



# Vous avez dit Shiatsu Yin et RAC ?

Par Alain Gesbert

## 🌀 Le Shiatsu Yin en bref

**Le Shiatsu Yin a une action importante sur le tissu conjonctif et tonifie l'énergie dans les méridiens.** Il permet à un praticien expérimenté de diriger l'énergie dans les méridiens d'acupuncture : le Shiatsu Yin assure ainsi une harmonisation énergétique, tout en libérant progressivement les tensions accumulées dans le corps. Outre l'action sur les méridiens, un praticien expérimenté peut également utiliser des techniques énergétiques d'Ostéopathie japonaises (qui font partie intégrante du Shiatsu Yin).

## 🌀 Une séance type de Shiatsu Yin

**Le Shiatsu Yin se pratique exclusivement par-dessus un vêtement souple.** Chaque séance est personnalisée **et résulte d'un bilan pertinent des méridiens d'acupuncture.**

Plus d'informations en allant sur le site : <http://www.alaingesbert.fr>

## 🌀 Shiatsu Yin et RAC

Il nous faut, maintenant, vous présenter, certes de façon rapide, le **Dr Paul Nogier**, introduire le **RAC** pour que vous ayez une idée précise de ce que l'on appelle l'**Auriculo-médecine**. Puis nous verrons quelques applications au **Shiatsu Yin**.

## 🌀 Un novateur

Le Dr **Paul Nogier** est né à Lyon en 1908. Il étudie la physique pendant trois ans à l'Ecole Centrale de Lyon puis la Médecine, l'Homéopathie, l'Acupuncture et les Manipulations vertébrales. Les Chinois connaissaient quelques points d'acupuncture sur l'oreille. Le Dr **Paul Nogier** re-découvre l'**auriculothérapie** en 1951 : sa cartographie de l'oreille fera le tour du monde. C'est en 1966 qu'il fait une nouvelle découverte avec ce que l'on appelle, aujourd'hui, le **RAC**.

Il met alors au point un ensemble de techniques dénommées aujourd'hui **Auriculo-médecine**.

## 🌀 Le RAC ?

L'**Auriculo-médecine** nécessite l'utilisation d'un pouls spécifique. Le Dr **Paul Nogier** pratiquait régulièrement les pouls chinois en acupuncture. Par inadvertance, il fait une découverte importante. Tout en prenant les pouls chinois, il touche l'oreille d'un patient et ressent alors l'affaiblissement du pouls. Quand il enlève la main de l'oreille, le pouls redevient normal. Il constate, suivant les personnes, qu'une pression légère sur l'oreille va induire une « diminution ou une augmentation » du pouls radial. En fait, le rythme cardiaque ne varie pas, mais on ressent que le pouls radial devient plus « fort ». C'est le début d'une suite fructueuse de recherches et d'expérimentations.





Dans un premier temps, il appelle cette modification du pouls le Réflexe Auriculo Cardiaque (**R.A.C.**) pensant, à tort (ce qu'il reconnaitra lui-même), qu'il y avait un rapport avec une réaction au niveau du cœur. Ses élèves parlent souvent du **pouls Nogier**. Cette modification du pouls peut intervenir à la suite de stimulations très différentes. En effet, le docteur **Nogier** constate que le **RAC** (ou le **VAS**) peut être déclenché par la pression, la lumière, les couleurs, l'approche d'un aliment, etc. Le phénomène du RAC (ou VAS) reflète, en fait, la réaction du système nerveux central à toute stimulation de l'oreille ou du corps. Le docteur **Nogier** met, entre autre, au point des appareils qui émettent des lumières pulsées à des fréquences variables.

En étant à l'écoute du **pouls Nogier (RAC)**, le praticien trouve les points d'acupuncture à traiter au niveau de l'oreille ; il les traite et le pouls lui indique également quand terminer le traitement et si le point a été complètement traité.

## 🌀 L'Auriculo-médecine

L'**Auriculo-médecine** permet de détecter et de traiter les points d'acupuncture au niveau de l'oreille tout en utilisant le **RAC** du docteur **Paul Nogier**. L'**Auriculo-médecine** étant un ensemble de techniques, on lui a préféré d'autres noms. Les thérapeutes utilisent des termes comme :

- l'**Auriculo-Somatologie** (Dr René Bourdiol),
- l'**Auriculo-Pulsologie**,
- la **Pulsologie Bio-physique** (Dr Jean-Paul Toureng),
- la **Photoperception Cutanée** (Le praticien utilise, entre autre, la lumière blanche et des filtres colorés).

Le diagnostic médical, l'utilisation des aiguilles, le choix de médicaments en utilisant le **RAC** sont bien sûr réservés aux seuls médecins pratiquant l'auriculo-médecine.

## 🌀 Quelques applications du RAC avec le Shiatsu Yin

Afin de comprendre globalement notre méthodologie de travail, nous expliciterons le principe de base et quelques applications :

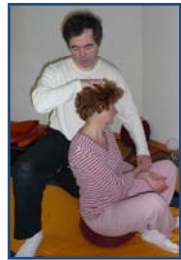
### 1) Principe de base retenu

Il est important de comprendre que les points d'acupuncture au niveau des oreilles sont différents des autres points d'acupuncture : ils sont plus en relation avec une information que l'on va transmettre au cerveau lors du traitement ; ils ne se manifestent qu'en cas de maladie, contrairement aux points classiques d'acupuncture.

En effet, au niveau du corps, le réseau de méridiens (et les points d'acupuncture) existe en permanence. Alors qu'au niveau des oreilles, les points n'apparaissent que s'il y a, par exemple, un problème à l'épaule, une sciatique, etc.

On peut, bien sûr, c'est ce que nous faisons d'ailleurs, utiliser les deux approches (méridiens d'acupuncture et acupuncture auriculaire). En effet, en traitant **spécifiquement** l'oreille avec le **RAC** du docteur **Nogier**, puis en faisant un **Shiatsu Yin** permettant de débloquent corporellement la zone concernée (tout en enclenchant le





parasympathique), nous agissons à la fois sur **l'information au niveau du cerveau** (points auriculaires) et sur **l'énergie dans les méridiens** (Shiatsu Yin).

Ce travail se fait en douceur tout en respectant le corps et le tissu conjonctif.

Nous agissons à la fois sur le symptôme et sur la cause qui s'y cache.

Ce qui nous paraît essentiel dans cette approche, c'est le choix des points d'acupuncture. En effet, c'est le corps du patient et le RAC qui permettent d'agir de façon personnalisée sur les points actifs.

## 2) Quelques applications

### a) Douleurs du dos / Travail spécifique au niveau d'une zone

Avec le RAC on cherche et on traite de façon spécifique les points à traiter au niveau de l'oreille (les points peuvent concerner les pieds, le bassin, l'épaule, etc.). Puis on « traite » le corps en utilisant les ressources du **Shiatsu Yin**. L'utilisation des points d'acupuncture auriculaire de façon personnalisée associée à un travail corporel doux permet d'aider une personne même si elle est en crise.

### b) Douleurs du dos / Sans utiliser l'Auriculo-Pulsologie

Le docteur Paul **Nogier** s'est formé aux techniques de manipulations vertébrales et a créé une approche nouvelle. L'idée de base consiste à prendre un genou et avec l'autre main le pouls Nogier au poignet (cf. Photo). En déplaçant la jambe, le pouls Nogier permet de trouver la meilleure position pour faire une manipulation qui va débloquent le dos.



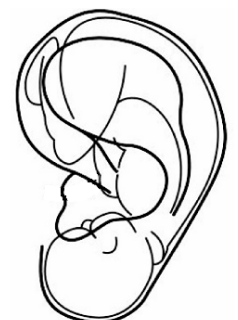
En nous basant sur cette méthode originale et sur notre expérience, nous avons développé une méthodologie spécifique (utilisant le **pouls Nogier et certains méridiens extraordinaires**) permettant de débloquent en douceur le bas du dos, les cervicales, les épaules, tout en y associant le toucher du **Shiatsu Yin**...

### c) réduction des Allergies

Un travail spécifique et personnalisé est réalisé en utilisant, en synergie, à la fois les oreilles et un Shiatsu au niveau du dos (points Shu d'acupuncture en relation avec les organes et également le passé). Chaque personne est différente mais nous sommes assez « surpris » des bons résultats obtenus avec cette approche.

### 🕒 En guise de conclusion

En associant les nombreuses possibilités du **pouls Nogier (RAC)** et les ressources de l'ostéopathie japonaise associée au **Shiatsu Yin**, nous



obtenons de meilleurs résultats, beaucoup plus stables dans le temps pour les problèmes posturologiques comme douleurs d'épaules, du dos, les sciatiques.



**A propos de l'auteur**

**Alain Gesbert**

*Né en 1956, ingénieur CNAM en électronique, s'est reconverti en créant un cabinet de Shiatsu Yin et d'Auriculo-Pulsologie. Formé à l'école du docteur Paul Nogier, il continue de faire des recherches en Pulsologie Bio-physique et en Shiatsu Yin.*

**Bien être - être Bien**  
**Séances individuelles et personnalisées**  
**( 1 heure et 1 Heure 30)**  
**sur R.D.V.**

- ▶ **Harmonisation des méridiens avec le Shiatsu Yin**
  - 🌀 **Shiatsu Préventif et d'anti-stress,**
  - 🌀 **Shiatsu de Revitalisation et de Remise en forme.**
- ▶ **Rééquilibrage corporel**
  - 🌀 **Shiatsu Yin spécifique sans manipulation des vertèbres et en utilisant le pouls du docteur Nogier**
- ▶ **Auriculo-Pulsologie / Acupuncture Fréquentielle**  
**Acupuncture auriculaire sans aiguille**
  - 🌀 **Séance sur un thème spécifique :**  
**Réduire les allergies, sevrage du tabac, gestion du stress, prévention du dos, rééquilibrage du sommeil.**
- ▶ **Relaxation par la voix et Enfant Intérieur**
- ▶ **Cours de Qi Gong en petits groupes**
- ▶ **Cours pour les thérapeutes en petits groupes**

