

# Programme de la formation

## - MANUEL DE L'ETUDIANT -

\*\*\*\*\*

*Chers étudiants,*

*Bienvenue dans le programme Ohashiatsu !*

*Nous avons préparé ce manuel pour vous renseigner et vous guider sur l'ensemble de votre parcours avec nous. Ce manuel vous permettra également de vous familiariser avec les normes et les directives de l'institut.*

L'Ohashiatsu s'assimile à une danse du bien-être, les techniques et mouvements sont circulaires et ils se succèdent de façon très fluide. Cette forme de soin se base sur le principe de la réciprocité : lorsque le "donneur" se sent bien dans son corps et dans son esprit, le "receveur" en bénéficie. En communiquant votre bien-être, votre respect de la vie et d'autrui, vous servez d'exemple au "receveur" qui à son tour tendra vers une vie plus saine et plus heureuse. Étudier l'Ohashiatsu veut donc dire aller à la rencontre de soi-même ainsi que commencer un processus d'auto-guérison.

Cette nouvelle approche du Shiatsu a déjà passionné de nombreux élèves à travers le monde. En effet, L'Ohashiatsu diffère des autres courants grâce aux diverses techniques utilisées comme, par exemple, l'amélioration et le perfectionnement de la posture, le mouvement et le bien-être du " donneur ". Lors d'une séance, les mouvements, l'accroissement du Ki (l'énergie vitale) et la méditation procurent au donneur un sentiment de bien-être. Il se sent ressourcé, rajeunit et positif.

### **L'INSTITUT OHASHI**

Le nom japonais Ohashi signifie " Grand pont ". L'un des objectifs de ce maître a toujours été de créer, en matière de soins, un lien entre les philosophies orientales et occidentales. En 1974, il a créé l'institut Ohashi qui est devenu aujourd'hui une institution reconnue au niveau international. L'école reçoit 2000 étudiants par an et a formé plus de 60 professeurs certifiés tant aux Etats-Unis, qu'en Amérique du Sud ou en Europe.

L'institut Ohashi souhaite transmettre au plus grand nombre de personnes sa méthode et sa philosophie d'enseignement, c'est pourquoi les seules qualités requises pour être admis à suivre le programme sont : un esprit ouvert et le désir d'apprendre. Selon l'un de nos principes fondamentaux, ce sont les étudiants qui ont la responsabilité d'apprendre, c'est pourquoi ce programme possède une structure sur laquelle chacun peut s'appuyer pour se forger sa propre expérience.

L'Institut Ohashi organise des cours de différents niveaux de manière à ce que les étudiants puissent suivre l'enseignement de divers instructeurs. Cette méthode leur offre la possibilité d'apprendre davantage, grâce aux nombreuses expériences de chaque enseignant. C'est la base de ce programme. Pour cette raison, il est demandé aux étudiants de ne pas suivre plus de trois cours tenus par un même Instructeur, à moins qu'il ne s'agisse d'une révision; révision qui est toujours acceptée et encouragée.

Les étudiants proviennent de milieux très variés et poursuivent des objectifs très différents. Certains décident de suivre les cours dans le but d'apprendre des techniques de bien-être et de prendre soin de leur santé ; certains participent au programme par pur intérêt pour la culture orientale ; et d'autres décident de commencer une nouvelle carrière ou d'ajouter de nouvelles techniques à leur pratique actuelle.

L'Institut Ohashi offre l'opportunité également d'importer ses propres cours dans votre ville ou votre école de massage, grâce à son programme de sponsoring. Pour plus d'informations, veuillez contacter directement les Instructeurs.

### **LE PROGRAMME OHASHIATSU**

L'objectif principal du programme Ohashiatsu est d'accroître sa propre prise de conscience ainsi que celle d'autrui à travers le mouvement, la méditation et des techniques thérapeutiques basées sur les concepts de la philosophie orientale.

Le programme Ohashiatsu, est proposé à New York, dans d'autres grandes villes des Etats-Unis et en Europe. L'enseignement est dispensé par des professeurs C.O.I (Certified Ohashiatsu Instructor) entraînés à l'Institut et par Ohashi. L'ensemble des cours constitue le programme d'études qui conduit à la remise du diplôme puis au cursus de préparation à l'enseignement.

Chaque niveau de la formation est construit sur la base de ce qui a été précédemment appris, ainsi chaque étudiant peut avancer dans le programme à son propre rythme. Les nouvelles connaissances apprises dans chaque cours peuvent être immédiatement mises en pratique dans la vie quotidienne.

Le contenu des cours est partagé de façon égale entre théorie et pratique, même si le

Niveau I – 2° Débutant possède un peu plus de théorie. Chaque cours se construit sur la base de ce qui a été préalablement enseigné, donc ne soyez pas inquiets si vous n'êtes pas certain d'avoir tout compris. Le cours suivant vous permettra de revoir le contenu du cours précédent auquel s'ajouteront de nouvelles connaissances.

### **LE PROGRAMME DES ETUDES**

Le programme obligatoire compte trois niveaux, divisés en deux parties s'étalant sur deux week-ends pour chacune d'elle :

- Niveau I : 1° et 2° Débutant
- Niveau II : 1° et 2° Intermédiaire
- Niveau III : 1° et 2° Avancé

Chaque degré comprend un total minimum de 30 heures.

A cela s'ajoute deux cours d'anatomie de 24 heures chacun, et un cours de diagnostic oriental de 15 heures.

Les leçons d'Ohashi sont un mélange de théorie, de démonstrations, de pratique, de méditation et d'exercices. Le matériel pédagogique a été écrit et développé par Ohashi et par ses instructeurs. Chaque année il est révisé afin d'améliorer l'efficacité de l'enseignement et afin de répondre aux besoins des étudiants.

### **1° Année**

L'ensemble du niveau I est consacré à l'enseignement des principes fondamentaux de l'Ohashiatsu, afin de permettre à l'étudiant de les appliquer durant la pratique et surtout à tous les aspects de la vie.

#### **Habillement**

*L'Ohashiatsu est donné et reçu habillé. Les débutants doivent porter des vêtements amples qui permettent une grande liberté de mouvement (pantalons longs et manches longues). Souvenez-vous d'apporter une paire de chaussettes blanches de rechange.*

*Avant le cours ou une séance, retirez tous vos bijoux (exception faite pour les alliances et les petites boucles d'oreilles). Ils peuvent souvent perturber le flux de l'énergie et inhiber votre sensibilité à cette dernière.*

*Les cheveux longs doivent être liés derrière la nuque de manière à ne pas tomber sur votre propre visage ou celui du receveur. Il est préférable d'éviter le maquillage important et les parfums forts.*

## 1° Débutant

Ce degré permet d'affiner et d'augmenter la sensibilité et le niveau de conscience de l'étudiant.

Les bénéfices sont immédiats et se manifestent par une sensation de sérénité, d'équilibre et d'acceptation de soi-même et de son entourage.

Ce degré vise principalement à enseigner et :

- ressentir la force vitale de vie qui nous anime, l'énergie Ki circulant dans le corps
- adopter les mouvements naturels propres aux techniques de l'Ohashiatsu
- localiser les méridiens et les principaux tsubos (points d'acupuncture)
- aborder le concept Yin/Yang (notion d'équilibre)

À la fin de ce degré, grâce à l'enseignement philosophique et les principes transmis au cours des deux week-ends, chacun sera en mesure de donner un traitement complet.

## 2° Débutant

Le niveau I - 2° Débutant enseigne le travail sur certains méridiens grâce à la théorie des 5 éléments (Feu, Terre, Métal, Eau et Bois).

Nos apparences, nos habitudes, nos aversions, nos attirances, nos émotions et nos habitudes démontrent notre effort à vouloir vivre en harmonie avec les éléments qui nous constituent et qui nous entourent. Tout au long de ce degré, l'approche conceptuelle de la relation entre le KI et les cinq éléments amènera les étudiants à mieux connaître leurs propres ressentis, leurs propres sensations en face de nous-mêmes ou des autres.

De ce fait, ils amélioreront la qualité de leur séance.

## II Année

### Habillement

*A partir de ce niveau les étudiants sont tenus de porter le "gi" de coton blanc, confectionné selon les indications que vous trouverez à la fin de ce manuel. Le "gi" est une tenue confortable avec laquelle il est facile de bouger et de travailler. Il permet en outre de marquer la transition entre la vie quotidienne et la pratique du shiatsu.*

*En dehors du "gi" qui est exigé à partir de ce niveau, les règles émises pour le Niveau I sont restées les mêmes.*

## 1° Intermédiaire

Ce cours introduit de nouvelles techniques d'Ohashiatsu, qui utilisent les bras, les coudes, les genoux, et qui favorisent l'équilibre corporel et la fluidité des mouvements tout en allégeant la pression sur les pouces et les paumes des mains. En utilisant les genoux alliés

avec les avant-bras, les coudes ou les mains, vous créez plus de points de contact entre le receveur (client) et vous, ce qui provoque des sensations beaucoup plus complètes. C'est aussi à ce niveau que l'étudiant commence à expérimenter l'Ohashiatsu comme une méditation.

Le niveau II, 1° Intermédiaire, aborde :

- le diagnostic du hara et du dos
- les concepts de Kyo et Jitsu, permettant de déterminer sur quel méridien travailler et comment le traiter.
- les théories du Maître Masunaga (l'un des enseignants de Ohashi).

Ayant reçu une formation de psychologue, Masunaga porta une attention toute particulière sur les manifestations psychologiques et émotionnelles de l'énergie dans les méridiens.

## 2° Intermédiaire

*Vous devez avoir suivi 35 heures de pratique guidée et avoir reçu 4 séances d'un COI ou COC avant de vous inscrire à ce degré*

Au cours de ces deux week-ends, les extensions des méridiens développées par le Docteur Masunaga, vous seront enseignées. Le Dc Masunaga découvrit que les aspects psychologiques et émotionnels des méridiens se manifestent dans diverses parties du corps, qui dépassent le cadre des méridiens traditionnels.

En apprenant les extensions des méridiens de Masunaga vous réussirez à mieux comprendre comment certains déséquilibres physiques peuvent affecter les champs émotionnels et psychiques et comment des troubles d'ordre émotionnel peuvent causer des douleurs physiques et des maladies.

### Evaluation :

Avant de pouvoir accéder au niveau "1° Avancé", le niveau des étudiants "2° Intermédiaire" est évalué par l'Instructeur. Cette évaluation est basée sur un examen écrit (qui a lieu à la fin du cycle "2° Intermédiaire") et sur l'observation du travail en classe. Dans certains cas, il pourra être demandé ou conseillé à l'étudiant de répéter certains cours ou encore de répondre à d'autres impératifs, afin de mieux se préparer à aborder les niveaux avancés. Si cela vous arrive, ne pensez pas avoir échoué. Prenez plutôt cet état de fait comme une opportunité pour approfondir vos connaissances et votre habilité. Selon la philosophie Zen, nous sommes toujours des étudiants et nous pouvons toujours apprendre quelque chose de nouveau.

À la suite de l'évaluation, la décision de l'institut vous sera communiquée par courrier.

## III Année

### Impératif de temps :

Le niveau 1° Avancé doit être effectué dans un délai de 18 mois après avoir suivi le niveau 2° Intermédiaire, de manière à ce que l'enseignement reçu soit encore bien présent à votre esprit. Si vous attendez plus de 18 mois vous devrez suivre de nouveau le niveau 2° Intermédiaire et repasser l'évaluation avant de poursuivre au niveau supérieur.

Vous aurez besoin d'un peu de temps entre le 2° Intermédiaire et le 1° Avancé et le 1° et 2° avancé afin de préparer 3 ou 4 études de cas pour un total de 15 séances. Exemple : 3 études de cas suivi sur 5 séances ou 4 études de cas suivis sur 4 séances chacun.

### Inscription

*Vous devez vous inscrire au moins **45 jours** avant le début du cours*, moment où vous devrez donner au professeur vos études de cas et une photocopie lisible de votre livret d'étudiant (recto et verso).

### Lettre à Ohashi

Au moment de votre inscription au 1° Avancé *vous transmettez une lettre à Ohashi*, relatant votre motivation à suivre le programme avancé. Commencez-la par " Cher Ohashi Sensei ". Dans cette lettre, vous lui décrirez votre parcours et ce qui vous a amené à étudier l'Ohashiatsu. Vous énumérez également les objectifs que vous souhaitez atteindre en étudiant l'Ohashiatsu et comment l'Ohashiatsu a influencé votre vie.

### Séances :

*Vous devrez aussi démontrer que vous avez donné 50 séances* en faisant dater et signer un document à vos clients (y compris ceux des 3 études de cas).

## **1° Avancé**

Les cours Avancés sont organisés sous forme de stage d'une durée de 10 jours (quelque fois, mais plus rarement, pouvant être aussi répartis sur des week-ends). Durant cette session, tout le groupe vit avec l'enseignant dans un lieu adapté où se tiennent les leçons théoriques, les cours pratiques, l'évaluation et tout ce qui est nécessaire pour favoriser les études.

Le niveau III - 1° Avancé est l'apogée de tout ce qui a été appris auparavant. Vous continuerez :

- à affiner et élargir les techniques et les transitions
- explorerez les qualités énergétiques du Kyo et du Jitsu, " l'écho de la vie " et son timbre

- apprendrez quelques étirements et aussi comment les utiliser comme instrument de diagnostic
- continuerez à développer votre compréhension de la théorie des Cinq Transformations et du Diagnostic Oriental en préparant vos études de cas et en les exposant en classe

### **Présence**

Vous pouvez manquer seulement une leçon durant le stage 1° avancé à condition que ce ne soit ni le premier jour, ni le jour de l'examen écrit. Si un étudiant manque plus d'une leçon, il devra suivre de nouveau entièrement le stage de ce niveau.

### **Evaluation :**

Un cours du stage 1° Avancé sera dédié à l'examen écrit. Comme pour le 2° Intermédiaire, les étudiants seront évalués pour pouvoir accéder au niveau III - 2° Avancé. Cette évaluation est basée sur un examen écrit, sur les études de cas et sur la pratique durant la classe. Vous serez observés sur votre comportement, votre attitude et votre attention, afin de vérifier que vous êtes prêt pour le prochain niveau. Vous recevrez une lettre de l'Institut avec l'évaluation de l'Instructeur. Cette lettre confirmera votre acceptation ou bien, il vous sera demandé ou conseillé de répéter certains cours ou encore de répondre à d'autres impératifs afin de pouvoir accéder au 2° Avancé.

## **2° Avancé**

### **Impératif de temps :**

Le niveau III - 2° Avancé doit être effectué dans un délai de 18 mois après avoir suivi le niveau III - 1° Avancé. Si vous dépassez ce laps de temps, vous devrez recommencer le niveau 1° Avancé avant de vous inscrire au 2° Avancé.

Tout comme lorsque vous avez préparé le niveau 1° Avancé, vous aurez besoin de quelques mois pour vous préparer au stage 2° Avancé car il vous faudra préparer les études de cas et les 50 séances datées et signées (ne commencez pas les études de cas du 2° Avancé et les 50 séances avant d'avoir terminé le 1° Avancé !).

*Vous devez vous inscrire suffisamment à l'avance* afin que puisse être vérifié votre capacité à suivre ce cours. Au moment de l'inscription, vous devrez remettre vos études de cas et une photocopie lisible de votre livret d'étudiant (recto et verso).

*En plus de vos 69 heures de pratique guidée, vous devrez démontrer que vous avez donné 50 séances* en faisant dater et signer un document à vos clients (y compris ceux des 3 études de cas).

**Le niveau III - 2° Avancé** complète le cercle de tout ce que vous avez appris. Cette dernière session est stimulante et intense. **Elle ramène l'étudiant aux concepts de base et au principe de la simplicité.**

Il vous sera proposé

- De retrouver la “ mentalité du débutant ”, qui vous aidera à comprendre combien l'Ohashiatsu est vraiment simple.
- D'apprendre aussi la tonification muscles-méridiens, la sédation, les différentes approches du diagnostique et la moxibustion.

Ce cours comprend un séminaire d'application pratique, un tutorial et un examen écrit et pratique évalué par Ohashi, lui-même.

Voici donc pourquoi vous avez travaillé; c'est le résultat de votre dur travail !

### Examen pratique :

Pendant ce cours vous devrez programmer l'examen pratique qui consiste à donner une séance d'environ 45 minutes à Ohashi lui-même. Vous chercherez à faire de votre mieux tout en restant dans la simplicité. Pensez que vous pratiquez sur un ami. Souvenez-vous de marcher à quatre pattes et de respirer profondément par le hara. Après avoir terminé, Ohashi vous donnera son avis sur votre travail.

### Evaluation

Un moment du 2° Avancé sera dédié à l'examen écrit.

**L'évaluation générale** sera basée sur l'examen écrit, l'examen pratique, les études de cas et le travail en classe. Votre aspect, votre attention et votre attitude seront observé afin de vérifier que vous êtes bien capable, en tant que diplômé, de représenter l'Institut Ohashi. Vous recevrez une lettre de l'Institut avec l'évaluation de votre Instructeur. Celle-ci vous confirmera que vous avez terminé, ou il vous sera demandé ou conseillé de répéter certains cours ou encore de répondre à d'autres impératifs.

## **Le diagnostique oriental par Ohashi**

### Habillement

*Portez des vêtements pratiques qui permettent la liberté de mouvement et des chaussettes propres.*

Afin d'aborder et de préparer de ce week-end intensif, nous recommandons de lire avant le cours : **Le diagnostic oriental selon Ohashi - Comprendre le langage du corps**, Guy Trédaniel Editeur, 1997, Paris.

Ce cours sur le diagnostique oriental vous enseignera la “ lecture du corps ” afin de

découvrir en vous-même et chez les autres les conditions physiques, mentales et spirituelles de chacun. D'une durée de 15 heures, **ce cours** avec démonstrations et exercices, **amène l'étudiant à percevoir le monde sous un angle différent**. Ohashi compare avec sensibilité, humour et subtilité les méthodes orientales et occidentales. Il aborde également les préceptes et les apparentes contradictions de la médecine orientale dans un langage accessible à tous.

L'objectif principal du cours est de présenter l'unité du corps, de l'esprit et de l'âme, en précisant bien qu'il est aussi important de savoir gérer les faiblesses que d'utiliser les aspects forts de chacun.

## **Anatomie 1**

D'une durée de 24 heures, ce cours théorique est une introduction à l'anatomie et à la physiologie de base. Il comprend l'étude du squelette et des muscles, de la structure des cellules et des tissus, des systèmes nerveux, digestif, respiratoire, urogénitale, endocrinien et cardiovasculaire.

## **Anatomie 2**

Pendant ce cours, les formes et les fonctions anatomiques sont développées et étudiées dans le cadre de la théorie des 5 éléments. Ce cours permet aussi d'explorer les relations entre les différents systèmes corporels et avec les 5 éléments ainsi qu'avec les méridiens afin d'élargir le champ d'application de l'Ohashiatsu. Ce cours de 24 heures comprend des conférences, des démonstrations et des exercices.

Ce cours sert d'introduction et de guide. Il doit être approfondi par un travail personnel sur des thèmes choisis.

## **Cours de pratique guidée**

Les cours de pratique guidée permettent aux étudiants de se rencontrer, de s'exercer chacun à tour de rôle, afin d'appliquer les diverses techniques apprises auparavant.

L'instructeur anime les ateliers par des exercices et des séances de méditations. Il aide également les étudiants à renforcer leurs techniques et améliorer leurs postures corporelles.

Dans le cadre de ce programme, 33 heures suffisent pour accéder au niveau II - 2° Intermédiaire et il est impératif d'avoir au minimum 69 heures de pratique pour pouvoir accéder au niveau III – 2° Avancé. Il vous est vivement conseillé de commencer ces cours dès le début de votre cursus et de les étaler entre chaque session, selon le tableau des dates et coûts de la formation.

## **Séances individuelles**

Dans le cadre de ce programme d'étude, il est demandé aux étudiants de recevoir des séances d'Ohashiatsu dispensées par des Consultants (COC) ou des Instructeurs (COI) diplômés. Cela permet aux étudiants de ressentir réellement le travail et aussi d'apprendre directement avec le corps. Recevoir l'Ohashiatsu avec des personnes différentes permet de se rendre compte de la multiplicité des approches.

Il est demandé aux étudiants de recevoir un minimum de 8 séances avec 4 différents Instructeurs ou Consultants avant de pouvoir accéder au niveau III - 2° Avancé.

### Travailler avec des Instructeurs différents

L'Institut Ohashi organise les différents niveaux de cours de manière à ce que les étudiants puissent suivre l'enseignement de divers instructeurs pour offrir à tous la possibilité d'apprendre en fonction des nombreuses expériences qui sont à la base de ce programme. C'est pour cette raison, qu'il est demandé aux étudiants de ne pas suivre plus de trois fois les cours tenus par un même Instructeur, à moins qu'il ne s'agisse d'une révision ; révision qui est toujours acceptée et encouragée.

### Le livret de l'étudiant

A la fin du premier cours l'étudiant reçoit un livret personnel qui le suivra tout au long de ses études et où sera consigné au fur et à mesure son parcours dans le programme. Souvenez-vous de l'apporter toujours avec vous afin qu'y soit consigné toutes les étapes de votre parcours dans le programme d'Ohashiatsu.

### Sessions de supervision tutorial

**Ces leçons semi-privées sont une excellente opportunité pour apprendre.** Ces sessions réunissent 2 à 3 étudiants autour d'un Instructeur en dehors des cours (pour les niveaux intermédiaires et avancés). Durant trois heures, ils peuvent travailler les techniques qu'ils souhaitent travailler et améliorer. Le contenu des sessions est défini en fonction des besoins spécifiques de chacun. Ainsi, non seulement vous pourrez travailler pendant une heure avec un Instructeur qui sera à l'écoute de vos problèmes pratiques et entièrement disponible pour vous, mais vous pourrez aussi profiter du temps dédié aux deux autres étudiants pour observer et questionner. Vous remarquerez que, souvent, les problèmes évoqués par les autres correspondent à des points que vous aussi vous avez besoin de travailler.

Ces séances sont à payer directement à l'Instructeur. Elles ne sont pas comprises dans le cadre du programme.

Une fois le rendez-vous fixé avec votre “ tuteur ”, votre responsabilité est engagée : si vous ne pouviez pas assister à la séance au moment prévu, il vous appartiendra alors de trouver un autre étudiant pour vous remplacer.

En plus des tutoriaux requis, les étudiants peuvent, s'ils le désirent, suivre des sessions additionnelles. Vous pouvez l'organiser pour vous seul ou chercher d'autres étudiants pour la partager. A partir du niveau II - 2° Intermédiaire, l'Instructeur peut vous recommander de suivre des séances supplémentaires s'il le juge nécessaire. Dans ce cas, la session de supervision est consigné à part dans le livret de l'étudiant.

### Les études de cas

Dans le cadre du programme, les étudiants doivent rédiger avant le début des cours (1° et 2° Avancé) des études de cas afin de développer et renforcer leur compréhension de l'Ohashiatsu. Les études de cas permettent d'appliquer les connaissances acquises et de pratiquer en dehors de l'Institut.

Une seule étude de cas doit être délivré pendant le 2<sup>ème</sup> week-end du 2° Intermédiaire.

Trois semaines avant le début du niveau 1° Avancé, 3 à 4 études de cas (équivalents à 15 sessions) doivent être transmis à l'Instructeur (COI). Une nouvelle série de cas, incorporant les éléments abordés au cours du niveau 1° Avancé, est requise avant le début du 2° Avancé.

### Le port du « Gi »

Comment doit être le gi : Les points abordés ci-dessous vous aideront à l'ajuster selon les directives du programme Ohashiatsu.

- Le gi doit être impérativement blanc
- Le tissu doit être assez épais de façon à cacher les sous-vêtements.
- Le gi se ferme côté gauche sur côté droit, pour les femmes comme pour les hommes.
- La veste doit avoir deux paires de lacets à l'intérieur, à la hauteur de la poitrine et deux autres paire à la hauteur des hanches (PAS de ceinture, velcro, agrafes, épingles de sûreté ou autres dispositifs métalliques).
- Longueur des manches : 4 doigts au-dessus des pouces quand les bras sont pendants.
- Longueur des jambes : A la cheville quand on se tient debout.
- Longueur de la veste : à la pointe du coccyx.
- Le gi doit être impeccablement propre et repasser à chaque fois.

Etant donné que les vêtements en coton tendent à raccourcir au lavage, nous vous suggérons de laver votre gi à température élevée au moins trois fois avant d'effectuer les ajustements nécessaires.

### Autres impératifs vestimentaires:

- Il est important de porter des sous-vêtements blancs ; les manches doivent suffisamment courtes afin de ne pas dépasser des manches du gi. Nous conseillons les maillots de corps avec le col en V afin qu'ils n'apparaissent pas.
- Ne sont acceptés que les chaussettes blanches, propres et montantes jusqu'aux genoux ou les tabis (chaussettes japonaises).

### Présence

Toutes les leçons manquées doivent être impérativement rattrapées dans l'année. Les étudiants, qui pour quelque raison que ce soit manquent plus de deux leçons ou celle comprenant l'examen, doivent recommencer toute la session.

Les étudiants du niveau III - 1° Avancé peuvent manquer une seule leçon à condition que ce ne soit ni le premier jour, ni le jour de l'examen écrit. La leçon perdue devra être récupérée avant de pouvoir accéder au niveau III - 2° Avancé.

Les étudiants du niveau III - 2° Avancé doivent assister à toutes les leçons.

### Révision et répétition de cours

Les étudiants trouvent qu'il est utile de répéter certains cours pour diverses raisons telles que :

- Après une première approche de l'enseignement donné dans un cours, on ne sent plus la pression de " devoir apprendre tout coûte que coûte ", on peut donc véritablement profiter de l'occasion pour approfondir un aspect particulier du cours.
- Assister au cours avec des Instructeurs différents permet de s'enrichir d'approches et d'expériences variées. Vous constaterez par exemple qu'un Instructeur spécifique explique les choses d'une manière plus proche de votre mode d'apprentissage et en conséquence, par sa propre expérience, il éclaire d'un jour nouveau un cours déjà vu.
- Retourner vers les concepts fondamentaux est toujours utile. Cela participe de l'esprit Zen ou de celui du débutant (l'humilité dans la connaissance) qui est aussi l'un des principes de l'Ohashiatsu.

Notez que nous offrons d'importantes remises aux étudiants qui souhaitent (ou doivent) redoubler un cours.

### Remise des diplômes

La cérémonie de remise des diplômes se tient une fois par an à l'occasion d'un cours de Ohashi. Il s'agit de célébrer la réalisation de votre projet et nous encourageons les étudiants à y participer pour retirer leur attestation.

Quand vous recevez la lettre de fin de programme, vous recevrez aussi un formulaire qui permettra de remplir correctement votre diplôme. Une fois que l'Institut l'a reçu, elle

peut engager l'imprimeur. Le diplôme est remis durant la cérémonie ou, pour ceux qui le demande, envoyé directement à la maison.

### Utilisation du nom " OHASHIATSU "

Les personnes diplômées et celles qui étudient dans le cadre de l'institut peuvent dire ou écrire à des fins publicitaires ou biographiques :

1. qu'elles ont étudié à l'institut Ohashi..
2. qu'elles ont étudié avec Ohashi (si elles ont participé à des cours avec lui).
3. qu'elles sont diplômées de l'Institut Ohashi.
4. qu'elles ont reçu le certificat de fin d'étude délivré par l'Institut Ohashi.

**Le mot Ohashiatsu est une marque déposée.** Son utilisation est réservée à l'Institut et aux personnes qui ont signé un contrat avec celui-ci. Seules les personnes qui ont poursuivi les études après l'obtention du diplôme et qui sont devenues " Certified Ohashiatsu Instructor" ou " Certified Ohashiatsu Consultant " peuvent utiliser le terme Ohashiatsu dans un cadre professionnel.

Une école ou un institut ne peut garantir l'obtention d'une licence professionnelle. Celle-ci dépend uniquement du gouvernement de chaque Etat qui, seul, décide des conditions dans lesquelles une personne peut exercer son métier. **Les étudiants qui souhaitent devenir " Certified Ohashiatsu Instructor " ou Consultant peuvent s'inscrire au programme de formation dès l'obtention du diplôme.** De plus amples informations sur ce programme sont disponibles sur demande.

### Informations générales

#### Paie ment :

Les paiements provenant de l'étranger doivent être effectués par virements international. Pour les chèques internationaux, il sera ajouté une taxe.

Le nombre d'étudiants étant fixé pour chaque cours, les inscriptions ne seront validées que si vous envoyez le coupon d'inscription correctement rempli et accompagné du versement de l'acompte demandé.

#### Echéances :

Les étudiants des niveaux Avancés doivent s'inscrire au moins un mois avant le début des stages en raison des travaux à fournir au moment de l'inscription (études de cas).

#### Remboursement en cas d'annulation :

En cas d'annulation, jusqu'à 15 jours du début du stage, 25 % de votre versement sera retenu pour les frais de secrétariat ; le reste de la somme versées vous sera remboursé.

A moins de 15 jours du début du stage, votre paiement sera conservé par le Centre mais il pourra être transféré pour suivre d'autres cours dans le même Centre dans un délai maximum de 18 mois.

### **Programme “ étude - travail ” :**

Pour ceux qui ont un réel désir de développement personnel et qui ne peuvent se permettre de payer l'intégralité des cours, il est prévu la possibilité “ d'échanger ” les cours en totalité ou en partie contre divers types de collaboration. Par exemple, il est possible de remplir divers fonctions au sein du centre à des horaires variés. Pour plus d'informations, contactez votre centre.

### **Journées “ portes ouvertes ”**

Les différents centres organisent des soirées ou des journées “ portes ouvertes ” (pour tous) qui permettent de présenter les concepts, qu'ils soient théoriques ou pratiques, de l'Ohashiatsu.

Il est intéressant pour les étudiants d'y participer car :

- C'est une excellente occasion d'apprendre et de valoriser son propre travail, en présentant des séances pratiques.
- En invitant des amis à y assister. Pour chaque personne qui s'inscrit au programme, vous pourrez obtenir des remises sur les cours que vous devez fréquenter.
- C'est une occasion de plus de pratiquer.

### **Les livres de Ohashi**

- Comprendre le Langage du Corps (Reading the body)

Édition Guy Tredaniel 1997

- Zen Shiatsu

Ensemble d'interviews et de témoignages sur le travail du Docteur Masunaga recueilli par Ohashi

- Do it yourself

N'est plus édité en France en ce moment

- Beyond Shiatsu (Ohashi bodywork method)

Publié par Kodansha America en 1995,

Disponibile en anglais et italien (le tecnica corporea di Ohashi)

- Touch for love : Shiatsu per il vostro bambino  
Disponibile en italian et anglais

- Natural childbirth, the western way  
(A healthy pregnancy and delivery through Shiatsu)  
Disponibile en italian et anglais

### Vidéos (DVD uniquement en anglais)

Il est possible de les commander

- Ohashi Method 4h 20mm

-Ohashiatsu Touch ( shiatsu esthétique en deux cassettes)

- 1) Ultimate Relaxation
- 2) Facelift Vital Eyes

### Livres conseillés

- Zen Exercices visualisés -Travail des méridiens pour le bien-être - de S. Masunaga, Guy Trédaniel Editeur, 1991, Paris.

Les exercices présentés dans ce livre vous permettent d'acquérir et de conserver un état d'équilibre mental et physique. Relaxation et conscience sont la clé de ces exercices qui demandent un effort physique minimum. Les aspects psychologiques de chaque méridien et les exercices sont mis en parallèle avec les effets physiques et ils sont expliqués de manière détaillés.

Pour ceux qui parlent anglais :

- Between Heaven and Earth, de Beinfeld & Korngold.  
Un texte excellent sur les aspects philosophiques et psychologiques des Cinq Eléments qui apparaissent, non pas comme des abstractions, mais comme des images que le lecteur peut appréhender dans la réalité des expériences vécues.
- Staying healthy with the seasons, de Elson M. Hass - Ed. Celestial Art.  
Un texte très utile pour s'entraîner à prendre soin de soi, en harmonie avec les cycles saisonniers et leurs caractéristiques.
- Dragon rises, red bird flies, de Leon Hammer.

Ce livre présente la médecine chinoise, basée sur les Cinq éléments (tableaux à l'appui) et vue sous l'angle de la psychologie et la psychiatrie. Il aide le lecteur à distinguer les divers schémas comportementaux en relation avec les différents types de diagnostics.

- All sickness is homesickness, de D. Connelly.

Ce n'est pas seulement un livre sur la maladie, la santé et la thérapie, mais un travail thérapeutique en soi - lire est un procédé thérapeutique. Ce livre vous aidera à " abattre les murs de la pièce de la séance ", à apprendre à pratiquer l'art de vivre, à observer la poésie de l'existence, où que ce soit, en tous temps, avec n'importe qui et sur quoique ce soit.