour une communication non verbale et établir un lien de confiance mutuelle.

3) La chimiothérapie

La chimiothérapie est un traitement médicamenteux visant à détruire les cellules cancéreuses. Elle est très efficace mais malheureusement elle détruit aussi au passage des cellules saines, surtout celles qui se renouvellent rapidement (cellules sanguines ou digestives). La toxicité peut être immédiate ou retardée.

Régine est belle, radieuse, se remettant petit à petit de ses deux opérations. L'analyse des ganglions prélevés se révèle négative, les ganglions ne sont pas malins. Une chimiothérapie est tout de même nécessaire par sécurité, pour détruire toute cellule maligne s'il en reste encore. Un test hormonal est réalisé, Régine réagit bien aux traitements de chimiothérapie.

Régine m'annonce que sa chimiothérapie commence le 8 juin. Tout s'enchaîne à vive allure. En tout 6 séances de chimiothérapie sont prévues, une toutes les trois semaines, jusqu'au 20 septembre 2011. Et ensuite un mois et demi de radiothérapie, jusqu'au 18 décembre 2011.

Conseils alimentaires :

Un mois avant la chimiothérapie environ, nous convenons ensemble d'un régime alimentaire afin de préparer le foie au drainage des molécules chimiques de la chimiothérapie.

Il faut manger des légumes pour drainer le Foie, le préparer au drainage des molécules chimiques. Varier l'alimentation et y intégrer des éléments draineurs tels que : artichauts, radis noir, bouleau, brocoli, poireaux, choux, huile d'olive un peu, jus de citron, boire beaucoup d'eau et manger léger. Une cure de Desmodium est nécessaire pour prévenir les effets hépato-digestifs.

Les baies de Gogi sont un bon fortifiant tout le long du traitement.

Eviter de manger épicé avant la chimio, pas d'alcool, pas de chocolat, pas de graisses. Manger léger et boire beaucoup d'eau. Après la chimio, manger de tout, de manière équilibrée. Penser aux fruits secs pour l'énergie.

Bernard me donne une indication précieuse que je transmets à Régine: faire macérer du gingembre dans du jus de citron, et de boire ensuite ce jus de citron en tisane plusieurs fois dans la journée, tout le temps du traitement.

Dans tous les cas, le plaisir de manger est la meilleure règle d'alimentation pendant la maladie. Les risques après la chimiothérapie sont de ressentir des nausées ou de perdre l'appétit. S'il y a difficulté à manger, le plaisir doit rester le principal moteur !

Régine, heureusement adepte des aliments bio, suivra tout le long du traitement un régime alimentaire équilibré et riche en fibres et légumes verts.

Aromathérapie et chimiothérapie:

Les huiles essentielles utiles afin de drainer le Foie et le système digestif sont: Basilic, Menthe Poivrée, Thym et romarin. Ingérer deux gouttes sur la langue, ou sur un sucre ou en tisane. En massage local sur le Foie : Lédon du Groenland.

Homéopathie :

Une cure en oligo-élément en cuivre, or et argent permet de renforcer les défenses immunitaires fragilisées lors de ce traitement.

Phytothérapie :

A prendre en gélule la plante Echinacée renforce les défenses immunitaires.

Chimiothérapie 1, 2 et 3 : traitement de type FEC 100

Les trois premières chimiothérapies sont de type FEC 100.

Les effets secondaires attendus sont :

- Perte des cheveux.
- Nausées, vomissements.
- Mucite : une inflammation de la muqueuse, le plus souvent localisée au niveau de la bouche (stomatite) et du tube digestif mais pouvant être associée à des lésions plus diffuses (muqueuse génitale et conjonctive de l'oeil).
- Baisse des défenses immunitaires et fatigue profonde.

Quatre grands axes me semblent essentiels pour résumer mon action au cours des soins en Shiatsu Thérapeutiques donnés à Régine de juin à juillet 2011 :

- Soutenir Régine, renforcer le mental, l'aider à vaincre la peur (peur de la dégradation physique)
- Travailler sur la fonction digestive, drainer les méridiens Foie, Vésicule Biliaire, Rate, Estomac, Intestins.
- Travailler sur la fonction d'élimination: Vessie et Gros-Intestin.
- Tonifier profondément les Reins: une fatigue profonde s'installe. Cela est dû à un épuisement progressif de l'énergie des Reins.

Avant la chimiothérapie : le Shiatsu est tonique, profond et complet, l'objectif est d'augmenter la vibration énergétique du corps, pour l'aider à surmonter l'agression chimique. Tonifier les méridiens des Reins et Vessie très profondément pour prévenir la fatigue à venir. Armer, renforcer le mental pour passer le cap de l'épreuve. Tonifier le Tumo et Jenmo. Centrer.

Après la chimiothérapie : le Shiatsu visera à drainer tous les méridiens liés aux fonctions digestive et d'élimination : Foie, Vésicule Biliaire, Rate, Estomac, Vessie et Reins, afin d'éliminer le plus rapidement possible les molécules chimiques nocives dans le corps. Ramener le corps au centre. Tonifier le Hara. Equilibre des trois foyers.

CHIMIO 1 : le 8 juin 2011

- Avant chimio : 3 séances.

Transformer la peur en confiance : « je lutte contre la peur... »

Nous sommes fin mai, et je réalise plusieurs Shiatsu préparatoires à la première chimiothérapie afin d'aider Régine à accepter et envisager avec plus de sérénité ce traitement.

Régine est angoissée, le cœur serré d'envisager ce qui l'attend. Le rendez-vous chez l'oncologue quelques jours auparavant l'a plongée dans une peur de la chimiothérapie. L'oncologue lui a expliqué les probables effets de la chimiothérapie à venir : pertes de cheveux, nausées, problèmes digestifs, fatigue profonde... Envisager de perdre encore son énergie et une éventuelle modification physique, tout cela est insupportable pour elle. C'est encore une perte d'identité, une dégradation de l'image de soi.

Les mots de Régine sont « je lutte contre la peur ». Mon adversaire pendant le Shiatsu est cette peur profonde de souffrir. Je suis face au fait que je combats une idée : la peur d'une dégradation, d'une souffrance à venir. Quand le corps est amoindri je peux œuvrer dans l'instant pour le régénérer. Dans les temps d'attente des épreuves, le travail est ardu. Il consiste à éliminer les éventuels scénarios catastrophistes, à donner la confiance qu'en temps et en heure le corps (aidé des soins Shiatsu) se reconstruira et que tout se passera bien. Je donne un enveloppement rassurant permettant qu'elle se repose le plus possible avant l'événement. Ne pas plonger dans la peur, c'est garder toutes les forces disponibles pour combattre, c'est donner au corps la réactivité pour réagir.

Quel travail !...Le plus dur est avant l'épreuve pour moi, et pour elle c'est juste après. Je sais que si je dois faire plusieurs Shiatsu plusieurs jours d'affilée il faudra le faire avec réactivité. Je suis face à l'inconnu comme elle, je suis avec elle dans la maladie. Je combats cette peur en moi et lui donne cette énergie. Régine a perdu ses parents l'an passé, et je me rends compte de son parcours, seule sans son conjoint (son mari travaille à l'étranger) et sans ses parents. Son frère est aussi malade, sa sœur dépressive, quelques voisines amies sont son soutien et mes séances.

Ses pouls sont serrés, assez faibles, la peur bloque le Qi. Mon Shiatsu visera à restaurer le Qi, à dépasser cette peur. Soutenir est le mot d'ordre. La peur réduit les forces. Un Shiatsu profond de type Eau vers le Bois (Reins et Foie), un Shiatsu tonificateur sera nécessaire (voir protocole Shiatsu tonificateur avant opération p.18). Le ventre et le Cœur sont remplis d'angoisses. J'ouvre aux points Rhô des bras, ouverture du diaphragme, mais surtout je donne beaucoup de fluidiques aux trois foyers. Le corps est trop tendu pour entrer directement. Le travail des bras ouvre la poitrine, et évacue les angoisses, l'énergie bloquée au plexus solaire. Contre la peur, la chaleur du Cœur est bénéfique. Je la rassure, lui demande de ne pas projeter trop à l'avance les effets de la chimiothérapie, nous ferons le nécessaire à chaque séance.

Trois séances seront nécessaires entre fin mai et début juin afin de la préparer au démarrage du cycle de ma chimiothérapie.

A la séance suivante quelques jours plus tard, l'énergie est revenue. Ses cheveux sont coupés. Dynamique elle prend en main activement les démarches à l'hôpital pour organiser son traitement. L'inquiétude est toujours latente mais l'action est là, le pouls du Foie, du Bois est bien présent. Poumon et Gros Intestin sont en vide, des angoisses restent bloquées au niveau des intestins. Je continue à travailler Poumon, Cœur, Foie et Reins.

Entre les deux séances Régine a fait un rêve dans lequel sa mère était collée à elle et elle se sentait emplies d'un sentiment très désagréable dû à ce contact. Elle avait envie de s'en détacher. Ce rêve marqua une fin, la fin de nos échanges au sujet de sa mère décédée du cancer, elle avait enfin trouvé la force de s'en détacher à travers probablement la force de ce rêve.

A la troisième séance, Régine a édifié une confiance en elle plus grande. Les pouls Cœur, Foie et Reins sont bien en place, le Cœur est plus ample. Cœur et Reins sont plus amples que d'habitude. Gros intestins et Estomac seront à disperser et à centrer; il y a un blocage d'énergie à ce niveau là. En fin de séance l'équilibre énergétique est rétabli. Ces trois séances de préparation ont été nécessaires afin d'évacuer la peur qui bloquait la circulation de l'énergie et aussi afin de préparer Foie et Reins à l'agression chimique à venir.

- [Après chimio : 2 séances.](#)

[Un soulagement...](#)

Régine sort de l'hôpital et je la reçois en séance à la suite de chimiothérapie. Les pouls sont en « hyper ». Très stressée, Régine est aussi soulagée d'avoir passé la première étape. Le Foie est plein, l'Estomac est le plus stressé. Le Cœur est dépassé par le Foie, l'Estomac et le Poumon. J'effectue un Shiatsu de drainage, qui ramènera au calme Régine: l'Estomac a retrouvé une pulsation régulière et plus posée. Les pouls sont globalement calmés. Le Foie reste encore un peu chargé.

Après ce Shiatsu, elle a eût un très bon sommeil et un bon appétit. Elle lit beaucoup et s'est remise à la course à pieds. Elle me dit avoir ressenti une fatigue passagère le lendemain après la chimio, et être passée de la constipation à la diarrhée. La fonction digestive a besoin d'être encore drainée. Je refais une deuxième séance quelques jours après. Les pouls sont dans l'ensemble réguliers. Je continue à drainer les Yangs, tonifier les Yin. Je m'applique à viser l'équilibre digestif, éloigner la peur, tonifier les Reins, endiguer la fatigue, restaurer l'équilibre physique.

Régine réalise chez elle des méditations de pleine conscience et avance sur son chemin intérieur. Nous échangeons à propos de ce qu'est d'être soi, en dehors des rôles et codes sociaux... Qui est-on en dehors des fonctions sociales que la société ou la famille nous donne ? Etre soi, créer son être, c'est tout un art...

CHIMIO 2 : le 30 juin 2011

- Avant chimio : 1 séance

Du courage !

Contre toute attente ce fût cette deuxième chimiothérapie qui fût la plus difficile à passer autant pour elle que pour moi.

Plus de dix jours après cette première chimiothérapie, Régine eut une baisse d'énergie, qui provoqua un début de perte de cheveux. 48h avant la deuxième chimiothérapie je la reçois et lui donne un Shiatsu tonifiant, un rituel qui commence à se mettre en place entre nous. Régine a craqué dans la journée, les larmes ont jailli. Le manque d'élan est aggravé par la peur de n'être pas à la hauteur avec sa fille, l'entourage... Régine dans son identité profonde se perd. Elle se pose encore des questions sur le pourquoi de sa maladie.

Je ressens à la prise des pouls de l'énergie perverse : un grésillement sur tous les pouls. Les Reins sont faibles, le Foie grésille fortement, le Cœur est serré. Il n'y a pas de profondeur, les pouls sont écrasés. A la prise des pouls je prends conscience de ce que la chimiothérapie provoque comme vibration. Sous mes doigts c'est une énergie de destruction du corps: la chimiothérapie détruit des cellules saines afin d'éradiquer les cellules cancéreuses. L'eau manque, la terre est sèche, les pouls sont secs et chauds en surface, « ça grésille », il n'y a pas de profondeur, pas de souplesse, un feu destructeur règne.

Le Shiatsu visera à ramener à la fois la souplesse du pouls (méridien de l'Estomac, système digestif), puis à appeler l'élément de l'Eau (méridien du Rein) et la place de l'homme, appeler le centre (méridien Estomac et Rate). Je suis allée la « repêcher », la conduire à la surface, la tirer du fond du gouffre car elle était en train de couler. L'intention était de retrouver, de revivifier sa vibration personnelle (car je commence à bien la connaître maintenant) et éloigner celle du médicament qui détruit son organisme.

Caresser son Aura, donner une protection. Je lui transmets du courage !

Pour la première fois, elle me confie son déni de la souffrance qu'elle traverse parfois. Elle ressent que certaines choses sont enfouies et elle aimerait enlever les masques, tous les masques de sa vie. Accepter de s'aimer avec ses faiblesses est l'ultime étape à franchir.

- Après chimio : 2 séances

Un corps dissout.

Après cette deuxième chimiothérapie, l'énergie de Régine est comme « dissoute ». À la différence du choc opératoire où le corps est « éclaté », la chimiothérapie empoisonne le corps qui est « dissout ». Le corps s'effondre, se disloque.

Les effets secondaires sont quelques nausées au réveil. Elle a des difficultés à uriner et se sent très fatiguée. L'énergie est à plat, les pouls sont superficiels, chauds et sans profondeur. Deux Shiatsu seront nécessaires deux jours de suite car le mal est profond. Les méridiens principaux à travailler sont toujours Vessie et Reins pour drainer la fonction d'élimination des déchets, et Foie, Vésicule Biliaire, Rate, Estomac pour drainer la fonction digestive.

Régine me rappelle le lendemain, tout va bien, l'énergie est bien remontée, elle part en voyage quelque temps à la montagne !

CHIMIO 3 : le 21 juillet 2011

- Avant : 1 séance

Régine revient de la montagne, elle a pu se ressourcer au grand air, dans un lieu où elle surplombe une vallée dans les Vosges. Elle a pu reprendre des forces. Elle aborde avec plus de sérénité cette troisième chimiothérapie. Il subsiste tout de même des symptômes de fatigue, de constipation, un sommeil court de 6 heures environ.

Les pouls sont assez faibles dans l'ensemble : Cœur très faible, Foie très chargé, Gros intestin très lourd, Poumon vide. Après un Shiatsu tonificateur des Yin et Yang, je réalise aussi la pince 4GI et 3 IG pour équilibrer Le Gros Intestin et l'Intestin Grêle. Je privilégie aussi les points Mu du Foie et de la Rate (13 et 14 Foie). Après ce Shiatsu les pouls du Poumon et du Gros intestin se sont ré-équilibrés, celui du Foie s'est calmé, le Cœur manque encore de force. La peur et le stress affectent l'énergie du Cœur.

- Après chimio : deux séances

Pour l'instant les effets secondaires indésirables observés sont :

- Perte de cheveux et parfois douleurs aux gencives
- Fatigue profonde
- Nausées (rares mais effectives le lendemain de cette 3^{ème} chimio)

Je réalise un Shiatsu le jour même après l'injection de la chimio et le lendemain. Régine est groguie, embrumée, se sent comme si elle avait trop bu, dissoute, vaseuse. La chimiothérapie fatigue le Foie par le filtrage des produits chimiques nocifs.

L'énergie Yin est très basse. L'Estomac est enflammé, le pouls est chaud et saturé. Le pouls du Foie est mou, c'est à dire manque d'énergie, le Foie fatigue. Les Reins sont affaiblis aussi.

Le Shiatsu visera à drainer les grands Yang (Estomac, Vésicule biliaire et Vessie) et à tonifier les Yin (Rate, Reins, Foie). L'intention générale est de « lever le brouillard ». Pendant le Shiatsu, dès le passage sur la chaîne de Vessie, je me sens moi-même tout de suite nauséuse, une lourdeur dans mon ventre apparaît au niveau du 12JM. Je dissipe en moi et en elle cette lourdeur, je visualise le geste de Qi Gong « écarter les nuages ».

A la fin du Shiatsu, l'énergie de l'Estomac est calmée, les Yin sont plus forts, plus centrés. Le Foie est plus tonique, le Coeur aussi a repris enfin sa place. Les Reins sont encore à tonifier, à soutenir tout le long de cette chimiothérapie.

Régine est comme sortie d'une brume. Elle ressort plus centrée et plus forte, prête encore à poursuivre cette longue traversée d'épreuves.

Chimiothérapies 4, 5 et 6 : Traitement TAXOTERE (SE 14)

A partir de la chimiothérapie 4 prévue le 11 août 2011, le traitement est de type Taxotere.

Les effets secondaires attendus sont les suivants :

- Altération de la muqueuse buccale (mucite)
- Assèchement de la peau
- Douleurs articulaires
- Baisse des défenses immunitaires
- Altération des ongles mains/pieds (perte des ongles)
- Fourmillements, troubles de la sensibilité et de la motricité des extrémités
- Rétention d'eau
- Diarrhée
- Myalgies

CHIMIO 4 : le 11 août 2011

- Avant chimio : 1 séance.

Un nouveau cycle de cure.

À la suite de la chimiothérapie numéro 3, Régine a eu mal aux Reins pendant un ou deux jours, ses règles ont été prolongées ce qui a provoqué de la fatigue, et le transit était perturbé. Globalement, l'énergie est sauvegardée, sans effets secondaires graves. Depuis la dernière chimiothérapie, Régine s'est reposée en Bretagne entourée chaleureusement de sa famille. Les voyages entre les traitements lui font énormément de bien.

A la prise des pouls de cette séance de préparation de la chimio 4, il est évident que les fonctions d'élimination et digestives sont les plus atteintes. Les pouls de Vessie et Reins sont quasi inexistantes, Estomac et Rate sont plutôt accélérés et enflammés, tandis que Foie et Vésicule Biliaire sont très tendus et superficiels. De manière globale les pouls manquent d'ampleur, le Cœur n'est pas empereur. Cependant Régine n'a pas eu de nausées, et ses cheveux tiennent bons, ils repoussent, l'énergie de fond est donc bien sauvegardée, c'est ce qui compte.

Mon Shiatsu visera comme les autres chimiothérapies à tonifier le corps mais aussi à nourrir plus fortement encore les Reins, réserve de l'énergie. A partir de cette quatrième chimiothérapie, le drainage de la fonction d'élimination devient une priorité. Le corps élimine de plus en plus difficilement les médicaments et ainsi cela l'affaiblit fortement.

Les axes majeurs à traiter sont la fonction d'élimination en tonification profonde (Vessie et Reins), puis la fonction digestion et traitements des aliments (Estomac, Rate, Foie, Vésicule Biliaire). Toutes ces fonctions sont à épurer pour continuer à purger les anciens traitements et préparer au suivant.

Le méridien de l'Estomac canaliserait mon énergie, je m'attarde sur 36 Estomac pour le tonifier, mais aussi sur les points 37 et 39 Estomac en liens avec les intestins, Gros intestin et Intestin Grêle.

Régine est plus forte psychiquement que lors des autres chimiothérapies. Elle me dit avoir le sentiment d'avoir fait un pas, d'être sur la dernière ligne droite. Elle est consciente tout de même que l'après traitement sera une longue étape encore vers une guérison totale, surtout guérir la peur que cela puisse recommencer, la peur d'une récurrence du cancer.

- Après chimio : 2 séances.

Une fatigue profonde

Je retrouve Régine en forme à la suite de cette chimio 4, beaucoup moins atteinte physiquement par rapport aux traitements précédents : elle a faim, elle ne se sent pas fatiguée, la lourdeur de son Foie rencontrée à chaque traitement a disparu. Le pouls du Cœur est bien présent, ainsi que les Reins. Par ailleurs le pouls du Foie est moins congestionné que d'habitude, il reste seulement Estomac et Rate à drainer encore. Mon Shiatsu est à nouveau un Shiatsu de drainage. J'effectue ce soin comme un rituel qui nous réunit Régine et moi depuis juin dernier. Une séance suffira cette fois pour accompagner Régine, qui développe une confiance de plus en plus rayonnante. Elle m'avoue que ces deux dernières séances lui procurent une libération de cette peur qui l'habitait jusque là.

Elle poursuivra son traitement avec des crèmes pour la peau, du vernis spécifique pour ses ongles. Les recommandations de l'hôpital sont de ne pas s'exposer au soleil, privilégier les douches froides ou fraîches et ne pas solliciter ses articulations. Elle sera aussi pendant quelques jours sous corticoïdes. Tous ces médicaments sont un poids pour le corps qui les traite avant de les éliminer. L'énergie de Régine n'est pas aussi ample qu'elle devrait l'être en cette saison mais elle maintient un bon niveau autant physique que psychique. Elle me dit qu'elle fait un peu de sport, de la course. Le corps est sous traitement de substances chimiques depuis début deux mois maintenant. L'objectif essentiel est de continuer de drainer le Foie et de continuer à prendre des traitements naturels (huiles essentielles et jus de citron au gingembre) pour purger le corps de ces substances chimiques toxiques.

Régine m'impressionne par son courage et me donne par son parcours une belle leçon de persévérance. Elle lit beaucoup, se ressource auprès de lectures spirituelles et méditatives, elle cultive ainsi sa force intérieure. Nous étions faites je le crois pour nous rencontrer.

Je retrouve Régine pour une séance six jours plus tard et malheureusement les effets secondaires de la chimiothérapie continuent : sécheresse buccale, attaque des muqueuses, perte du goût, perte de la faim et pas de sensation d'être rassasiée, grosse fatigue au réveil, dermite au visage (démangeaison et plaques de boutons au visage, la peau brûle). Le corps de Régine commence vraiment à être attaqué, il est profondément affaibli. Les effets secondaires sont retardés.

Mon Shiatsu visera à drainer les organes Estomac, Rate et Foie et tonifier les Reins en profondeur. La grande intention est le drainage des grands Yang de la tête aux pieds, par la Vessie. Plus les séances avancent plus la fonction majeure à drainer est la fonction élimination, à un degré plus important que la fonction digestion. Le changement de saison est en cours, de l'été nous passons à l'intersaison puis à l'automne au 15 août. Ce passage rend le corps plus fragile.

Je lui conseille des huiles essentielles pour la dermite : appliquer de la Lavande ou de la Menthe pour empêcher les démangeaisons, et de la Lavande ou de l'Hélichryse pour la cicatrisation des boutons écorchés.

De plus je lui rappelle de boire régulièrement des tisanes au Citron et Gingembre, et de l'huile essentielle Basilic, Menthe Poivrée Thym sur la langue ou quelques gouttes en tisane.

CHIMIO 5 : le 02 septembre 2011

- Avant chimio : 1 séance

Le corps s'affaiblit, l'esprit reste fort.

Nous sommes fin août 2011, depuis quelques jours le corps de Régine fait une chute des globules blancs. Elle suit un traitement d'antibiotiques à prendre pendant quelques jours. La dermite a disparu. Le changement de saison a peut-être aussi joué un rôle dans cette fatigue notoire.

Suite à cette cure numéro 4, il apparaît que la cure Taxotere a une répercussion sur l'organisme bien différente et plus virulente que la précédente composition Fec 100 des trois premières cures. Le corps réagit trois à quatre jours après la cure : bouche pâteuse, troubles digestifs, grande fatigue, dermite, chute des globules blancs.

Régine se sent nerveuse, elle se sent comme « en suspens ». Ces temps d'attente entre deux cures est de plus en plus difficile à supporter.

Les pouls sont très faibles et superficiels. Le pouls du Poumon est vide, celui de l'Estomac est très faible, ainsi que Cœur et Reins, celui du Foie est faible et trépidant.

Je réalise un Shiatsu à la fois tonificateur et préparatoire au changement de saison. La tonification de la Rate est très importante à ce moment là car elle est responsable de la production du sang et va donc aider à la fabrication des globules blancs, les défenses immunitaires du corps. Ce Shiatsu visera la tonification des Yin et des Yang, une tonification profonde des Reins (pressions profondes des plantes des pieds), drainage des grands Yangs (Estomac, Vésicule biliaire, Vessie), massage du ventre et le point Mu de la Rate (13 Foie), le méridien du Poumon.

En fin de séance, l'énergie du Foie est calmée, celle du Poumon s'est élargie, Cœur et Reins encore un peu faibles. Le corps est affaibli et peine à se régénérer.

Je décide donc avec son accord de recevoir Régine plus souvent pour les cures suivantes et pour la fin de ce traitement en chimiothérapie qui s'achèvera fin septembre 2011. Les effets secondaires agissent longtemps après l'injection de la cure. Régine a besoin de plus de soins car le corps est de plus en plus fatigué et il faut aussi maintenir le moral pour que le corps tienne bon.

- Après chimio : 4 séances

Régine a reçu sa cinquième cure vendredi 02 septembre. Je la reçois trois jours après. Les effets secondaires de cette chimio sont plus tardifs et Régine est sous corticoïde les deux jours suivants. Je propose à Régine de la voir aussi plus souvent, tous les deux jours, car les effets sont plus virulents. Des Shiatsu plus courts et plus réguliers seront plus efficaces. Je la retrouve donc le 5 septembre 2011 pour une séance.

Régine me dit qu'elle commence à avoir la bouche pâteuse mais pas encore de grande fatigue. Elle est sous traitement pendant quelques jours avec des « facteurs de croissance » afin de stimuler les globules blancs. Régine me parle d'insomnie la nuit, elle a du mal à s'endormir et se réveille vers trois heures du matin (heure d'entrée de l'énergie du Poumon). Elle a toutefois très bon appétit.

Les pouls de Régine sont très fins et sans force, les pouls du Poumon et du Gros Intestin sont totalement vides.

Mon Shiatsu vise à restaurer l'axe Poumon (énergie de saison) - Rein - Cœur en tonification, à drainer l'Estomac et la Vessie et à tonifier profondément la Rate (productrice du sang) pour améliorer la production de globules blancs. Il faut aussi restaurer la force de l'organe empereur, le Poumon. J'utilise en complément les moxas pour tonifier des points du ventre (12 JM pour l'estomac, 25 E pour GI, 6 JM le Hara, 14 JM pour le cœur).

A la fin du Shiatsu le pouls du Cœur est plus présent, le pouls du Rein, Gros Intestin et Poumon sont remontés et plus larges. Il y a une nette amélioration. Elle m'avoue avoir entendu un message intérieur lorsque je chauffais le ventre avec les moxas : celui de lâcher les rôles, d'être enfin soi-même, de laisser enfin tomber les schémas éducatifs... Elle me confie encore que le Shiatsu lui a permis de ne pas descendre en dessous d'un certain niveau énergétique, d'avoir pu garder la confiance, la lumière quelle que soit la fatigue du corps physique. Pour finir elle me confie cette phrase pleine de sagesse « Accepte ce qu'il t'arrive, comme si tu l'avais choisi ! ».

Jusqu'à la chimio 6, j'ai donc effectué des Shiatsu courts tous les deux ou trois jours. Le Shiatsu dure environ trente minutes, je travaille le dos, Vessie et Reins en fluïdique, descente des Yang aux jambes en drainage, puis pressions sur le 3 du Foie, et sur la plante des pieds profondément. Je remonte par les Yin des jambes en insistant sur la Rate (production du sang et globules blancs pour l'immunité), en fluïdique 1 et 21 Rate en pont, puis le ventre, le Hara à tonifier, 25 Vésicule Biliaire (Mu des Reins) et 13 Foie (Mu de la rate), puis unification des trois foyers, ensuite les Yin des bras en insistant sur le Poumon empereur de la saison. Une fin énergique en percussions et en fluïdiques sur les Reins. Je réalise ce protocole deux à trois fois par semaine pour maintenir le niveau énergétique. Régine me confie qu'elle sent que son corps est faible mais que son esprit reste fort.

Je la retrouve mi-septembre pour une dernière séance, elle va beaucoup mieux. Le tonus est revenu le matin, la mucite dans la bouche s'est guérie. Je réalise un Shiatsu de saison car le pouls du Poumon n'est pas assez large encore. Je draine profondément le méridien de l'Estomac, c'est celui depuis ce nouveau traitement qui se fatigue et se tend le plus (plus que le Foie). Régine est encore une fois pleine de sagesse, et pratique des méditations de « pleine conscience » chez elle chaque matin. Son corps traverse les tempêtes de la maladie et du traitement, mais son esprit est devenu stable et fort à travers cette épreuve.

Pour finir Régine me transmet cette citation magnifique de Goethe : « Tant que nous ne nous engageons pas, le doute règne, la possibilité de se rétracter demeure et l'inefficacité prévaut toujours. En ce qui concerne tous les actes d'initiatives et de créativité, il est une vérité élémentaire dont l'ignorance a des incidences innombrables et fait avorter des projets splendides. Dès le moment où l'on s'engage pleinement, la providence se met

également en marche. Pour nous aider, se mettent en œuvre toutes sortes de choses qui n'auraient jamais eu lieu autrement. Tout un enchaînement d'événements, de situations et de décisions crée en notre faveur toutes sortes d'incidents imprévus, des rencontres et des aides matérielles que nous n'aurions jamais rêvés trouver sur notre chemin... tout ce que l'on peut faire ou rêver de faire peut être entrepris. L'audace renferme en soi génie, pouvoir et magie. »

S'engager vers sa guérison est essentiel pour mettre en œuvre tout ce qui est nécessaire pour y arriver.

CHIMIO 6 : le 22 septembre 2011

- Avant chimio : 1 séance

Je retrouve Régine avant cette dernière chimiothérapie. Nous sommes le 20 septembre et nous traversons la saison de l'automne. Régine retrouve encore des peurs. Son cancer du sein est hormono-dépendant. Il est donc question pour elle d'un traitement hormonal pendant 5 ans après la radiothérapie (qu'elle n'a pas encore entamée). Ce traitement « sans fin » est difficile à envisager et à accepter psychologiquement et physiquement. Régine a 47 ans et ce traitement hormonal aura comme effet secondaire une pré-ménopause.

Je lui conseille de contacter un groupe de parole, de rencontrer des femmes ayant traversé ces épreuves et peut-être de ne pas envisager les 5 années de traitement trop tôt. Il faut laisser venir le temps de l'envisager. Difficile de faire face avec les informations que donne l'hôpital qui sont toujours des anticipations à de futures épreuves difficiles. Je me rends compte qu'il faut travailler avec le fait que peut-être il n'y aura jamais de fin au traitement.

Les Yang des pouls sont très faibles. Un manque d'entrain et de courage apparaissent. Cœur, Intestin Grêle, Gros Intestin, Maître Cœur et Triples Réchauffeurs vides et Poumon faible pour la saison.

Mon Shiatsu sera tonificateur en profondeur et rassurant le plus possible. En fin de séances les pouls qui étaient vides sont à nouveaux lisibles, audibles.

- Après chimio : 3 séances

La chimiothérapie est un « empoisonnement » du corps, c'est un poison qui tue des cellules. Ce phénomène affaiblit le corps une bonne semaine après l'injection. Le temps de récupération du corps est de plus en plus long au fur et à mesure des chimiothérapies. Trois à quatre jours suffisaient à Régine pour se remettre en début de traitement, aujourd'hui une dizaine jours sont nécessaires. Sa mémoire est même affectée. Régine pour la première fois oublie de venir au rendez-vous que nous avons convenu ensemble. Je la retrouve très fatiguée et sortir de chez elle est un terrible effort.

Je réalise un Shiatsu complet draineur des Yang et tonificateur des Yin comme à l'habitude. Les pouls sont très faibles, écrasés, quasi-inaudibles. En fin de séance, l'Estomac et le Foie sont plus amples, plus forts, le Poumon est sur le trône mais le Rein est encore faible.

Pour la deuxième séance, le niveau d'énergie de Régine est bien meilleur. Je me déplace pour lui faire le Shiatsu chez elle. Elle me dit avoir eu la sensation d'étouffer la veille. Elle a passé la semaine enfermée, fatiguée, sans ouvertures sur l'extérieur. Les

pouls ont toujours une configuration telle que : Foie et Estomac sont les premiers touchés, fatigués, tendus, les Reins vides, le Poumon faible pour la saison. Je réalise un Shiatsu avec beaucoup de fluidiques cette fois : un long moment passé sur les Reins en fluidique, toujours drainage des Yang (Vessie, Vésicule Biliaire et Estomac), pressions profondes aux bandes plantaires et 1 Rein, remontée des trois Yin, fluidique au Hara, puis main en croix sur le 17 JM, grand point de l'énergie (manœuvre du thymus, importante pour les défenses immunitaires), méridiens des bras (trois Yin et trois Yang), fluidiques aux mains, Shiatsu de la tête (20 Tumo) et fin assise avec des percussions profondes sur le Tumo et un fluidique sur les Reins encore.

Les fluidiques redonnent et de l'espace entre Yin et Yang et au corps son volume énergétique. Les Reins et la fonction digestive sont la priorité. Aux pouls à la fin, l'énergie des Reins est revenue, l'espace de l'homme est à nouveau présent entre Ciel et Terre.

Une troisième séance sera nécessaire. Une dermite (inflammation de la peau, surtout visage et haut du corps) persiste encore après le dixième jour. Régine arrête les antihistaminiques qui aggravaient fortement sa fatigue. Le Shiatsu permet de disperser l'énergie Yang, de disperser cette chaleur interne du corps qui fait surface au niveau de la peau. C'est cette même énergie perverse qui brûle les muqueuses, cause la dermite et la mucite dans la bouche.

Gérer l'après traitement

Cette phase de traitement de la maladie fût difficile à passer pour Régine (4 mois) mais aussi pour sa famille, surtout sa fille de 13 ans. Gérer cet après traitement, c'est aussi pour Régine retrouver sa place de mère et reconstruire une relation sans la peur de la maladie. Cassandra, sa fille lui a avoué avoir vraiment eu peur que sa mère meure. Parfois elle refuse de manger. Retrouver un quotidien calme et serein est important maintenant pour toute la famille.

Régine a un mois d'attente avant la série de radiothérapie. Ce temps va être bénéfique pour reprendre contact avec l'extérieur, renouer une relation sereine avec sa fille, pratiquer des activités épanouissantes, reprendre pieds dans le quotidien sans traitement.

Je l'encourage à peindre, reprendre des activités créatives.

Elle me confie son envie d'apprendre des gestes de Shiatsu pour pratiquer sur sa fille. Je lui prête le livre de Bernard *L'art ou la voie du Shiatsu familial*. Elle se prépare à suivre l'atelier d'initiation au Shiatsu familial que je donne à Tours depuis l'an dernier. Le cycle continue, de receveur à donneur, il y a un pas de fait vers la guérison.

Les apports du Shiatsu dans accompagnement du traitement du cancer du sein.

3 grandes étapes peuvent être dégagées :

- Première étape « dépressive » : le patient apprend le diagnostic de la maladie et c'est le monde dans lequel il vivait jusqu'alors qui s'écroule. Le patient vit cette comme une chute libre, tous ses repères sont remis en question.
- Deuxième phase « de remise en question » : le patient cherche le « pourquoi » de sa maladie. La vie telle qu'il la menait jusqu'ici est remise en question, il cherche parfois à l'excès les causes possibles de sa maladie, et tout ce qui ne peut plus perdurer. Pendant cette phase tout son être, son identité sont questionnés.
- Troisième phase « d'acceptation » : le patient redéfinit un nouveau sens à sa vie et redéfinit son être. Il donne un sens à sa maladie parce qu'il se donne un objectif d'évolution intérieure. L'aide ici des proches est précieuse. La maladie devient un moyen d'évolution. Forces intérieures et courage sont alors sollicités au fond de lui pour traverser et dépasser cette épreuve. Cette nouvelle définition de soi le ramène à la vie.

L'objectif du praticien de Shiatsu est d'aider la personne à quitter la phase de dépression, accompagner la remise en question et aider l'évolution jusqu'à la guérison. Le praticien aide le patient à déployer ses forces personnelles tant au niveau physique que psychique pour combattre la maladie ou les effets secondaires des traitements.

Le soin manuel thérapeutique Shiatsu a permis de donner une aide adaptée au besoin de Régine à chaque étape du traitement de l'annonce de la maladie, lors des opérations successives et tout au long des chimiothérapies.

L'accompagnement en Shiatsu du traitement du cancer prend en compte les sphères physique, psychique, émotionnelle et agit sur tout le corps : soutien psychique face à l'annonce du cancer, soutien du corps physique face aux effets nocifs de la chimiothérapie, soutien du corps physique et psychique face aux chocs opératoires, gestion de la peur, accompagnement face aux bouleversements provoqués par le cancer dans la vie de tous les jours, soutien de l'esprit...

Grâce au Shiatsu, même si le corps s'affaiblit, l'esprit reste fort.

L'accompagnement lors de l'annonce de la maladie est un moment clef qu'il est nécessaire de travailler en soin avec la plus grande compassion. Aider à l'acceptation de la maladie renforcera toute l'efficacité du traitement médical et des soins Shiatsu par la suite. Réaliser l'acceptation de la maladie, c'est remettre le corps et l'esprit en phase. Cette étape est primordiale.

Accompagner la patiente lors des opérations successives, c'est l'aider à traverser physiquement le choc opératoire et l'aider aussi à accepter une guérison chirurgicale du corps. Une chose importante est à travailler en soin : soit la patiente a accepté sa

maladie et alors la guérison chirurgicale est alors mieux acceptée, mieux vécue; soit la maladie n'est pas acceptée et qu'il y a déni, et qu'elle est guérie par la chirurgie, le choc opératoire sera plus important, car moins bien accepté, « digéré ». Travailler en Shiatsu l'acceptation de chaque événement aussi difficile soit-il est essentiel. Cela demande au thérapeute d'affronter lui-même ces étapes avec le patient, d'être avec lui et non pas coupé de lui.

Au cours de la chimiothérapie, le Shiatsu soutient les différentes fonctions vitales du corps :

- **La fonction digestive** : Estomac, Rate, Foie et Vésicule Biliaire. L'Estomac et le Foie sont les plus touchés, car ils traitent les aliments et le Foie filtre les éléments chimiques nocifs de la chimio.
- **La fonction d'élimination des déchets** : Vessie, et Gros Intestin.
- **Le réservoir d'énergie du corps** : Les Reins. Une fatigue profonde touche le corps, les Reins doivent être tonifiés à chaque séance.
- **Les défenses immunitaires** sont à tonifier aussi par le méridien de la Rate, mère du sang et des globules blancs.

Un Shiatsu tonificateur de l'ensemble de l'énergie 48 heures avant la chimio est indispensable, il faut augmenter le taux vibratoire du corps, et renforcer le mental.

Après la chimio, il est nécessaire de drainer, disperser les Yang afin de calmer le corps après les chocs subis, et accompagner l'esprit au retour au calme.

Entre deux chimiothérapies, il faut aider le corps à éliminer le plus possible les déchets et aider la personne à traverser le temps d'attente, l'accompagner psychiquement et émotionnellement à traverser cette étape.

Les conseils alimentaires sont les bienvenus avant la chimio afin de préparer le corps au changement, à l'épreuve.

Le passage d'une saison à une autre doit être pris en compte et anticipé avec encore plus de vigilance, car un corps en traitement est encore plus sensible, fragile au changement de saison.

Etre disponible, présent, à l'écoute, est primordiale. L'accompagnement au traitement du cancer nous amène en tant que thérapeute à ne plus compter parfois, ni son temps ni l'argent. C'est une épreuve d'humilité pour le praticien.

L'écoute en séance de Shiatsu

L'image que Régine avait d'elle même évoluait en permanence, ce qu'elle était jusqu'alors ne pouvait plus perdurer. Depuis la mort de ses parents, depuis la maladie qui suivit, une nouvelle définition de son être intérieur était en cours. Elle creusait de plus en plus loin après chaque séance de Shiatsu et questionnait son identité au travers du toucher. L'identité de Régine était en transformation à travers les étapes de la maladie et les épreuves que son corps subissait (opération, traitements).

J'accompagnais une mutation intérieure profonde.

La perte des parents, le deuil familial et la transformation n'auraient peut-être pas eu lieu sans la maladie ?... Le chemin intérieur de Régine et sa question identitaire autour de sa place de mère, de fille et de femme m'amènèrent donc à mieux comprendre les répercussions de la maladie sur son psychisme, et sur tout son corps. La maladie a transformé Régine à chaque étape et c'est cela que j'ai accompagné.

Les incidences de la maladie du cancer sur le corps et l'esprit sont nombreuses, tout le corps se transforme en permanence et l'esprit cherche à comprendre. C'est toute l'identité de la femme qui est modifiée, blessée. Les répercussions psychologiques sont importantes chez les femmes atteintes du cancer du sein et la nécessité d'être accompagné psychologiquement, de pouvoir s'exprimer, être entendue sur ce qu'elles traversent est indispensable.

Est-ce que l'écoute du corps dans son global est bien pris en compte dans la médecine occidentale ?... L'oncologue et le chirurgien s'occupent du corps physique, tandis que le psychothérapeute prendra en compte le psychisme. Le praticien de Shiatsu tout en touchant le corps physique atteindra la sphère psychique et soignera le corps dans son global. Le praticien de Shiatsu est celui qui fera le lien, celui qui touchera toutes les sphères du corps.

L'oncologue n'ayant pas le temps de prendre en compte tout cela, l'aide d'un thérapeute est indispensable. Le rôle d'un thérapeute Shiatsu permettra au patient de recevoir à la fois un soin manuel et une écoute spécifique pour un accompagnement d'une dimension plus étendue. L'apport majeur du Shiatsu est la réunion du corps physique, psychique et spirituel au cœur de cette pratique manuelle énergétique.

La médecine chinoise et sa conception énergétique du corps permet un accompagnement, une écoute du corps en entier, une écoute plus subtile dans le silence. Au delà des mots, le praticien de Shiatsu peut entendre les dérèglements énergétiques du corps, les peurs par la prise des pouls.

L'accompagnement en Shiatsu Thérapeutique permet au patient de parler ou non, d'exprimer par son corps en silence ou par la parole, de relier son corps physique et son corps psychique, d'être enveloppé dans une atmosphère rassurante et d'être nourri par l'énergie du thérapeute.

L'écoute de tout le corps du patient guide les pressions du praticien. Il agit ainsi vers la réconciliation du corps et de l'esprit, conduire le patient vers une plus grande conscience de l'épreuve de la maladie et ainsi vers sa résolution.

Il ne s'agit pas de mettre des mots sur tout, mais par le soin manuel d'accompagner le corps énergétique du patient sur le chemin de la guérison.

Si j'avais à recommencer cette expérience, qu'est ce que je pourrais améliorer ?

- Une prise en compte plus anticipé d'un changement de saison très perturbant en cours de chimiothérapie.
- Une prise en compte encore plus précoce des défenses immunitaires afin de conseiller la personne très tôt pour renforcer ses défenses immunitaires.

Aujourd'hui j'ai une idée plus claire du rythme des séances et des répercussions de la chimiothérapie à retardement. Le plus difficile se sont en fait les premières chimio et ensuite la dernière. Commencer le traitement et ensuite le quitter demande au corps un grand effort d'adaptation.

Témoignage : quelques mots de Régine

« J'ai abordé le shiatsu à l'annonce de mon cancer du sein. Il a fallu cet événement déclenchant pour enfin mettre en action ce qu'inconsciemment mon corps me réclamait depuis quelque temps déjà.

L'annonce de mon cancer a été vécue comme un coup de massue très violent. Mon ancien monde ourlé de repères rassurants s'effondrait. Mes illusions, mes croyances tombaient les unes après les autres. J'étais devenue une girouette faisant face à une violente tempête intérieure. J'avais peur ! Je devais livrer un face à face entre moi et moi et moi et la maladie.

Mais très rapidement, dans un sursaut de survie, j'ai senti la nécessité de me faire aider. Et selon mes convictions profondes, à la recherche d'une médecine plus douce pour aborder un protocole très lourd, je me suis orientée vers le shiatsu et ai rencontré Delphine.

Dans un premier temps Delphine m'a reconnectée avec mon corps. J'ai enfin pu renouer avec ce dernier. Ressentir ses tensions où j'y avais enfoui mes émotions passées. Cette première étape a fait ressurgir des nœuds émotionnels très anciens et associés à des techniques de pleine conscience, j'ai pu leur créer un espace pour être, les reconnaître pour ce qu'ils étaient, sans jugement et les laisser partir.

Puis la deuxième étape a été la préparation au protocole thérapeutique. Avant chaque intervention chirurgicale, Delphine me préparait afin d'activer mon élan vital et mon courage. Après chaque séance je repartais pleine d'assurance, dégagée de toutes les peurs inhérentes à ce type d'intervention. Lors de ma deuxième opération, une infection nosocomiale m'avait beaucoup affaibli et surtout fait perdre complètement l'appétit. J'ai appelé Delphine en aide, car je perdais mes forces et en une séance, elle m'a littéralement redonné l'appétit, voir un appétit d'ogre !

Enfin la troisième étape a été le suivi avant et après la chimiothérapie. Avant et après chaque chimio Delphine renforçait tout mon appareil digestif, ce qui m'a permis de traverser la lourdeur de ce traitement sans les désagréments de toute la panoplie des effets secondaires liés à ce protocole. En revanche si je n'avais pas de nausées, Delphine, elle, ressortait bien souvent d'une séance très nauséuse.

Delphine au travers du Shiatsu m'a accompagnée étape après étape tout au long de cette maladie, et j'en ai tiré non seulement un bienfait physique évident mais une reconstruction psychique car j'ai pu enfin ouvrir les portes de mes peurs et les laisser ainsi partir sans la moindre crainte, ce processus s'est fait naturellement et sans douleur.

Delphine au travers du Shiatsu a contribué à la guérison de mon corps et de mon âme.

Je voulais aussi transmettre un poème de Rumi – poète soufi du XIII ième siècle qui exprime avec simplicité et profondeur cette attitude d'acceptation radicale.

*« Ainsi l'être humain est une auberge.
Chaque matin, un nouvel arrivant.
Une joie, un découragement, une méchanceté,
Une conscience passagère se présente,
Comme un hôte qu'on n'attendait pas.*

*Accueille-les tous de bon cœur !
Même si c'est une foule de chagrins
Qui saccage tout dans ta maison
Et la vide de ses meubles,
Traite chaque invité avec honneur.
Il fait peut-être de la place en toi
Pour de nouveaux plaisirs.*

*L'idée noire, la honte, la malice,
Accueille-les à ta porte avec le sourire
Et invite-les à entrer.*

*Sois reconnaissant à tous ceux qui viennent
Car chacun est un guide
Qui t'est envoyé de l'au-delà. »*

Cet aparté sur l'acceptation a son importance en ce qui me concerne, car qu'elles que soient les difficultés que l'on rencontre dans la vie, leurs résolutions passent par l'acceptation.

Et toutes les étapes que je traverse avec le Shiatsu sont des étapes d'acceptation.

Ce qui est merveilleux, quand on élargit d'instant en instant sa conscience face à une difficulté immédiate ou à une blessure ancienne, c'est que cela ouvre de nouvelles possibilités pour notre esprit et notre corps. C'est comme dire : « abordons cela d'un œil neuf. Laissons la difficulté être là – soyons avec elle maintenant, à chaque instant, comme si c'était un enfant malade pendant la nuit qu'il faut prendre dans ses bras et rassurer. » »

Conclusion générale

Une guérison accomplie : vers une auto – guérison ?

J'ai tant appris par l'accompagnement de Régine que j'ai pu progresser dans ma pratique et dans mon être, développer plus fortement cette force de guérison que j'ai en moi et la transmettre. A travers le suivi de Régine, j'ai compris que le praticien de Shiatsu est un véritable thérapeute, un accompagnant capable d'écoute sincère et profonde, capable aussi de s'adapter à toute situation. Chaque histoire est une histoire d'évolution où chacun, le praticien et le patient, grandit à travers les mystères de la maladie.

Chacun peut faire un jour dans sa vie l'expérience de la maladie un jour et être confronté à choisir un chemin pour atteindre la guérison. Ces chemins sont multiples et propres à chacun, le Shiatsu est un des possibles : par son écoute sincère et sensible, par son toucher subtil et par ses paroles justes, le praticien de Shiatsu est un accompagnant sur le chemin de guérison.

L'histoire de Régine et notre rencontre sont un exemple de la richesse de la force thérapeutique du Shiatsu. Le patient choisit la personne apte à l'accompagner, le gardien de son engagement, de son envie de guérir, celui ou celle qui va le raccrocher à la force de vie. Le but ultime est d'évoluer, grandir rencontrer sa vérité à travers les mystères de la maladie.

Pour Régine, le chemin ne s'arrête pas là, loin de là...L'histoire continue puisqu'elle désire aujourd'hui apprendre les bases du Shiatsu familial. Elle intégrera en octobre un atelier d'initiation que j'anime à Tours depuis l'an dernier. De receveur passer donneur est un acte important et significatif d'une guérison en voie d'accomplissement vers une auto - guérison. Tout comme j'ai donné après avoir reçu, le cycle continue à travers elle. Je suis d'abord soignée, j'apprends à me soigner, puis je soigne d'autres...ainsi se poursuit l'art et la transmission de la pratique du Shiatsu.

J'ai moi-même depuis ces cinq dernières années, accompagnée du Shiatsu, effectué mon voyage personnel vers la guérison, et j'accompagne ou je guide avec moi aujourd'hui d'autres hommes et femmes sur ce chemin. Je suis ma voie et je transmets cette énergie de guérison, celle qui nous reconnecte à notre destin. La maladie serait-elle un guide pour nous connecter à notre chemin intérieur ?...

La santé est un état d'harmonie avec son environnement, avec soi-même, l'entourage, et plus largement avec l'univers, son destin. La maladie est le témoin d'une rupture de cette harmonie. Parfois la maladie est l'événement qui aide à revenir sur la bonne route lorsque l'on s'est égaré. Accueillir la maladie comme une bonne chose est cruciale, car c'est elle qui nous enseigne le chemin à suivre. Elle est un maître. Elle nous dirige vers ce que nous cherchions sans que nous sachions comment le trouver parfois.

Se guérir, c'est guérir l'âme, l'âme qui pleure de n'être plus sur sa voie. L'accompagnant, le thérapeute est celui qui va guider, toucher la douleur pour mieux la comprendre, écouter le message de vie qu'elle révèle, la voix secrète et silencieuse sous le mal, la voix de l'âme.

En tant que praticien de Shiatsu et thérapeute, nous sommes alors des messagers et seul la connaissance du cœur peut aider sur ce chemin de guérison profonde. Il ne s'agit pas de résoudre un symptôme, une douleur, mais d'en révéler le message caché! La personne réalise ensuite le chemin elle-même, forte de sa capacité à transmuter cette épreuve de la maladie et s'achemine vers une auto-guérison.

« La maladie est la plus écoutée des médecins: à la bonté, au savoir on ne fait que promettre; on obéit à la souffrance » écrit Marcel Proust dans son œuvre À la recherche du temps perdu. Alors écoutons ce que la maladie a à nous dire!...Elle est un guide.

C'est la vie elle-même qui va nous former alors! Aidés de la médecine chinoise nous cheminons dans la pratique. La médecine traditionnelle chinoise place l'homme comme un petit univers relié au grand univers, traversé par des grands courants d'énergies, tels les rayons du soleil émis dans toutes les directions. L'homme est connecté aux astres, aux saisons, aux éléments, aux plantes, aux forces de la nature. L'homme est une sorte de reflet du monde, et c'est sur ce corps que nous travaillons, le corps d'énergie.

Le Shiatsu stimule l'être guérisseur qui est en nous, il aide à réaliser le saut d'énergie contre la maladie. Le travail du thérapeute est de travailler les énergies afin de les libérer, de rétablir l'harmonie et l'équilibre énergétique. Il enclenche ainsi la force de guérison. Notre force de guérison réside en nous-mêmes, dans nos os ancestraux, dans nos mains qui guérissent, dans notre cœur compatissant, notre cerveau intuitif. Le praticien de Shiatsu réveille cette force qui réside en chacun de nous, mais qui parfois a été empêchée de s'exprimer.

Vers une auto-guérison ?...La mission du praticien est de réveiller le guérisseur que l'on a en soi. La maladie serait-elle une sorte de démission de la vie? Guérir c'est évoluer, se transformer. Guérir c'est s'engager dans la vie, engager notre vie vers la guérison, retrouver la force de vie! Le praticien de Shiatsu est le gardien de cet engagement, il est le gardien de l'énergie de vie, l'énergie sacrée, feu vital à l'origine de tout.

Bibliographie

Anticancer, David Servan-Shreiber, Editions Robert Laffont, 2010.

L'alimentation ou la troisième médecine, Docteur Jean Seignalet, Edition De Guibert, 2009.

Le cancer cet inconnu, George Pinque, Editions Guy Trédaniel, 2005.

Renaître à la vie pour guérir d'un cancer, Docteur Philippe Dransart, Edition Le Mercure Dauphinois, 2009.

Remerciements

Je remercie tout d'abord Régine qui m'a accordé toute sa confiance et qui continue à m'encourager dans la voie du soin et de la transmission. Merci aussi à elle d'avoir accepté que je raconte son histoire.

Je remercie aussi mon entourage pour sa patience pendant l'écriture de ce mémoire, pendant les longues heures passées devant l'ordinateur. Et merci à mes yeux aussi !

Je remercie aussi Valérie Bonnétat, ma courageuse lectrice et correctrice qui a relu ce texte à chaque étape depuis l'été dernier. Professeur de Lettres modernes, ancienne collègue sur les bancs de l'enseignement et amie ; elle était si motivée à me lire que cela m'a fortement encouragée à écrire à chaque fois plus.

Merci à mon père, lui aussi praticien en Shiatsu et diplômé de l'EST en Shiatsu traditionnel, qui me fit connaître le Shiatsu, m'encourage et me soutient en permanence. Merci pour sa relecture du texte, et ses remarques constructives.

Sans la maladie non plus, je ne serais pas arrivée là où j'en suis aujourd'hui.

Merci à Bernard pour son enseignement et la transmission de cette foi profonde et sincère en ses propres convictions, en son propre cœur.

Delphine Bourdier, © 2011.