

Les pierres
Chrysoprase, Grenat, Malachite, Rhodocrosite, Zircon
Huiles Essentielles
Les HE ayant des esters dans leur composition sont anti-inflammatoires.
La Gaulthérie couchée : pour l'inflammation et la douleur : 2-3 gttes diluées dans 20%HV. Eviter en cas d'allergie à l'aspirine.
Bouleau jaune du canada
Hélichryse italienne ou immortelle
Eucalyptus citriodora
Camomille
Menthe poivrée : pour la douleur ++ : 1-2 gttes diluées ds 30%HV. Eviter en cas d'épilepsie, pas sur peau irritée, muqueuses et plaie
Ylang ylang, laurier noble, les Romarins, Géranium, Lavande vraie, Camomille romaine, le genévrier, le Thym à thuyanol
Une huile de soin pour favoriser le mouvement :
<ul style="list-style-type: none"> • HE Laurus nobilis 1 ml • HE Rosmarinus offi cinalis à camphre 1 ml • HE Juniperus communis 1 ml • HE Thymus vulgaris à thuyanol 1 ml • HE Lavandula latifolia 1 ml Huile Végétale de noisette Huile Végétale de tournesol a-a qsp 100 ml
Base pour les mélanges HE :
Huile végétale de millepertuis ou calendula
Gel de Silicium

Homéopathie
Arthrose : Synoviale 4 CH , Bryonia , Actea Spicata , Ruta graveolens
Arthrite : Rhus toxicodendron
Les bons aliments
Piment de Cayenne, Cassis, Ananas, Soya, Avocat, Prêle, Ortie
Mangez plus de fruits et de légumes. Riches en antioxydants , ils aideront eux aussi à diminuer l'inflammation causée par les radicaux libres.
Consommez autant que vous le pouvez des épices aux propriétés anti-inflammatoires : ajoutez chaque fois que vous en avez l'occasion du poivre, du curcuma, de la cannelle et du gingembre à votre cuisine.
Augmentez vos apports en acides gras oméga-3 et 9 (huiles d'olive et de colza, Cameline, noix, graines de lin, sardines, thon, saumon, maquereau . Les oméga-3 sont anti-inflammatoires
Diminuer la consommation de produits animaux, dont les produits laitiers, qui augmentent la charge acide des tissus, situation favorisant l'inflammation et la précipitation de cristaux dans les tissus organiques
Favorisez une bonne hydratation . Utilisez des eaux faiblement minéralisées ou de source de montagne pour limiter la précipitation de dépôts minéraux dans les tissus. Les cures d'eau bio dynamisée procurent un mieux réel.
Pour consommer suffisamment de calcium il n'est pas nécessaire de se tourner systématiquement vers le lait et les produits laitiers, riches en mauvaises graisses. Certes, on peut manger des yaourts et certains fromages de chèvre ou de brebis. Mais les sardines avec leurs arêtes, les amandes, les raisins secs, les légumes crucifères (chou de Bruxelles, brocoli, chou frisé, chou chinois, etc.) et certaines eaux minérales s'avèrent être également d'excellentes sources de calcium.

Gemmothérapie
Artigem, Cassis, Frêne, Ostéogem, pin des Montagnes, prêle, Ronce, Séquoia, vigne, Dépuration, Dépurasève
Conseils – compléments Alimentaire
Favorisez le repos articulaire et la relaxation musculaire en cas de poussée inflammatoire : arthrite
Évitez les efforts inconsidérés, mais l'immobilité est le pire ennemi de l'arthrosique.
Conservez une activité physique adaptée
Évitez le stress, les frustrations
Baume du Pérou ou pommade au piment sur les zones douloureuses
Consultez un thérapeute spécialisé en micro nutrition qui pourra si besoin vous conseiller la prise de compléments alimentaires, comme certains antioxydants, des omégas 3 (gélules d' extrait de krill ou chair de poisson), de la glucosamine et de la chondroïtine et MSM .
Les antioxydants comme les vitamines C et E et le Zinc , pour protéger les articulations et les cellules.
Le cartilage et le collagène de poisson contribuent à ralentir le vieillissement articulaire et à favoriser la reconstitution du cartilage
Gélules d'huile de graine d' Onagre , anti-inflammatoire de grande qualité qui agit par modulation de l'immunité : 500-1000mg, 3 x / j.

Fleurs de Bach
Crab apple, sweet chestnut
La Phytothérapie
Harpagophytum procumbens ou griffe-du-diable Curcuma
En drainage : la sève de bouleau, reine des prés, bardane, frêne, saule, bouleau (écorce)
Arthrite : Cassis fe + Frêne folioles + Ortie fe + Reine des prés s.f. aa qsq 200g 1 c. à s. du mélange par tasse ; 4 tasse par jour. Ou Aubier de tilleul ; 4 c. à s. pour 1 L d'eau ; décoction 7' ; infusion 10' ; boire le litre sur la journée Ou T.M. Cassis + T.M. Reine des prés : 30 gttes de chaque, dans de l'eau 3 fois par jour
Arthrose : Tisane anti-arthrose du Dr Leclerc : Mélange suivant : Cassis fe 100g + Frêne Folioles 50g + Reine des prés s.f. 50g : 1 c.à.s. du mélange par tasse ; infusion 10' ; 4 tasses par jour. Ou T.M Cassis + T.M Reine des prés : 30 gttes de chaque, dans de l'eau 3 fois par jour
On peut ajouter un traitement par voie externe en frictionnant l'articulation douloureuse avec de l'huile de lavande 2 à 3 fois par jour (cueillir des fleurs de lavande fraîches , les mette dans un récipient en verre ; ajouter de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elle soit surnageante ; laisser macérer 3 jours plein soleil ; filtrer)
Prêle, ortie, consoude, argile

Information complémentaire

L'**arthrite** peut apparaître à la suite de traumatismes, d'infections ou par simple usure naturelle, mais peut aussi être la conséquence d'une maladie auto-immune par laquelle le corps attaque ses propres tissus. Il arrive qu'on ne trouve aucune raison pour expliquer les symptômes.

Maladie inflammatoire d'une ou plusieurs articulations (polyarthrite) qui peut être aiguë ou chronique, caractérisée par des gonflements, douleurs, chaleur, rougeur. C'est une pathologie de chaud.

Cela peut être : la goutte, rhumatisme articulaire aigu (RAA), polyarthrite rhumatoïde, spondylarthrite ankylosante, rhumatisme psoriasique, arthrite de Lyme.

Les causes de l'**arthrose** sont multiples. Les facteurs mécaniques sont au premier plan, associés à des facteurs génétiques, à un processus d'inflammation, etc. L'arthrose est une maladie se traduisant par une **dégénérescence anormale** des cartilages. En effet, l'usure d'une articulation avec l'âge ne devrait pas causer d'arthrose. Les **mouvements répétitifs** et les **microtraumatismes** répétés à une articulation peuvent toutefois provoquer une usure anormale conduisant à l'arthrose. L'excès de poids et le manque d'activité physique sont 2 autres facteurs importants.

Maladie évolutive non inflammatoire, même s'il y a parfois des phases inflammatoires, mais pas de manière chronique.

Point de vue énergétique, pathologie du froid, aggravée par le froid, améliorée par la chaleur, massage, bouillotte, rayons infra rouge, mais cet apport de chaleur est à déconseiller car il entretient l'arthrose même s'il y a amélioration au moment même.

Mes ajouts

Bibliographie

- Le grand dictionnaire des maux et des maladies de Jacques Martel
- L'énergétique chinoise appliquée à la réflexologie plantaire, et Manuel approfondi de Réflexologie plantaire de Mireille Meunier
- Bien soigner ses petits maux DrBarrol-DrMillaret-DrCabanné
- cours du CER
- La phytothérapie par Yves Vanopdenbosch
- Plante et Bien être, santé Nature Innovation
- Guide des vitamines et des minéraux pour une bonne santé, sélection du Reader's Digest
- lespierresdumonde.com/lithotherapie
- gemmotherapie-herbalgem
- passeportsante.net
- sos-detresse.org/dossiers/arthrite/soins-naturels.htm

Fiche Arthrose - Arthrite

La différence entre l'arthrite et l'arthrose : la première est causée par un phénomène inflammatoire, une infection ou des microcristaux ; la deuxième a pour origine l'usure et le vieillissement plus ou moins précoce du cartilage des articulations. Le point commun : ça fait mal !

Pour l'**arthrite** : l'articulation concernée est rouge, chaude au toucher et gonflée, le moindre mouvement est douloureux. Cette douleur est permanente, invalidante et ne diminue pas au repos !

L'**arthrose** prend une allure chronique, évoluant vers des épisodes plus intenses à certains moments. Les douleurs de type mécanique se déclenchent lorsque les articulations atteintes (genou, hanche, doigts, dos) sont en action.

Symbolique

Arthrose : cette maladie est reliée à un durcissement mental, à une absence de chaleur dans nos pensées (le froid et l'humidité accélère l'apparition de l'arthrose), souvent par rapport à l'autorité.

Arthrite : souvent reliée à de la critique envers soi ou envers les autres

Impression de subir, d'être enchaîné à une certaine forme d'autorité, d'être soumis à des « travaux forcés », obligé de faire certaines choses...

Arthrite/Arthrose : REFLEXOLOGIE

Arthrite : Élément Yin – Ministre Foie

Arthrose : Élément Yin – Ministre Vésicule

Zones Réflexes Locales :

Extrémités
Bassin (toutes les zones) et ceinture scapulaire

Zones Réflexes Métaboliques :

-IG pour l'absorption des électrolytes et des vitamines
-Tout le colon
-Reins pour le métabolisme des électrolytes
-Foie pour le métabolisme des vitamines et du glucose
-Poumons pour l'oxygénation musculaire
-Système Immuno-lymphatique pour le drainage des toxines
-Hypophyse pour l'action de la STH (hormone somatotrope)
-Thyroïde/Para pour le métabolisme des électrolytes calcium, phosphore et magnésium
-Pancréas endocrinien pour l'action de l'insuline

Thérapies

Massage doux, yoga, réflexologies, relaxation, Tai Chi, cure thermique, ...

Oligo-éléments

Cuivre, zinc

L'hydrothérapie

La chaleur a de tous temps été reconnue pour **soulager les douleurs des arthritiques**, leur redonner une meilleure mobilité tout en permettant d'éliminer les toxines. Il est possible d'utiliser plusieurs méthodes :

- le bain complet chaud - 15 mn dans une eau entre 36 et 38 degrés - quotidiennement le soir de préférence.

- le bain aux algues - ajouter un sachet d'algues marines micro-éclatées à l'eau du bain chaud

- le bain salé - ajouter 200 à 300 g de gros sel de mer gris dans le bain

- Certains apprécient grandement le mélange de ces sels ajoutés au bain (minéralisant) : 250 ml de gros sel de mer gris, 250 ml de sulfate de magnésium - 60 ml de bicarbonate de soude

La relève est assurée voici les nouveaux réflexologues diplômés et l'équipe du CER
félicitation à Pétra, Catherine, Régine, Stéphanie, Carema et Victoria.



Le dimanche 8 février 2015 à 10h.

Nous organisons une grande journée d'échange pratique ouverte à tous les élèves et anciens du CER

**Pour donner et recevoir une réflexo.
Et pour ceux qui le souhaitent, revoir les protocoles.**

La journée avec repas et collations pour 15 €

Notre Dame du Chant d'Oiseau, avenue des Franciscains 3 – 1150 Bruxelles

Inscription par email chez Christine cer.reflexologie@gmail.com

Nous étions au salon planète zen 2014 à BXL



Je remercie Dominique, Michèle, Christine, Christel, Hélène et Benoit pour leur aide.

Le Salon Zen est un événement convivial où le contact entre les personnes est chaleureux. Tous ont le même objectif: apporter du bien-être.

En y participant dans le cadre du CER, nous avons eu l'occasion de rencontrer beaucoup de personnes aux personnalités différentes, de masser beaucoup de pieds bien différents. (Notre stand a eu un franc succès). Il a fallu garder que l'essentiel des massages (en fonction de la demande de la personne devant nous) afin de rester dans les temps. Tout ceci nous donne un bon coup de pouce dans notre pratique. Nous avons eu des visiteurs du salon mais aussi des personnes tenant d'autres stands, ce qui a permis d'avoir des échanges intéressants. Ce fût également chouette de pouvoir faire cadeau d'un massage à d'autres réflexologues qui n'ont que rarement l'occasion de se faire masser.

Merci au CER de nous avoir donné l'occasion de participer à cette chouette expérience.
Merci à Christine pour l'organisation du stand.
Christel

Premier Salon Zen à Tour & Taxis à Bruxelles. Le CER était présent et le public ne s'est pas fait attendre pour venir sur le stand et découvrir l'école et la réflexologie plantaire.

J'y ai participé et ai eu l'occasion de donner des mini-réflexologies aux personnes désireuses d'expérimenter cette approche alternative. Le vrai challenge : donner en 20 petites minutes une idée des bienfaits que peut procurer la réflexologie et établir un contact privilégié avec la personne massée. Et ça dans un cadre plein de passage et de vie. Quand je vous parlais de challenge...

Je retiens l'atmosphère conviviale qui régnait sur le stand (quelle équipe !), les belles rencontres, les échanges intéressants et les feedbacks enthousiastes. Rien de plus gratifiant que de voir les personnes repartir souriantes et détendues après une courte séance. Un jour, peut-être, l'une d'entre-elles poussera la porte du CER ou se rendra chez un réflexologue. Les graines sont semées ☺

Le week-end fut donc bien chargé, riche et nourrissant. Et j'en suis ressortie avec une conviction renforcée : une réflexologie est une superbe occasion de rentrer en relation authentique avec l'autre. Ce fut donc une très belle aventure humaine avec - cerise sur le gâteau - un magnifique concert de Vanessa Gerkens en clôture. Merci la Vie !

Dominique.



L'équipe du CER vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année



"Belle journée du 30 Août 2014"

WE de formation complémentaire ouvert à tous

20 et 21 juin de 9h à 18 h.

180 € syllabus, repas et collations compris

L'énergie : priorité n°1 pour le thérapeute

La qualité du soin dépend de la qualité de l'énergie du thérapeute. Oui, mais... que faire quand on n'a pas la pêche, quand on enchaîne les massages ou quand le client nous pompe toute notre énergie...

Nous verrons les facteurs interférant avec la libre circulation de l'énergie dans le corps et les facteurs favorisant cette énergie. Nous apprendrons à optimiser notre respiration, à nous ensoleiller pour équilibrer notre système endocrinien et à dormir sur commande (ou presque). Autant d'exercices pratiques qui nous permettront de préserver et de régénérer notre énergie, et que nous pourrions ensuite enseigner à nos clients.

Votre formatrice :

Virginie Prick exerce la réflexologie plantaire, les massages tuina et le chi nei tsang. Elle donne également des conseils en harmonie alimentaire. Elle aime transmettre les outils qui permettent de mieux s'écouter et ainsi de mieux se porter.

www.tradition-tao.com

Adresse de cour :

Notre Dame du Chant d'Oiseau,

avenue des Franciscains 3 1150Bruxelles

Pour vous inscrire : envoyer vos coordonnées par email à cer.reflexologie@gmail.com et verser 30€ d'acompte au compte du Centre d'Étude de Réflexologie

Pour un versement européen : IBAN : BE90 3101 1855 7732 BIC : BBRUBEBB

Vous recevrez un reçu, une confirmation d'inscription et les instructions de paiement du solde.

En cas de désistement avant le début de la formation l'acompte n'est pas restitué

Traduction de l'anglais par Marcel Waterschoot



Induction of Josef Eugster in the ICR Hall of Fame
2011 Castro Verde, Portugal, 18 September 2011

© International Council of Reflexologists 2011

Fr. Josef Eugster (December 20, 1940)

Le Père Josef Eugster naît dans la partie orientale de la Suisse le 20 décembre 1940. En 1962, il intègre la société missionnaire Suisse de Bethléem, avec l'espoir de devenir prêtre et missionnaire.

Ordonné en 1970, il fut envoyé à Taïwan où il vécut et travailla avec les taïwanais, les aborigènes et les chinois continentaux pendant 40 ans.

Après 8 années à Taiwan, il contracta un rhumatisme douloureux. Il essaya de nombreux traitements de médecine occidentale et orientale, mais rien ne semblait aider.

Un jour, un collègue lui dit que la réflexologie serait une bonne méthode pour se débarrasser de son problème.

Mais le Père Josef n'avait jamais entendu parler d'une telle méthode. Plus tard le collègue travailla les zones réflexes de ses pieds et exerça des pressions sur la zone réflexe des reins et des glandes surrénales pour expliquer la principale source de son problème. Le traitement fut très douloureux et le Père Josef refusa de le poursuivre.

Plus tard le Père Josef reçut un livre écrit par l'infirmière Suisse Hedi Masafret :

« Demain, la Santé » Le Père Josef étudia le livre et travailla sur ses zones réflexes et y trouva de nombreuses zones sensibles.

Après quelques semaines il se rendit compte que ses rhumatismes avait disparu, il dormait mieux et était en bien meilleure forme qu'avant.

Un soir, quand le Père Josef était en prière, il comprit soudain que la réflexologie était un don que Dieu lui avait donné et il voulut l'utiliser comme un outil dans son travail de missionnaire. Deux mois plus tard le Père Josef essaya la réflexologie sur certains de ses paroissiens avec de très bons résultats. Cela l'encouragea à continuer.

Afin d'améliorer ses connaissances à l'occasion de son congé en famille en 1977, le Père Josef visita le Centre de Réflexologie Hedi Masafret en Suisse. Il estima qu'il était sur la bonne voie lorsqu'il reçut les encouragements de Paul Thailer, le mari de Hedi Masafret, qui enseignait en fait le cours. Le livre allemand fut ultérieurement traduit en chinois sous le titre « Réflexologie thérapeutique » et est devenu la base pour les livres de réflexologie du pied en Extrême-Orient.

A son retour à Taiwan le Père Josef continua son service de réflexologie du pied dans sa paroisse pendant son temps libre et commença également à former ses sept premiers élèves.

Étant donné les résultats impressionnants, le nombre de clients augmenta régulièrement.

À la fin de 1981 une animatrice bien connue d'une station de radio publique vint le voir. Elle souffrait d'une tumeur dans la glande thyroïde et ses yeux étaient exorbités. Au terme de deux semaines de traitement quotidien en réflexologie, son médecin confirma que la tumeur était presque disparue et que ses yeux étaient revenus à la normale. La speakerine demanda au Père Josef une interview à la radio. Une station de télévision taïwanaise ayant entendu l'interview envoya une équipe à la paroisse du Père Josef pour réaliser un documentaire TV. Après parution de l'émission à la télévision, la réflexologie des pieds fit immédiatement sensation. Le téléphone du Père Josef sonnait constamment et des centaines de personnes se rendirent à son centre paroissial. Un nouveau groupe d'assistants fut hâtivement formé, mais ils ne pouvaient pas satisfaire la demande de la foule.

Taiwan au cours des années 1980 a connu une économie en plein essor sans précédent. La richesse à nouveau trouvée mis à niveau le style de vie du peuple.

Beaucoup devinrent plus soucieux de maintenir leur santé physique.

La Réflexologie en tant que méthode de santé naturelle, sans médicaments ou vaccins, interpella le public, dans la lutte envers la pratique répandue des médicaments en vente libre pour tous les maux. Naturellement, le secteur médical et pharmaceutique connu une chute de leur profit, provoquant beaucoup de controverses et de protestations. Le Ministère de la Santé déclara la méthode illégale.

Mais grâce à l'appui du vice-président du Ministère de la Santé l'autorisation fut donnée de continuer le pratique de la réflexologie des pieds à l'hôpital. La plupart des réflexologues formés par le Père Josef s'installa à l'hôpital de Taipei et continua à y travailler.

Cependant, la promotion généralisée et la vulgarisation de la réflexologie plantaire à Taiwan fut freinée par une restriction légale.

En 1982, le Père Josef consenti à la mise en place de groupes de discussion sur la réflexologie dans plusieurs endroits en vue de transmettre publiquement ses connaissances à ceux intéressés par l'apprentissage de cet art.

- g) Orillons : 100gr de farine, une pincée de sel, 1 jaune d'œuf et 50gr de purée d'orties, 50gr de fromage râpé et 50gr de beurre ramolli, mélanger de façon homogène. Former de petites boules aplaties en galette et faire cuire à four moyen pendant 15 min ou faire cuire à la poêle.

En infusion

Penser à faire sécher les feuilles d'orties pour en faire des infusions.

Les graines

Particulièrement riche, elles sont un stimulant efficace. En saupoudrer les salades, dans le pain. Elles peuvent également être germées.

Autres purins

1. Consoude.

Propriétés

- Stimule la flore microbienne du sol et la végétation en général
- Favorise la pousse des semis et le développement foliaire des cultures
- Les feuilles fraîches sont de bons accélérateurs de compost
- Elles favorisent la multiplication et le renouvellement cellulaire

Emploi

- en extrait fermenté : en arrosage du sol à 10%
- favorise la maturation des tomates, céleri et choux
- en infusion de feuilles : lutte contre les mouches blanches et les pucerons. 8 feuilles hachées dans un L d'eau pendant 20min. et pulvériser sans diluer.

2. Fougères

Propriétés

- insecticide et répulsive
- excellente en couverture du tas de compost et en paillage (efficace contre les limaces)

3. Pissenlit

Propriétés

- Bon stimulant du sol et végétation régularise la croissance des plantes

Emploi

- extrait fermenté à diluer à 20%

d'après "Les secrets de l'ortie" de Bernard Bertrand par Renée

Recettes

Soupe aux orties

- a) 150gr d'orties
2 à 3 pommes de terre
3 pions d'ail
Bouillons de volaille ou de légumes
Crème fraîche
- b) 150gr d'orties
3 pions d'ail
3 oignons
Bouillon de légumes
Crème fraîche ou lait demi écrémé

En légume

- a) à l'étouffée : cuites sur un lit d'oignons revenus à l'huile d'olive
- b) à la crème : idem, mais mettre dans un plat à four, couvrir de crème et de gruyère râpé, saupoudrer de chapelure, faire dorer au four.
- c) En stoemp : cuire ensemble 4 pommes de terre et 250gr d'orties, mixer.
- d) Sauce verte : faire revenir un gros oignon dans l'huile d'olive et une vingtaine de tête d'orties, incorporer 4 cuillerées de crème fraîche, saler, poivrer et mixer.
Servir chaud (poissons) ou froid (salades).
- e) Au beurre : blanchir les orties 5min. Egoutter puis mettre une noix de beurre dans une sauteuse. Et faire revenir les orties en ajoutant des raisins secs et des pruneaux dénoyautés et coupés en 4. poursuivre la cuisson pour éliminer l'excès d'eau puis ajouter quelques noix de beurre.
- f) Quiche à l'ortie : Un fond de tarte à étaler dans une tourtière. Garniture : faire revenir lardons, oignons et ail. Battre lait, crème fraîche et œufs, assaisonner. Hacher très finement les orties. Couvrir la pâte avec les oignons et le lard, placer de fines tranches de fromage, les orties et verser le mélange œufs, lait sur la pâte, et cuire à four chaud de 20 à 30 min.

En octobre 1987, un groupe de réflexologues fonda une « Association de Recherche en réflexologie plantaire du Père Josef ». Trois frères du nom de Chen rebaptisèrent le centre de service du Père Josef « Rwo Shr International Research Center ». L'objectif était de promouvoir la réflexologie dans le monde entier.

Neuf mois plus tard, cette association de recherche fut officiellement créée. Sous l'égide du Ministère de l'Intérieur le 7 juillet 1991, en raison des contraintes réglementaires, l'association fut catégorisée comme un club de fitness et enregistrée en qualité d' « Association de la République de Chine (R.O.C) Exercice de pied et Association Fitness ».

En 1996, l'association subit un changement de nom pour devenir : « République de Chine (R.O.C.) Association de réflexologie des pieds ».

Depuis lors, les réflexologues à Taïwan ont été sans crainte d'être stigmatisés comme des charlatans et l'objet de répression policière.

En septembre 1999, le Père Josef a été invité à présenter la « Nouvelle méthode de Réflexologie taïwanaise » à la 7ème Conférence internationale convoquée par l' « International Conference of Reflexologists » (ICR) à Hawaii. Lors de cette conférence Le Père Josef et six compagnons réflexologues donnèrent aux participants un avant-goût de la nouvelle réflexologie taïwanaise

Jamais, dans ses rêves les plus fous, le Père Josef n'avait imaginé que réflexologie lui ouvrirait un jour les portes du Vatican pour voir le pape. Le 26 novembre 2003, grâce à une recommandation de l'Ambassadeur de Taïwan au Vatican, le Père Josef fut invité par le Vatican pour accompagner une nonne bouddhiste dans une église avec pour thème de conférence la dépression à Rome. Là, il lui fut demandé de rencontrer un cardinal. Ce dernier lui présenta ses pieds et lui demanda de travailler sur lui. Le Père Josef informa le cardinal des problèmes de santé auxquels il devait faire face. Le cardinal fut surpris de la capacité du Père Josef de discerner ses problèmes de santé tout simplement par le biais de réflexologie des pieds.

Après cette expérience, deux évêques vinrent voir le Père Josef et une fois de plus, il cerna bien les problèmes de santé des deux prélats. Le deuxième était le secrétaire personnel du pape. Tout qui veut voir le Pape doit passer par lui. Il quitta la salle et demanda au Père Josef de rester.

Quelques minutes plus tard, entra le Pape John Paul II !

Le Père Josef savait que pendant de nombreuses années, le Pape avait souffert de diabète et qu'il présentait une tendance à la maladie de Parkinson. Le Père Josef craignait que la plante des pieds du pape puisse avoir perdu une bonne partie de leur sensibilité. Le Père Josef enleva les chaussons rouges du pape et commença à travailler sur son gros orteil à travers ses chaussettes. Il remarqua une expression sur le visage du pape qui indiquait que les réflexes dans son orteil étaient sensibles. Il travailla environ 20 à 30 minutes les différents points réflexes sur la plante des pieds du pape. Un par un, il expliqua en allemand au pape comment les sensations de tel ou tel point réflexe indiquaient divers problèmes, y compris les problèmes liés à ses cordes vocales, à la colonne vertébrale et aux genoux.

Trois religieuses polonaises virent le Père Josef travailler. Le pape ne parla pas beaucoup mais réfléchissait. Il hocha seulement la tête ou fit de brèves remarques indiquant qu'il comprenait les explications. Le Père Josef dit au pape qu'avec une séance de réflexologie quotidienne pendant un mois son état s'améliorerait et qu'il serait capable de lever sa tête. En quittant, le Père Josef reçut l'instruction ne pas dire ce qu'il avait travaillé sur le pape. Plusieurs semaines après son retour à domicile, le Père Josef reçut un message de l'ambassadeur lui disant que la voix du Pape s'était un peu améliorée et qu'il était capable de soulever sa tête plus que par le passé. Après la mort de pape, plus d'un an plus tard, la presse interrogea le Père Josef en faisant l'éloge de son travail et nul en médecine n'osa plus contredire les bienfaits de la réflexologie.

Avec le Dr Eugene Cheng (ancien président de « République de Chine (R.O.C.) Association de réflexologie des pieds ».), il publia le livre « Fr. Josef's New Foot Reflexology Method ». Avec la théorie chinoise du Yin et du Yang, il est beaucoup plus facile de donner une explication convaincante du pourquoi et du comment la réflexologie fonctionne. Avec plus de 200 illustrations, le livre est rapidement devenu un best-seller dans Taiwan (65 éditions) et a été traduit en coréen, japonais, allemand et anglais.

Le du Père Josef a toujours rêvé d'introduire la réflexologie dans les pays les plus pauvres du monde où les gens ne peuvent se permettre les médicaments coûteux. Il a enseigné à 70 nonnes et quelques laïcs dans un grand couvent en Chine continentale qui prennent soin de personnes handicapées jeunes et moins jeunes. La plupart des religieuses étaient jeunes elles-mêmes, pas encore 35 ans et étaient très dévouées dans leur travail. Il a également, à l'invitation de la communauté catholique, enseigné à des australiens et à des chinois à Sydney et à Melbourne, puis plus tard a passé un mois en Zambie où il a enseigné à 120 étudiants dont certains atteints du sida. Ces gens étaient extrêmement pauvres et reconnaissants.

Suite page 22

-
- Lutte contre la chlorose des feuilles et les carences minérales
 - Est répulsif pour certains pucerons, les acariens, les carpocapses
 - Est répulsif contre les limaces (non dilué sur le sol, mais attention aux brûlures des végétaux, car pur le purin d'ortie est un bon désherbant)

Utilisation

- Pour ses propriétés insecticides et fongicides

On peut l'utiliser au bout de 12H de fermentation pour lutter contre l'attaque de pucerons, acariens, vers des pommes. Utiliser pur sur les insectes au pulvérisateur ou à l'arrosoir. (Attention pas sur les solanacées)
Lutte contre les acariens jaunes et rouges : infusion de feuilles et racines hachées à raison de 100gr par 10L d'eau pendant 2 jours. Pulvériser à 10%
Sur les arbres fruitiers en association avec la décoction de prêle (150gr de prêle dans 10L d'eau, faire bouillir pendant 25min. Laisser refroidir pendant 12H, filtrer.

- Comme fertilisant

La dilution optimale semble être de 10% pour des plantes en végétation, mais peut atteindre 20% pour la fumure du sol. De plus fortes concentrations produisent l'effet inverse et inhibent la croissance des plantes.
En pulvérisation foliaire une dilution de 2 à 3% est idéale.

10 règles d'or pour réussir son purin

- 1kg de plantes fraîches en fermentation dans 10L d'eau
- Utiliser de l'eau de pluie ou de source
- Surveiller la fermentation
- Filtrer soigneusement avant la fermentation
- Dilution à 5% en traitement foliaire ; de 10 à 20% en engrais
- Les traitements : mieux vaut 2 passages à 5% que un seul à 10%
- Traiter après une pluie ou un arrosage. Effet nul sur terre sèche.
- Les abeilles sont repoussées par l'odeur du purin, éviter de traiter pendant la floraison
- Le purin ne laisse aucune trace, goût ou odeur sur les végétaux traités
- Stocker en bidons plastiques fermés hermétiquement à l'abri de la lumière et du gel dans des locaux frais.

En Phyto :

L'ortie est utilisée en gélules, en tisanes à partir de plante sèche.

En homéopathie :

Urtica urens contre toutes démangeaisons et urticaire et prostate et énurésie.

Rhus Toxicodendron contre l'herpès

Des pommades ou lotions.

1. Pharmacopée familiale

Préparations :

- suc : extraire le suc de la plante fraîche. Diluer dans l'eau. Consommer quotidiennement l'extrait de 100gr de plante fraîche. Pour anémie, décalcification, saignement de nez
- Sirop : verser 1L1/2 d'eau bouillante sur 250gr de feuilles fraîches, laisser infuser 12H, filtrer et faire dissoudre 500gr de sucre.
- Infusion de feuilles : verser 1L d'eau bouillante sur 50 à 100gr de feuilles et laisser infuser, filtrer. Pour arthrite, rhumatismes, diarrhées, angines (en gargarisme), affections de la peau (nettoyage des plaies avec l'infusion)
- Décoction de racines : 30 à 40gr de racines pour 1L d'eau, chauffer à feu doux et laisser bouillir 5 à 10min. contre la goutte.
- Les graines. Particulièrement riche, elles sont un stimulant efficace. En saupoudrer les salades, dans le pain. Elles peuvent également être germées.

Auparavant, les orties servaient pour le tissage des cordes solides, pour la teinture des tissus pour obtenir diverses variétés de jaune.

2. Le purin d'ortie.

Propriétés

- Fortifie et stimule la flore microbienne du sol et de la végétation (amélioration de la fonction chlorophyllienne)
- Bon activateur de compost, favorise la décomposition des matières organiques.
- Stimule la croissance des végétaux
- Renforce les défenses des plantes face aux maladies et aux invasions des parasites

COMPOSITION DU CER

Le Conseil d'Administration

Président : Didier Vin

Vice-présidente : Renée Vin-Berten

Secrétaire : Christine Samsoen

Comptable : Nathalie Winand

L'Assemblée Générale se compose des membres du CA et des personnes suivantes :

Agnès Goblet
Alice Grimonprez
Fabienne Bouche
Virginie Prick
Claire Delvigne
Pascale Denis
Catherine Chatton
Sylvie Degimbe

L'équipe qui assure les formations se compose de :

- Renée, Didier, Claire, Pascale, Sylvie et Christine qui sont les professeurs pour la formation de base et la formation professionnelle en réflexologie
- Didier, podologue, qui intervient aussi pour le cours sur les maladies des pieds et les chaussures.
- Tous interviennent dans la pratique.
- Virginie Prick, médecine traditionnelle chinoise, André Bitsas, aromathérapeute, constituent les compétences externes pour les enseignements spécialisés dans leurs domaines respectifs.
- Pour les relations internationales : Didier et Alice

A pieds joints...

est la publication officielle du CER. Elle paraît deux fois l'an, en juin et en décembre. Pour devenir membre adhérent au CER et ainsi la recevoir, il suffit de nous envoyer vos coordonnées précises (nom, prénom, adresse, téléphone et profession) par la poste ou par courrier électronique et de verser 30 € sur le compte 310-1185577-32 de l'association.

Vous recevrez également une carte de membre adhérent qui vous permettra de participer aux activités du CER. L'adhésion est toujours valable jusqu'au 31 décembre de l'année en cours.

Les vues et opinions exprimées dans ce bulletin ne sont pas nécessairement celles de l'éditeur. La responsabilité du contenu des articles revient entièrement à leurs auteurs.

Hormis notification contraire, la reproduction des articles originaux de ce bulletin est autorisée à condition que soient cités le nom de l'auteur et le nom, la date et le numéro du bulletin. Pour les articles reproduits ici, veuillez contacter la publication originale pour obtenir la permission.

Les articles, témoignages, résumés de séminaires,... sont les bienvenus. L'éditeur se réserve le droit de les publier.
Editeur responsable : Didier VIN
Rue Emile Banning, 105 à 1050 Bruxelles

Rédaction : Christine Samsoen

Avant de rentrer chez lui, il eut l'occasion de passer à la télévision en Suisse et en Autriche. Il donna plusieurs conférences et ateliers dans ces pays et aussi en Allemagne. Il a également enseigné sa méthode à des milliers de personnes aux États-Unis, Canada, Italie, Japon, Corée du Sud, Bolivie en Amérique du Sud et en Zambie et au Zimbabwe en Afrique.

Les efforts du Père Josef ont été reconnus lorsque l'ICR(International Conference of Reflexologists) lui décerna le prix humanitaire International en 1999 pour ses nombreuses années consacrées à promouvoir la réflexologie et à aider des milliers de personnes à retrouver la santé ou à recevoir une formation dans une profession de guérison qui est capable de subvenir à leurs besoins pour la vie. C'était en fait le second prix décerné à Fr. Josef par l'ICR. Le premier le fut en 1991 lorsque le Père Josef fut récompensé pour ses efforts fructueux pour retourner vers l'Asie, son patrimoine culturel d'utilisation de la réflexologie.

Le 20 décembre 1999, plus de 200 représentants de Taiwan et de toute l'Asie vinrent à la Conférence annuelle de l'Association de réflexologie de Taiwan pour célébrer le 60e anniversaire de naissance du Père Josef. Le Premier ministre Hsiao Wan Chang de la République de Taiwan, y a exprimé, dans son discours de vœux, sa « Gratitude et admiration pour le travail remarquable du Père Josef pour Taiwan et l'Extrême-Orient en si peu de temps. »

En 2010, le Père Josef reçut le prix "You bring charme to la Chine " à Pékin. Depuis les très humbles débuts pour s'aider lui-même à récupérer la santé, le travail du Père Josef en réflexologie a trouvé un champ d'application international.

Eugster, Fr. Josef & Dr. Eugene Cheng, Father Josef's New Foot Reflexology , Comax Publishing May 2007, and ICR Newsletter March 2009.

Voici une première sur les plantes sauvages et comestibles avec la reine parmi toutes

L'ortie. Dès le printemps prochain, profitez de toutes ses vertus.

3. Thérapeutique

Composition et principes actifs :

- Des provitamines A (caroténoïdes) 7x plus que la tomate
- Des vitamines, B1 (2x plus que la pomme de terre), B2 (10x plus que le radis ou la betterave), B5, C (6x plus que l'orange, l'ortie est le légume vert le plus riche en vit.C), E, de l'acide folique et de la vit.K, vit.PP (2x plus que la laitue)
- Des oligo-éléments : cuivre, fer (2x plus que l'épinard), soufre, magnésium (2x plus que le chou vert), zinc, manganèse, nickel, calcium (100x plus que la pomme), phosphore (2x plus que la carotte ou le brocoli), potassium (2x plus que la navet), sodium (autant que la pomme)
- Des acides organiques et aminés
- Des tanins, de l'histamine, de la choline, de l'acétylcholine.
- Des composés azotés naturels : sa richesse en protéines végétales est grande, elles représentent de 5 à 9% du poids frais de la plante. 2x plus que le soja.

Propriétés :

- La présence simultanée de vit. B2, B5, d'acide folique, de silice et de zinc permet de lutter contre les ongles cassants, la chute des cheveux et favorise leur repousse.
- Le traitement de l'acné est possible grâce à l'effet anti-inflammatoire du zinc qu'elle contient.
- Elle est dépurative, elle régénère le sang (dartres, eczéma, maladie de la peau)
- C'est un excellent fortifiant général, antianémique
- Son effet reminéralisant en fait un remède efficace contre l'arthrose, les rhumatismes et soulage les personnes dont les cartilages sont usés ;
- Elle stimule les fonctions digestives : lourdeur et crampes d'estomac.
- Elle aide au traitement du diabète.
- Elle est diurétique et astringente.
- Sa feuille est un bon antiasthénique, ce qui permet de lutter efficacement contre la fatigue, de régulariser le sommeil et de le rendre plus réparateur.
- Elle améliore l'attention intellectuelle et agit favorablement sur l'anxiété et la déprime.

Et Bien évidemment le commencement d'une nouvelle session de cours de base en septembre.

Nous compterons également de « nouvelles recrues » dans l'équipe à partir de janvier.

L'année est déjà chargée alors qu'elle n'a pas encore commencée et sera pleine de surprises nous l'espérons.

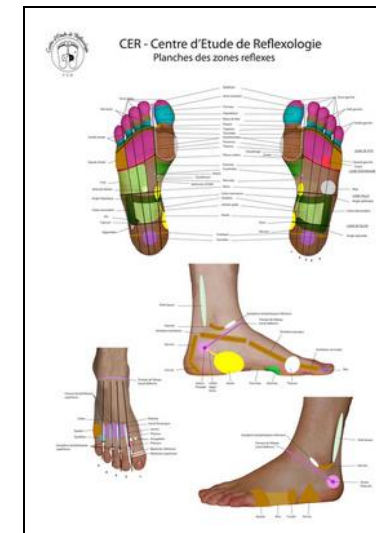
Bonne année 2015, que les orteils et les talons les plus variés garnissent vos mains comblées.

Didier
L'Homme Comblé

Avez-vous vu ? Nous avons changé de logo !



Session de base 2014



La planche du CER est en vente au prix de 20 €

CALENDRIER DES EVENEMENTS

Le lieu de nos formations est :

Notre Dame du Chant d'Oiseau, avenue des Franciscains 3 – 1150 Bruxelles

Formations B = base P = professionnelle S = spécialisation (ouvert à tous)

31.1. 2015 : P 9 Gastro - entérologie

1.2. 2015 : P 2 Urologie P 6 Dermatologie

7.2. 2015 : P 7 Le système pneumo – cardio – veineux

8.2. 2015 : **Échange pratique ouvert à tous les anciens et nouveaux du CER**

21 et 22.3. 2015 : S 2 Initiation à la médecine chinoise (ouvert à tous)

9.5. 2015 : S 5 Réflexologies palmaire (ouvert à tous)

10.5. 2015 : S 4 Les réflexologies

29.5. 2015 : S 1 Nutrition – diététique

30.5. 2015 : P 12 Être thérapeute P 13 Étude de cas

20 et 21.6. 2015 **L'énergie : priorité n°1 pour le thérapeute (ouvert à tous)**

26.09.2015 B1 : Introduction à la réflexologie.

27.09.2015 B2 : Le système urinaire - B11 : Notions de base : la cellule, les tissus

24.10.2015 B3 : Le système reproducteur.

25.10.2015 B4 : Le système endocrinien - B5 : La tête, système nerveux.

14.11.2015 B9 : Le système digestif.

15.11.2015 B6 : Le système respiratoire – B7 : Le système circulatoire

B8 : Le système lymphatique.

12.12.2015 B10 : Le système ostéo-articulaire

13.12.2014 B12 : Maladies du pied + chaussures - Séance complète et conclusion

CER

Centre d'Etude de Réflexologie ASBL

Rue Emile Banning, 105 - 1050 Bruxelles – Belgique

Tél. : +.32.(0)476 28 10 04

E-mail : cer.reflexologie@gmail.com

Site Web : <http://www.cer-reflexologie.be>

Notre Compte-courant : ING 310-1185577-32 IBAN : BE903101 1855 7732 BIC: BBRUBEBB

A pieds joints...



Numéro 33 Bulletin d'Information du CER - décembre 2014

IMPORTANT !!

COTISATION

2015

VOIR N° DE
COMPTE PAGE
24

RUBRIQUES

L'ortie p.3

L'énergie p. 8

Salon zen p.15

Arthrose p11

Père Josef p. 17

Calendrier p.24

EDITORIAL

Cher membre,

C'est avec un grand bonheur que, au nom du CER, je vous souhaite de bonnes fêtes de fin d'année 2014.

L'année se termine avec la fin de la formation de base qui a compté 22 participants dont 3 hommes. Ca faisait bien longtemps que la gente masculine n'avait pas envoyé de représentants.

Voilà qui est chose faite. Les inscriptions pour la formation ne sont pas encore terminées, mais nous comptons déjà une bonne 20aines d'inscription à ce jour, il reste donc encore quelques places.

En octobre dernier ont été diplômées 6 nouvelles Reflexologues de notre Ecole, vous trouverez dans l' « A pieds joints » une photo de la nouvelle promo. Félicitations à elles de la part de toute l'équipe. Nous leur souhaitons plein de rencontres et de belles expériences.

L'an 15 approche...

Une AG pour les membres du CER en janvier.

Un voyage de noces pour le Président et sa jeune mariée ;-)

Une formation extra-ordinaire sur l'Energie du Thérapeute donnée par Virginie Prick en mai

L'AG du RiEN (Reflexology in European Network) aura lieu à Dublin en fin mai prochain.

L'ICR (International Council of Reflexologists) organise sa conférence biannuelle en septembre prochain. Nous avons de la chance car celle si se déroulera pas si loin de chez nous (Londres). Je vous pousserai donc vivement à y aller, vu que c'est tous les 2 ans sur un continent différents.