



NOÉMIE GÉLINAS : LE LOMI - ATSU

«J'ai étudié plusieurs techniques de massothérapie, mais c'est l'approche orientale qui a ma préférence depuis longtemps. Il faut dire que je suis tombée dedans quand j'étais petite! Ma mère, Yuki Rioux, est une pionnière en massage shiatsu au Québec et je partage avec elle la passion pour la culture japonaise et le massage shiatsu.

Très jeune, j'ai côtoyé ce milieu. Je me rendais après l'école dans le centre de shiatsu que ma mère dirigeait et il m'arrivait de servir de cobaye à ses étudiants. J'ai très vite pris conscience de la valeur du toucher. C'est donc tout naturellement que j'ai suivi une formation en shiatsu à l'âge

de 17 ans. Par la suite, mes premières expériences professionnelles m'ont amenée à m'adapter, car la clientèle est surtout habituée au massage à l'huile. C'est là que j'ai appris les bases du lomi-lomi ou massage hawaïen. J'ai poussé l'expérience en allant directement là-bas pour étudier les techniques traditionnelles. J'ai eu la chance de poursuivre ma formation en shiatsu avec Stéphane Vien et d'étudier l'approche Namikoshi à l'Institut Kiné-Concept. Ces enseignements ont renforcé mon intérêt pour la conception orientale de la santé.

Afin de partager mes lectures, mes stages et mes expériences, j'ai mis au point une technique que j'enseigne depuis sept années et qui

s'appelle le lomi-atsu. Elle s'inscrit dans une démarche de santé globale et se veut une approche thérapeutique où sont jumelées les différentes techniques du shiatsu et du lomi lomi. Il s'agit surtout de pratiquer les techniques propres au massage abdominal appelé «ampuku» et du chi nei tsang, qui se basent sur les cinq éléments de la médecine chinoise. Ce sont par ailleurs des techniques déjà utilisées en ostéopathie.

Le lomi-atsu s'effectue sur une table de massage en utilisant de l'huile. Les manœuvres se font avec la paume des mains et des pouces. L'utilisation des avant-bras permet d'exécuter de larges mouvements fluides. Parfois, on fait appel aux coudes pour libérer les tensions profondes et tenaces de certaines régions du corps. Toutefois, le massothérapeute s'arrête au passage d'une tension quand le besoin se fait sentir. L'objectif de son intervention est d'éliminer ou de diminuer les tensions afin que le client retrouve son plein potentiel énergétique. Cette technique procure un effet bienfaisant en stimulant les fonctions de l'estomac, du foie, de la vésicule biliaire et des intestins. En stimulant le métabolisme des organes, le massage contribue au processus naturel de détoxification et apporte un effet décongestionnant et vivifiant. On peut le recommander à des personnes qui souffrent de malaises gastriques, de ballonnements et de constipation.

Au préalable, le lomi-atsu demande au massothérapeute de s'initier à l'univers de la médecine traditionnelle chinoise et de maîtriser certains concepts pour bien comprendre dans son ensemble cette approche thérapeutique. La vision orientale offre un regard complémentaire sur notre santé. En effet, elle ouvre des pistes de compréhension plus subtiles entre notre corps et

LA VISION ORIENTALE OFFRE UN REGARD COMPLÉMENTAIRE SUR NOTRE SANTÉ. EN EFFET, ELLE OUVRE DES PISTES DE COMPRÉHENSION PLUS SUBTILES ENTRE NOTRE CORPS ET LE BIEN-ÊTRE EN METTANT EN AVANT LES INTERACTIONS ENTRE NOS ORGANES, NOS ÉMOTIONS ET NOTRE ENVIRONNEMENT.

le bien-être en mettant en avant les interactions entre nos organes, nos émotions et notre environnement.

Au fil du temps, j'ai pu observer et constater les réactions du corps et des organes au contact du toucher abdominal. Ce fut une révélation et cela m'a poussée à continuer d'explorer l'impact positif que l'on obtient quand on intervient adéquatement sur les viscères. Ce sentiment a été renforcé par l'enthousiasme de mes étudiants et des clients. Tout cela m'a fait réaliser que mon activité professionnelle était devenue un travail de recherche, de questionnement sans cesse renouvelé.

Le lomi-atsu se veut un lien sans confrontation entre deux médecines avec des approches différentes, mais dont le but ultime est de trouver des solutions afin d'apporter un soulagement maximal. Surtout quand on voit que la recherche scientifique démontre de plus en plus l'importance de ces organes, comme les intestins que l'on surnomme le «2^e cerveau», dans l'apparition de nombreuses pathologies. L'abdomen, c'est la vitalité, c'est le siège des émotions et de nombreux organes



vitaux qui assurent le bon fonctionnement de tout l'organisme!

Et il est intéressant de noter qu'en Chine et au Japon, les futurs médecins sont formés selon la médecine occidentale, sans pour autant perdre de vue ou mettre en doute les principes de leur médecine ancestrale.

Selon les maîtres de la sagesse orientale, la santé est un art qui se cultive.

Nous souhaitons mentionner que Noémie Gélinas vient de faire paraître un livre en avril 2016 *Le massage du ventre et philosophie orientale pour tous* aux éditions de l'Homme. 



La Thérapie Myofasciale Structurale

Pour vous inscrire, contactez Wendy: 514-886-1050 ou info@centreorchidee.ca

Formation accréditée par la FGM et le Centre Orchidée
www.centreorchidee.ca

Les raideurs dans le système myofascial corporel crée des problèmes de posture, blessures, douleur et autres problèmes physique.

Maîtrisez une nouvelle approche!

- Apprenez à travailler en profondeur de façon sécuritaire et efficace.
- Comprenez le corps autrement.
- Défiiez vos limites et celles de vos clients.

Inscrivez-vous des maintenant!

Niveau 1 - Découvrez les bases

Québec
Du 20 au 23 octobre 2016

Montréal
Du 24 au 27 novembre 2016

Niveau 3 - En profondeur

Montréal
Du 28 au 30 octobre 2016

Visitez notre site web pour profiter d'un rabais de 10%