



# MASSAGE ET NEURO-TRAINING







## Table des matières

Introduction.....	5
I. Les massages à la lecture du Neuro-Training.....	7
1. Mes pas vers le Neuro-Training.....	7
Ma sensibilité de départ .....	7
Le choix de la formation.....	8
2. Base du Neuro-Training .....	9
3. L'interprétation des massages en 4D.....	10
La dimension physique .....	10
La dimension mentale.....	11
La dimension émotionnelle .....	13
La dimension énergétique.....	15
II. Comment aller plus loin avec le Neuro-training.....	17
1. Les points de vigilance .....	17
Une éthique et déontologie nécessaire.....	17
Un plan d'action pertinent .....	18
2. L'accès à d'autres ressources avec le NT .....	19
Conclusion.....	21
Annexe.....	23





## Introduction

Tel Monsieur Jourdain<sup>1</sup> pratiquant la prose sans le savoir, j'ai découvert que j'exerçais des massages holistiques sans en avoir ni la théorie, ni une pratique structurée. J'entends par holistique une approche de la personne dans sa globalité, à savoir dans ses dimensions physique, mentale, émotionnelle et énergétique.

Après les nombreuses rencontres multiculturelles dans ce domaine, professionnaliser ma pratique du massage s'est doucement instaurée en moi.

J'ai alors voulu comprendre ce que je faisais inconsciemment auprès de mes consultants pour leur apporter autant de bien-être et de changements mesurables. Donner du sens me permettrait de structurer une réelle séance professionnelle et travailler en conscience avec le client.

Le neuro-training, de par sa richesse et ses multiples facettes, m'a permis de mettre de la clarté sur ce soin intuitif.

Dans un premier temps, nous verrons comment le Neuro-training m'a permis d'analyser ma pratique des massages. Et dans un second temps je détaillerai les aspects qui permettraient d'aller encore plus loin.

---

<sup>1</sup> Le Bourgeois Gentilhomme Acte II scène IV, Molière, 1670





## I. Les massages à la lecture du Neuro-Training

Je ne sais définir ce que je faisais durant les temps de massage intuitif. Mes mains me guidaient, des paroles me venaient, je laissais complètement cours à mon intuition. Le soin paraissait toujours intense pour la personne qui le recevait et elle en ressortait transformée. Derrière chaque séance les personnes me rappelaient pour me remercier et en partager les répercussions dans leur quotidien.

Je vais exposer dans cette première partie comment le Neuro-Training a permis un éclairage nouveau dans ma pratique des massages.

### 1. Mes pas vers le Neuro-Training

#### Ma sensibilité de départ

##### Des croyances sur le lien corps/esprit

J'ai toujours été fascinée par l'interaction entre le corps et l'esprit, et la manière dont ils s'influencent l'un l'autre en permanence. A 18 ans je voulais d'ailleurs exercer le métier de psychomotricienne.

Exemples d'influence du corps sur l'esprit :

Les psychomotriciens connaissent bien ce précepte puisqu'ils utilisent le jeu physique pour soigner les troubles psychiques.

Dans un autre contexte, on peut simplement noter comment en se redressant, et en adoptant une « posture de gagnant », on peut modifier son propre état mental et ainsi se transcender.

Egalement, l'adoption d'un personnage qui transcende son auteur a été utilisée par beaucoup d'artistes, dont Mathieu Chedid, qui a su transformer son physique pour avoir la force de monter sur scène et ainsi partager son talent.

Exemple d'influence de l'esprit sur le corps :

Alors que je découvrais l'apnée, le coach m'a demandé d'aller sous l'eau en me faisant croire que je ne resterais que 2 minutes immergée. En confiance, j'ai suivi ses instructions qui m'ont en réalité conduite à une immersion de 5 minutes et 15 secondes ! Comment cela est-il possible ? Ma perception du temps, alors falsifiée, a transformé mes capacités physiques. Alors que 1 minute sous l'eau peut parfois me paraître insurmontable, j'ai pu pousser sans aucune difficulté mon record à 6 minutes et 15 secondes il y a deux ans. Ces performances sont loin de dépendre uniquement de mes capacités physiques.

Convaincue de cette influence corps/esprit - esprit/corps, je l'utilisais naturellement durant mes massages. Selon mes croyances nous pouvons détendre l'esprit par manipulation corporelle, et détendre le corps par manipulation cérébrale. Le neuro-feedback<sup>2</sup> est un concept à explorer et peut être un outil à utiliser à bon escient dans sa vie quotidienne.

---

<sup>2</sup> Neuro-feedback : Retour d'informations via les neurones.



### Un intérêt pour le travail corporel

Le toucher est un besoin primaire de tout être vivant. Maslow met à la base de sa pyramide des besoins la sexualité et l'élimination. Le toucher contribue fortement à ses deux besoins physiologiques. Parmi les besoins fondamentaux de Manfred Max-Need on retrouve l'affection. Et selon Marshall B. Rosenberg, le toucher fait partie des besoins de nourriture physique. Le toucher est présent dans tout milieu social, il est essentiel de la conception d'un être jusqu'à sa mort. On note que l'on retrouve différents types de massages selon les cultures, mais sa présence est universelle et intemporelle. On en trouve déjà la trace au Vème siècle avant Jésus Christ dans un des traités d'Hippocrate, père de la médecine :

*« Le médecin a besoin d'avoir l'expérience en beaucoup de choses, et en particulier du massage: le massage peut consolider une articulation distendue, et détendre une articulation trop raide. »*

Aux Etats Unis, les premiers instituts de recherche pluridisciplinaires ont apporté des preuves scientifiques des effets du toucher que ce soit sur l'enfant prématuré, la personne âgée, ou dans le cas de certaines maladies (respiratoires, lymphatiques, musculaires, cardio-vasculaires...).

Notre peau est couverte de récepteurs neurosensoriels qui reçoivent les stimuli de température, de pression, de douleur ou de plaisir, d'informations du milieu dans lequel on baigne,... Ces signaux sont transmis, via les nerfs sensoriels, à la colonne vertébrale et au cerveau où ces sensations sont interprétées. Ainsi notre peau peut transmettre un certain nombre d'informations de l'extérieur vers l'intérieur.

La peau est également l'expression du vécu intérieur. Un simple exemple est la « chair de poule » lors de frayeurs. Elle va donc également transmettre des informations de l'intérieur vers l'extérieur.

La peau est donc un outil de communication entre le monde extérieur et le monde intérieur d'une personne. Nous pouvons alors considérer utiliser le toucher comme « messenger » entre ces deux mondes.

### Le choix de la formation

J'ai découvert dans un premier temps la kinésiologie. Il m'a semblé fabuleux que l'on puisse « parler avec le corps ». Qu'est-ce que le corps a à nous dire ? Pouvons-nous vraiment utiliser la « mémoire cellulaire » pour déceler ce qu'il se passe à l'intérieur de nous et nous libérer de nos cercles vicieux, maladies, tensions, ... ?

Lors de conversations, une kinésiologue m'a alors parlé de José Chouraqui. C'est avec lui que j'ai découvert ce que l'on nommait avant la « kinésiologie avancée ».

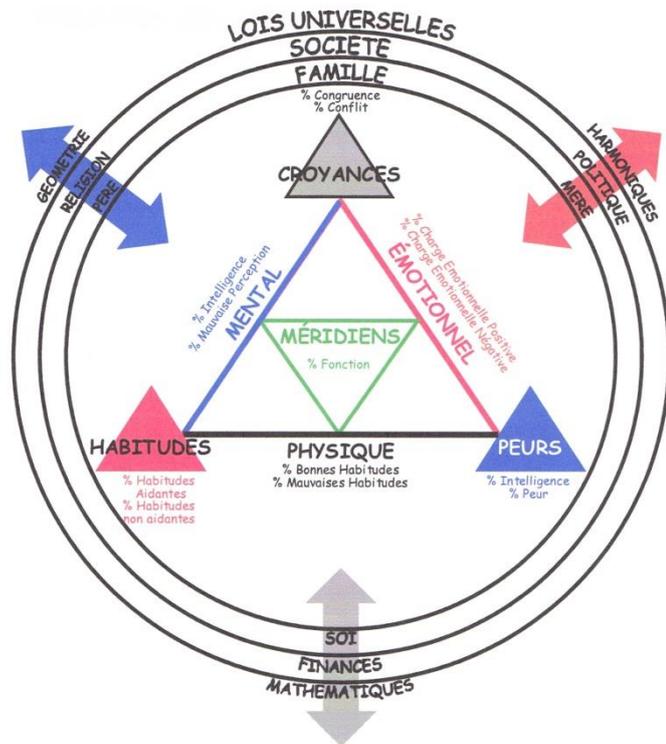
Le Neuro-training (NT) est basé sur la relation entre le corps et le cerveau, et c'est cela qui m'a particulièrement attirée.

En neuro-training la communication entre le mental et le physique est régulée par la première cervicale (C1). Cet atlas doit être libre pour permettre un ajustement constant à tous défis de la vie. Le rôle du neuro-entraîneur est de libérer cette C1 afin de permettre à la personne d'être sur sa ligne de naturel.

L'autre point qui m'intéressait était la manière dont un neuro-entraîneur lit le corps. En effet une séance de NT inclut une lecture entière du corps : des fascias (pieds) à la C1 (tête) en passant par les segments (tronc). Durant la séance nous touchons des points précis du corps qui vont nous permettre de décrypter ce qu'il a à nous dire. Le NT va s'appuyer en l'occurrence sur des points d'acupuncture de la médecine chinoise.

Et enfin, autre point essentiel, où je voulais vraiment comprendre comment cela marche: « Trouver la racine du problème ». Trouver la cause des maux et donc ses solutions. En effet, si vous vous référez au site internet du Neuro-training<sup>3</sup>, vous verrez qu'une des clefs majeure est « l'identification du contexte d'origine ».

## 2. Base du Neuro-Training



Selon le NT, notre réalité est conditionnée par notre génétique, nos états profonds, notre énergétique et notre espace/temps.

Quelle que soit la dimension universelle dans laquelle on travaillera, on cherchera toujours quel est le contexte prioritaire à étudier. Les 4 contextes de bases sont : physique, mental, émotionnel, méridiens.

Ensuite, grâce au test musculaire, et la communication verbale avec le client, on peut « fouiller » un peu plus loin et explorer profondément la racine du problème.

Le Modèle des principes universels (MPU) ci-contre montre les relations entre divers contextes. Le déséquilibre d'un contexte impactant les autres contextes, le NT appuie sur l'importance de garder une harmonie entre ces derniers, afin d'avoir une vie saine et se maintenir en santé.

Les massages intuitifs que je proposais s'appuyaient en définitif sur les 4 contextes de base étudié en Neuro-Training.

Je vais maintenant exposer de quelle manière j'abordais ces quatre dimensions durant mes séances de massage.

<sup>3</sup> [www.neuro-training.fr](http://www.neuro-training.fr)

### 3. L'interprétation des massages en 4D

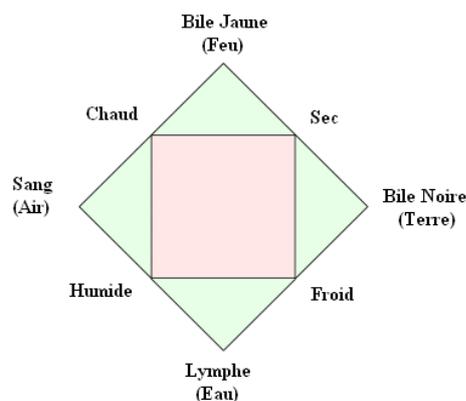
Voyons comment j'intégrais les dimensions physique, mentale, émotionnelle et énergétique à mes messages intuitifs.

#### La dimension physique

Physiquement, le massage aide à la circulation sanguine, à déverrouiller les articulations, relâcher les muscles, détendre les viscères... mais aussi et particulièrement à faire circuler la lymphe. Je pourrais développer tous les aspects physiques sur lesquels le massage agit, mais je préfère porter attention à un point essentiel étudié en neuro-training : la lymphe.

La lymphe est un des fluides vital du corps. Elle permet principalement de récupérer les déchets du corps pour les évacuer. Elle contient des globules blancs, essentiels au fonctionnement du système immunitaire et à la cicatrisation. Elle a également un rôle dans le transport de nutriments, notamment des lipides.

La lymphe est depuis longtemps considérée comme cruciale. Les grecs la surnommaient « le sang blanc », et on la retrouve aussi dans la théorie des humeurs de la médecine antique (représentée sur le schéma ci-contre).



La difficulté de la lymphe est qu'elle ne circule pas toute seule. Elle n'a pas de pompe, tel le cœur pour le sang, qui permette de la propulser. Ainsi la santé de notre lymphe, et donc de notre corps, dépend principalement de nos mouvements, de notre respiration, et de notre alimentation. Les laitages, sucres et farineux englueraient le système lymphatique et ne lui permettraient pas de circuler correctement. Le massage est un outil précieux dans ce monde où l'on se sédentarise de plus en plus. Ajoutant des exercices respiratoires à mon toucher, je permettrais au consultant de drainer et épurer son corps. J'encourage le mouvement interne, donc l'efficacité de la lymphe, ce qui amènerait le receveur vers une « eau nette » intérieure.

En neuro-training, l'eau est liée au courage d'être soi. Si l'eau du corps est propre, cela permet d'être « au clair » avec soi. Cette limpidité nous rend adaptatif dans notre monde intérieur et avec l'extérieur. La fluidité dans le corps aurait un impact direct avec la fluidité dans notre vie.

Nous avons également étudié en neuro-training que la lymphe est liée au processus de récupération. Récupérer c'est pouvoir guérir, donc être soi, et alors pouvoir exprimer son potentiel. Une lymphe claire permettrait le mouvement : aller vers ce qui nous correspond, ou attirer à soi ce que l'on aimerait.

Si l'on intègre cette vision du neuro-training au massage, alors mon travail physique sur la personne participerait à son expansion globale. Grâce à mes nouvelles connaissances acquises en neuro-training, je pourrai aujourd'hui rajouter le protocole du « système inné lymphatique » durant mes séances (Cf. Stage Systèmes innés). Je pourrai également introduire les « mouvements crâniens de base » vus dans récupération physique 2. Le mouvement crânien, ou mouvement respiratoire primaire, aurait des conséquences sur tout le reste du corps et sur la psyché. Rendre la motilité aux os du crâne, c'est redonner un rythme naturel au corps et donc à



la personne. Ce travail aura également des répercussions sur le fonctionnement des intestins et du sacrum.

### La dimension mentale

#### L'impact hypnotique du professionnel sur le consultant

Le neuro-training m'a permis de me rendre compte de tous les aspects hypnotiques de notre vie : l'influence des couleurs, des odeurs, des voix, des objets, des personnes...

Je prends conscience aujourd'hui à quel point l'image que je dégageais influençait considérablement mes massages.

Être massé par une étrangère a immédiatement un effet inconscient sur le receveur qui rentre dans un fantasme ou une illusion. En France, recevoir un massage shiatsu par un japonais n'aura pas la même répercussion que recevoir un massage shiatsu par un français. Le receveur se met dans une dimension de confiance et d'accueil complètement différente. La présupposition impacte la capacité du receveur à rentrer dans l'expérience, ainsi que sa faculté à « lâcher prise ».

Les personnes ont des à priori sur les français : « the french kiss », notre tact pour la mode vestimentaire, notre qualité de cuisine, notre langage poli et soutenu... Les massés non français vont alors, à tort ou à raison, me mettre dans une case de « délicate », « sensible », « apporte un plus », « compétente ». Mes origines impactent la personne avant même que je ne la touche.

Mes histoires de vie ont également une répercussion directe sur le massé. Un parcours atypique fait souvent fantasmer : j'ai vécu à l'étranger et donc vibre quelque chose d'exotique ; je ne ressens pas le besoin de me maquiller et donc brise certains schémas sociétaux ; mes activités peu communes comme l'apnée, les bolas enflammées, l'acro-yoga, la danse contact, la nage avec les requins, les randonnées durant des semaines, le jeûne, la slackline, le neuro-training... font rêver car sortent de l'ordinaire.

Je dégage l'image du « tout est possible ». J'impacte leurs croyances et leur permets de sortir de leur réalité. Finalement j'incarnerais presque quelque chose de « magique » qui pourrait donc les délivrer de tous leurs maux.

*« Quand on croit quelque chose sur soi, que ce soit en positif ou en négatif on se comporte d'une manière qui reflète cette chose. On la démontre aux autres en permanence, et même si c'était à l'origine une création de l'esprit, cela devient la réalité pour les autres, puis pour soi. »<sup>4</sup>*

J'ai découvert également d'autres sortes d'impacts hypnotiques considérables dans le cadre professionnel : le client référerait d'office une qualité de service, pour des choses qui ne le sont peut-être pas, à la blouse blanche (expérience de Milgram), des mois d'attente pour prendre rendez-vous, le prix des consultations,...

Ces « effets illusoire » amènent le consultant à une « disposition mentale » pour se soigner.

Maintenant que j'ai conscientisé certains phénomènes hypnotiques, je peux envisager d'intégrer les outils transmis dans mental optimum 1 et 2 à mes séances de massage.

---

<sup>4</sup> L'Homme qui voulait être heureux, Laurent Gounelle, 2008

### Le conditionnement avant la séance

En début de séance je donnais du choix au client : le style de plaid qu'il veut, s'installer comment il le veut en lui disant que je m'adapterais à sa position, choix de l'huile de massage... Je proposais qu'il n'y ait pas de musique afin que la personne puisse se concentrer sur elle-même, soit à l'écoute de son corps, de son ressenti, ses sensations, perceptions, idées, images.

Cette entrée en matière leur permettait d'être entièrement à l'écoute de leurs propres envies. Un cocon qui permet d'être avec soi-même. Un accueil inconditionnel gratifiant. Cela les mettait dans une dimension de choix, d'expression d'eux-mêmes, permettant de se valoriser, et donc d'être dans leur pouvoir personnel.

La personne est alors conditionnée pour prendre soin d'elle, accueillir l'expérience du massage, aller plus loin dans l'observation d'elle-même, s'impliquer pendant la séance (ne pas être seulement un receveur), se responsabiliser dans son affirmation.

Le but du neuro-training est de redonner du choix au consultant, de le libérer de ce qui l'empêche de se manifester, de lui permettre d'être aligné avec lui-même, et d'exprimer ses valeurs.

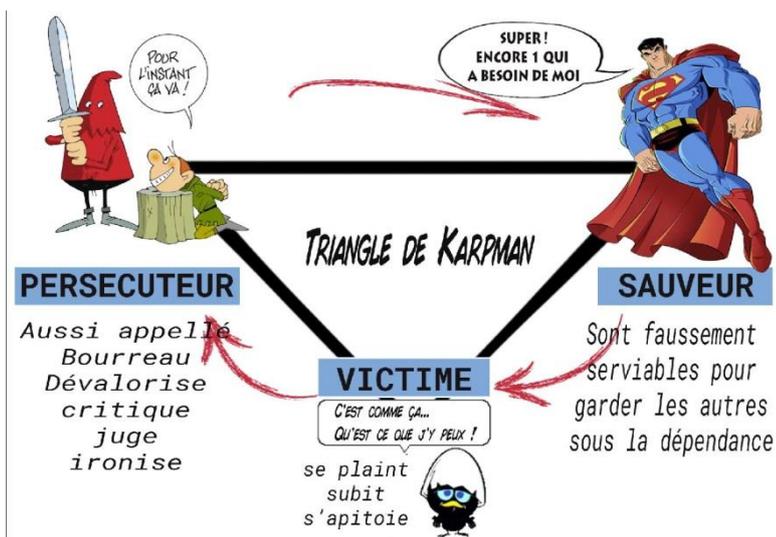
Selon le NT, le bien-être et la santé d'une personne dépendent de l'expression de son Shen. Ainsi mon approche du massage était déjà fortement liée à celle du Neuro-training.

### Le mental dans le massage

Le toucher donne conscience de la matière de son corps, conscience de son incarnation, conscience de soi-même. Il peut permettre de faire un « état des lieux » : Où en suis-je dans mon corps ? Où en suis-je dans ma tête ? Le massage devient alors un instrument pour parler avec soi-même. Le masseur n'est qu'un intermédiaire qui permet au client de se relier et communiquer avec lui-même.

La première personne à savoir ce dont vous avez besoin est vous-même... Comment vous combler? Comment être heureux ? Ecoutez-vous... Vous aurez toutes les réponses à l'instant où vous vous donnerez l'espace-temps de les accueillir. Cette proposition mentale va permettre à la personne de s'autoriser à recevoir les informations et ressources dont elle a besoin.

Le consultant devient alors son propre sauveur. Il n'y a ni victime, ni persécuteur, ni bourreau. Cet aspect du triangle de Karpman (Cf. schéma ci-contre) a été largement étudié durant le stage NT de « comportements compulsifs infusés ». Mon idée du massage, telle le neuro-training, est d'accompagner le consultant à sortir de cette éventuelle spirale pour qu'il retrouve son pouvoir, et trouve les solutions qui lui conviennent personnellement et lui semblent justes.



La stimulation cérébrale durant un travail corporel va amener la personne à s'investir, et ne plus simplement être un receveur.

Le mental dans le massage peut être utilisé pour orienter la personne à trouver les solutions à ses problématiques diverses, et peut également être utilisé pour détendre le corps.

Me basant sur des expériences personnelles, j'incitais durant mes massages la libération de sons et la visualisation pour libérer les tensions corporelles et psychiques du consultant.

Telle qu'utilisée par les sophrologues, l'imagination va avoir un effet direct sur le corps. Le neuro-training nous explique que le cerveau ne sait pas faire la différence entre l'imaginaire et le réel. Ainsi, créer une illusion de libération, va s'avérer réelle si le patient y croit. De même, demander à la personne de visualiser les endroits massés, va produire par effet miroir un réel massage intérieur, et donc un double effet.

La stimulation de la psyché va engendrer des répercussions flagrantes sur le physique. Cette approche permet un résultat bien plus intense.

Le neuro-training m'apporte aujourd'hui de nouveaux outils à introduire durant le massage : modes oculaires, respiration connectée, Meilleure Option Neurologique (MON) crânienne, ...

L'inverse semble tout aussi vrai : un massage du corps va générer un massage au cerveau.

Le massage permettrait au cerveau de sécréter de nombreuses hormones bénéfiques à la personne : dopamine, ocytocine, endorphine, sérotonine,...

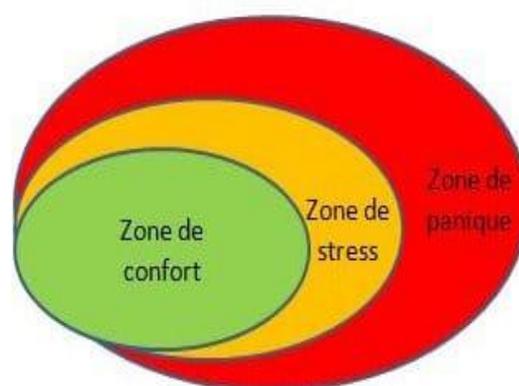
S'accorder ce temps de soin va permettre ensuite d'avoir un temps productif, tel un sportif en phase de repos avant sa performance. Le massage améliore indirectement la vigilance et l'attention.

### La dimension émotionnelle

#### Le toucher influe sur les émotions

La philosophie impliquée dans mes massages est que la libération des tensions corporelles entrainerait des libérations émotionnelles, et les libérations émotionnelles des libérations corporelles.

Certains apprécient le toucher, d'autres le fuient, mais personne n'en reste indifférent. Nous avons chacun individuellement une zone de confort de l'approche physique plus ou moins élargie. Dans la culture chinoise nous pouvons observer les personnes se tenir très près les unes des autres sans en être dérangées. En Norvège, les personnes vont plutôt se tenir à un mètre les unes des autres pour communiquer. Elles ne se sentent pas à l'aise rapprochées. La proximité physique déclenche automatiquement des réactions émotionnelles conscientes et inconscientes.





Le mot « toucher » révèle une dimension émotionnelle dans la langue française. Ne dit-on pas « ce poème me touche » ? Ici on ne parle plus du toucher extérieur, mais bien du toucher intérieur qui met tous les sens en éveil.

Les « freehugs » se sont développés en 2004. Ce mouvement de « câlins gratuits » s'est propagé dans le monde entier s'appuyant sur le fait que nous avons tous besoin de tendresse. Les étreintes auraient un impact direct sur nos émotions et notre physiologie : elles diminueraient l'angoisse, amélioreraient le système immunitaire, renforceraient l'estime de soi.

Le massage aurait des effets similaires aux câlins. A la suite d'une séance, les hormones anti-stress diminueraient et les lymphocytes T augmenteraient.

### Le travail émotionnel

Observer les réactions du corps durant un massage permet de lire les signes inconscients : Qu'est-ce que le corps a à nous dire ?

Je partageais simplement avec la personne ce que j'observais dans ses réactions corporelles. Parfois elle pouvait les noter d'elle-même.

Ensuite, je lui proposais de nommer ses ressentis et écouter le sens profond des informations de son corps. Selon sa sensibilité elle avait alors accès à des messages ou réponses intérieures.

Ce massage est un moyen pour s'accueillir, se comprendre, et se libérer. J'encourageais la bienveillance, l'amour et la compassion envers soi-même durant les temps d'échange.

Cet espace/temps de connexion à soi permet de conscientiser puis de relâcher des émotions enfouies. L'expression de ses émotions va permettre de soulager la personne. Comme nous l'avons vu en neuro-training, la répression des émotions amènerait à des refoulements, sources de maux physiques. Ainsi la libération émotionnelle induite pendant les massages va dans le sens de la régénérescence de la personne.

Si le moment était approprié, je proposais au massé d'inspirer quelque chose qui lui fasse du bien, et de le placer à l'endroit où l'on venait de travailler. Je lui suggérais éventuellement des émotions nourrissantes à mettre dans son corps. Ceci permettait à la personne d'être dans une sensation de plénitude émotionnelle et physique.

Note : cette dernière action rappelle le protocole du Moi Négatif (Cf. Mental Optimum 1), où après avoir libéré la personne de son saboteur on trouve l'émotion positive de remplacement.

Grâce aux connaissances acquises en neuro-training, je vais pouvoir proposer différentes émotions, valeurs, comportements, messages inconscients,... associés à l'endroit réactif massé. Les méridiens et leurs muscles, la main sur le nombril liée à l'influence, la zone du Haras, les chakras,... sont autant d'instruments pouvant être intégrés aux massages.

Comme nouveaux dispositifs de libération émotionnelle, je pourrais utiliser les systèmes innés (Neuro-lymphatiques, Neuro-vasculaires), les schémas de fonctions cérébrales, les huiles essentielles, et pourquoi pas le protocole du Soi essentiel : « Même si je... je m'aime, je m'accepte et me respecte complètement et profondément » en stimulant les points d'équilibration.

## La dimension énergétique

### L'interaction entre le masseur et le massé

Nous avons tous « pris le jus » en faisant la bise à quelqu'un. L'électricité statique est omniprésente. Elle est due à un transfert d'électrons entre deux surfaces. Notre corps est en perpétuelle adaptation électrostatique en fonction des éléments avec lesquels il interagit. Nous sommes en interaction constante les uns avec les autres, à différentes échelles, et plus ou moins grande distance.

Quand un masseur interagit avec un massé il y a énormément d'éléments, pour la plupart encore non prouvés scientifiquement par la médecine occidentale, qui se mettent en place.

Le neuro-training aborde toute une panoplie d'éléments de la médecine traditionnelle chinoise qui permettrait d'expliquer des résultats de différents touchés intuitifs que j'ai pu pratiquer. En effet, guidée par mon ressenti, je m'arrêtais parfois sur des zones en variant mes pressions. Par le neuro-training et le shiatsu j'ai pu découvrir les méridiens suivis, les points du haras touchés, les points d'acupuncture sollicités,... mais aussi les stimulations utilisées et leurs différents impacts: points tenus, vibration, palpation, polarisation... qui attireraient, repousseraient, ou changeraient l'énergie.

*« The meridians are a complex matrix of circuits, which provide energy through the body and connect us to the universe that we are all a part of. Because emotions are **energy in motion**, blockages within the acupuncture meridians occur when we are in a state of subconscious disconnection ».*

La validité de ces techniques est discutable, mais avons-nous vraiment besoin de preuves scientifiquement reconnues ? Si nous observons des résultats notables, bénéfiques et non néfastes pour les receveurs, alors la technique prend toute sa place dans la société.



Des choses se passeraient à divers niveaux, non compréhensibles pour le moment. Il est essentiel de pouvoir se déconnecter de la logique cartésienne pour laisser le soin se faire autrement. Prenons l'exemple d'Amma qui soignerait par l'amour et la compassion. Cette figure spirituelle indoue fait des tournées mondiales pour enlacer quiconque vient à elle. Elle est aujourd'hui connue pour soigner via cette méthode non conventionnelle d'étreintes.

Nous n'avons, pour le moment, pas les clefs pour prouver comment certains soins marchent. A l'époque nous pensions que faire du feu relevait de la magie... et nous n'imaginions même pas pouvoir communiquer avec l'autre bout du monde. Laissons à l'incompréhensible la place de s'exprimer.

*« What is now proved was once imagined » William Blake.*

---

<sup>5</sup> Dr Darren R Weissman - The power of infinite love and gratitude.



L'irrationnel et le mystique ont parfois des impacts bien plus importants que la raison. Nous avons tous cru au père Noël, et que nos parents étaient des supers héros, ... Adulte nous restons des personnes qui ont envie de croire au beau, et de rêver que tout est possible. « *Le rêve est la preuve qu'imaginer, rêver ce qui n'a pas été, est l'un des plus profonds besoins de l'Homme<sup>6</sup>* ».

Ainsi, aux sceptiques du travail énergétique, je répondrais que s'autoriser à expérimenter l'inconnu, c'est s'ouvrir au domaine des possibles. Un état d'esprit qui permet de se donner les moyens d'évoluer.

L'intention du praticien et l'envie du consultant créent la synergie de guérison.

### Horizontal / vertical - La répercussion dans la vie sociale du massé

Comme expliqué en neuro-training, le vertical influence l'horizontal. Ainsi, l'énergie que l'on porte en soi influence notre interaction avec l'extérieur.

On remarque tous de quelle manière on peut prendre certaines choses avec légèreté quand on se sent bien, ou avec susceptibilité quand le moral n'est pas là.

Le bien être entraîne le lâcher prise et une vision claire et ouverte sur le monde. Dans le calme on devient plus tolérant, tout paraît plus simple et limpide. La joie donne souvent envie de se mêler aux autres et de propager cet état.

Par exemple, peut-être qu'énervé on peut s'observer klaxonner facilement. Inversement, en paix on accepte l'erreur, de soi et d'autrui, et on se trouve heureux de laisser passer une voiture pressée.

Notre état général va influencer nos relations sociales. En se comportant d'une certaine manière, on s'attire des réactions, opportunités, ... Ce que l'on rayonne détermine ce que l'on s'attire.

Ainsi, le massage ayant un impact sur le bien-être de la personne, va influencer sur ses relations dans la société. Le contact corporel mène à une sécurité émotionnelle qui soutient les possibilités de communication. Les récepteurs sous la peau réagissent au toucher en produisant de l'ocytocine, hormone de l'humeur dont nous avons besoin pour créer des liens.

Le massage va donc avoir un retentissement sur notre interaction au monde.

*Par le toucher l'Être se relie à lui-même et peut dire « je suis mon corps, mes sensations, mes émotions, mes pensées ... je suis responsable de moi-même et des relations que je crée à l'extérieur. Je peux m'observer, sentir mes états d'âme et percevoir la tension externe.*

*Herve Pechot, Le corps du toucher*

Nous venons de voir comment le Neuro-training m'a permis d'analyser et d'agrémenter ma pratique des massages. Nous allons, dans une seconde partie, découvrir les pistes qu'il me reste à approfondir.

---

<sup>6</sup> L'insoutenable légèreté de l'être, Milan Kundera, 1984.

## II. Comment aller plus loin avec le Neuro-training

Le Neuro-Training m'a amenée à une certaine compréhension de mes massages.

Nous allons voir maintenant ce qui permettrait de rendre ma pratique conforme à une professionnalisation, mais aussi ses limites d'action.

### 1. Les points de vigilance

#### Une éthique et déontologie nécessaire

La fédération française de neuro-training a conçu un code éthique et déontologique indispensable à la profession (Cf. annexe).

En tant que masseuse j'exerçais de manière informelle et non structurée. Pour pouvoir étendre cette activité de manière professionnelle, je me dois d'y poser une charte.

Le code de déontologie met en exergue la discipline impliquée dans la pratique. Il formalise les principes d'actions et clarifie la ligne de conduite du praticien.

Le code éthique se réfère à la morale professionnelle. Il affiche les valeurs portées par le praticien ainsi que ses principes de comportement.

Ces codes permettent de protéger les consultants, mais protègent aussi la réputation des praticiens. Ils donnent un cadre de travail. Ce sont des sources de sécurité pour le client, et des références pour le professionnel. Ces règles démontrent une certaine rigueur et qualité de travail.

Les principes proposés par le NT semblent pouvoir s'appliquer aux massages, cependant il est essentiel de définir des codes éthiques et déontologiques spécifiques pour chaque métier.

Voici quelques thèmes à penser et développer dans une future charte de mon massage : hygiène, confidentialité, intégrité, sécurité (physique, émotionnelle, mentale), non-discrimination, honnêteté, responsabilités du consultant et du praticien, respect.



### Un plan d'action pertinent

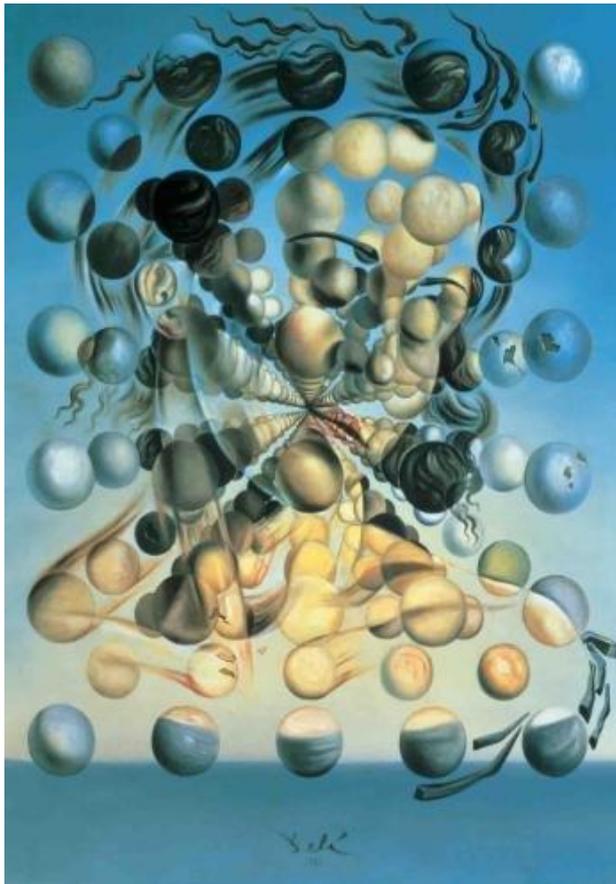
Le NT bénéficie d'un large panel d'actions : processus, procédures, voies pour « taper aux portes »... Sa pratique est très éclectique « tout pouvant être équilibré par tout ».

Ce champ de possibilités amène une ouverture et une diversité qu'il convient tout de même de structurer. En effet, pour ne pas s'éparpiller et avoir des résultats concrets, la séance se doit d'être organisée. Si une séance de NT n'avait pas un minimum de « lois », le neuro-entraîneur se laisserait vite embarquer à tester tout et n'importe quoi sur le sujet. Nous nous retrouverions sous un flot d'informations inutile, brouillon et dénué de sens. La conséquence en serait un résultat médiocre, voir néfaste, autant pour le consultant que pour le praticien.

Le dernier livre de Jean Luc Pardessus « Eloge du bordel organisé en entreprise » (avril 2018) met en avant les bénéfices d'un système anarchique organisé. Cela peut sembler paradoxal, et pourtant ce serait la clef d'une entreprise créative et performante. Ce fonctionnement permettrait à l'énergie de circuler et d'obtenir un travail prolifique.

Le NT propose un schéma de séance déterminé qui laisse place à bien des chemins de travail différents à l'intérieur de celui-ci.

Les massages que j'ai effectués jusqu'à présent étaient intuitifs et non construits méthodiquement. Il m'appartient maintenant de déterminer l'espace, le temps, le prix, et le squelette d'une séance afin d'être plus efficace et à même de professionnaliser cet acte.



*Galatea des Sphères - Salvador Dalí - 1952*

## 2. L'accès à d'autres ressources avec le NT

Le monitoring utilisé dans la pratique du NT permet de naviguer d'informations en informations. Il nous emmène souvent sur des sujets que, ni le client, ni le neuro-traineur, n'aurait pu anticiper. Les discussions ou équilibrations qui en découlent sont surprenantes et révélatrices pour la personne sur la table.

Les tests corporels et la multitude de voies envisageables dans une séance de NT ouvrent des dimensions sur lesquelles le massage ne travaille pas.

« Le corps qui parle » offrirait un accès objectif et prioritaire à ce dont la personne a besoin pour récupérer et évoluer.

A-t-elle besoin de se débarrasser d'implants<sup>7</sup> qui l'empêchent de vivre pleinement ? A-t-elle besoin d'accéder à ses ressources cachées et de stimuler son inné<sup>8</sup> ?

Le neuro-trainer demande toujours la permission de travailler afin d'explorer les parties inconscientes de la personne. Ainsi le corps nous ouvrirait des portes sur l'inconscient et choisirait des formules de travail adaptées pour aligner la personne à elle-même.



Le massage holistique ne propose pas une telle approche. Le neuro-training tente de trouver l'origine d'un conflit interne, alors que le massage ne va pas creuser la racine d'un problème.

Le NT procède par « couches d'oignons » pour aller respectueusement, en profondeur, dénouer les maux.

Pour débloquer une situation la personne devra parfois faire plusieurs séances afin de travailler sur divers dossiers et atteindre le cœur de l'oignon qui résoudra son problème.

Le Neuro-training orienté solution a pour objectif de créer une congruence entre la génétique de la personne et ses comportements. Il entend créer une harmonie entre qui est la personne par nature, et comment elle se comporte.

Dans le cadre du NT, le massage est simplement un ingrédient qui se retrouve dans les formules d'équilibration, séquence d'une séance.



<sup>7</sup> Implants : Conditionnements.

<sup>8</sup> Inné : Capacité naturelle.





## Conclusion

Le neuro-training m'a permis de me rendre compte que, durant mes massages intuitifs, j'accueillais la personne non pas dans une simple dimension physique, mais dans son intégralité.

Telle l'idée de l'influence « corps - esprit / esprit - corps » développée en première partie: Dans un sens, je sollicitais la condition mentale, émotionnelle, et énergétique du massé pour libérer son physique.

Dans l'autre sens, le travail corporel effectué avait des répercussions sur l'état psychique du sujet (détente cérébrale, évacuation des peurs,...), son état émotionnel (libération de stress, circulation hormonale,...) ainsi que son état énergétique (recentrage, écoute de soi, harmonie en soi et avec l'autre).

Ceci expliquerait les retours que j'ai eu de mes massages.

Les personnes ressortant du soin se sentaient en paix et alignées avec elles-mêmes, comme si une cohérence s'était mise en place. Les résultats étaient flagrants dans divers domaines de leur vie, dont la santé.

Ce travail global conduit l'individu à se sentir en unité. La personne n'est plus dans le contrôle ni dans la maîtrise, ce qui lui permet de s'accueillir et d'accueillir la vie avec facilité et ouverture. La résistance cède place au plaisir et éventuellement à l'envie de challenges. Cette fluidité en soi ouvre à l'expansion de soi-même.

« Être dans son flow » c'est être en harmonie en soi et avec son environnement, être inspiré et inspirant, vivre et non survivre, répondre à ses propres besoins et défis, être en empathie avec soi et par résonance avec les autres, être en équilibre, être authentique. Être dans son flow c'est aussi pouvoir offrir au monde ce qu'on a d'unique et ainsi enrichir la société.

Le masseur holistique et le neuro-traineur sont des facilitateurs : ils accompagnent la personne à se connecter à elle-même. Ils incitent à l'amour de soi et à ce que chacun puisse révéler son plein potentiel.

Le « Neuro-training » soit « entraînement neuronal » porte bien son nom :

En accompagnant la personne à faire des liens entre ce qu'il se passe dans son corps, et la source de ses tensions, on l'aide à s'en libérer, à se réaligner, à percevoir sa réalité autrement, à se réinventer, à mieux fonctionner, à se transformer et par extension transformer le monde qui l'entoure.

Le neuro-training a pour intention d'aider le consultant à « exprimer son pouvoir », « être fier de lui », « être dans la joie ».

Le NT permet d'ouvrir ma pratique et de la rendre plus riche.

Des stimulations visuelles pourraient par exemple être exploitées (Cf. « Illustrations » dans NT pro 1: Etoile à 5 branches, Yin et yang du Moi -, Symboles, Cartes de Tao te king ou de I ching, Pierres...) ; ou encore des stimulations olfactives (fleurs de Bach®,...) ; et pourquoi pas l'utilisation des modes digitaux ? Il serait intéressant d'observer comment la personne répond à



ces stimuli. En fonction des réactions corporelles ou psychologiques je pourrais proposer un travail immédiat, ou encourager vers une séance de neuro-training spécifique.

Attention, le métier de neuro-traineur et celui de masseur holistique sont bien distincts. Il n'est pas question de confondre ces deux métiers qui ont des supports et des apports différents.

Le NT m'a donné des pistes pour professionnaliser ma pratique. Je vais devoir me pencher plus sérieusement sur une structure de travail et un cadre juridique approprié.

Et enfin :

*« Soyons sérieux mais ne nous prenons pas au sérieux »  
José Chouraqui*

Ce massage holistique et le neuro-training offrent de nouvelles sortes de pratiques. Quelque chose de novateur qui a aidé et aide encore grand nombre de personnes.

Ces méthodes alternatives sont des propositions de travail auquel on adhère, ou pas, comme n'importe quelle technique de soin ou de développement personnel.

J'écoutais à ce jour<sup>9</sup> Madame Agnes Buzyn, ministre de la santé, qui remettait en question l'efficacité de l'homéopathie. Alors que cette médication était reconnue et remboursée en partie par la sécurité sociale, la voilà maintenant jugée comme effet placebo. On a entendu certains médicaments, ou vaccins, soit disant bénéfiques à une époque devenir finalement néfastes. Nous n'avons pas les solutions à tout ni les réponses immuables. La vie n'est qu'une avancée et une recherche perpétuelle.

Tout le monde cherche ce qui peut soigner / aider, mais personne n'a encore la clef miracle. Je vous encourage donc à choisir la voie qui vous réussit quelle que soit sa reconnaissance.

*« Vous êtes pleinement heureux, donc vous rendez heureux, car le bonheur déborde.  
Champagne ! L'autre est votre coupe et votre destination. L'anormalité pétillante et votre  
condition »*

*Vincent Cespèdes - Magique étude du bonheur - 2010*

---

<sup>9</sup> 25 mai 2018

## Annexe



### CODE DE DEONTOLOGIE DU NEURO-TRAINER

Le Neuro-Training est là pour mettre en évidence des relations en déséquilibre et non pour faire un diagnostic médical. Par exemple, un muscle qui déverrouille ne veut pas obligatoirement dire que l'organe associé est perturbé.

Le Neuro-Trainer doit toujours rester prudent sur ses capacités, et être disposé à vérifier et re vérifier les résultats s'il existe le moindre doute.

#### Un Neuro-Trainer professionnel se doit de :

- Toujours demander à la personne la **permission** de la toucher.
- Lui demander la permission de l'équilibrer. Pas tout le monde le veut.
- Approcher la personne avec courtoisie, respect, compassion et intérêt.  
C'est un privilège que « **d'être invité à aider** »
- Toujours demander « s'il y a quelque raison qui m'empêcherait de vérifier la réponse musculaire » (en relation avec une maladie récente, un accident, une opération ou blessure)
- Expliquer à la personne ce qu'on entend par « vérification de la réponse du muscle »
- Eviter de donner l'impression qu'un muscle qui déverrouille indique une faiblesse ou maladie de l'organe associé. Montrer que ce n'est qu'un déséquilibre énergétique au niveau du méridien.
- S'assurer d'une neutralité au moment de la vérification de la réponse musculaire.
- Avoir une approche avec ouverture d'esprit.
- Ne rien attendre. Ne rien imposer. Si la réponse obtenue est différente de celle attendue, c'est un bon signe de neutralité.
- Décrire les vérifications spécifiques avant de les faire, les démontrer sur soi si nécessaire. Ne pas supposer que la personne sait ce qu'on attend d'elle et ce qu'on va faire.
- Ne rien affirmer sans l'avoir vérifié.
- Ne pas avoir de pré suppositions au sujet de la personne contrôlée.
- Enoncer la recherche à voix haute afin de donner un retour à la personne de ce qui est vérifié.
- Après équilibration, montrer à la personne les gains obtenus. Cela confirme et ancre le résultat obtenu.
- Effectuer régulièrement un travail sur lui – même de manière à ne pas projeter ses conflits sur ceux qu'il désire aider.
- Permettre à toute personne de **développer** son potentiel, ses performances, **ses compétences**, afin de retrouver son pouvoir et de mieux s'adapter à toute situation.
- Savoir qu'il fait partie d'une équipe ( Médecin, Ostéopathe, Kinésithérapeute, etc) au service du client et qu'en aucun cas il ne doit arrêter un traitement ou critiquer un praticien.
- Remercier la personne de sa coopération

Date :

Signature :



## **CODE ETHIQUE DU NEURO-TRAINER**

### **Un NeuroTrainer membre de la Fédération Française de Neuro-training s'engage à :**

- Travailler dans le respect total de la personne quels que soient sa condition, son âge, ses convictions, sa religion, sa race...
- Approcher la personne avec compassion, intérêt et courtoisie.
- Utiliser la vérification de la réponse musculaire comme une indication permettant à la personne de développer ses compétences, de récupérer des situations auxquelles elle n'a pu s'adapter.
- Respecter le secret professionnel, sauf dérogations prévues par la loi.
- Rester neutre, lucide et prendre en compte les limites que l'on peut rencontrer dans la pratique.
- Respecter les membres de la Fédération Française de Neuro-Training.
- S'abstenir de tout acte susceptible de dévaloriser la profession de Neuro-Trainer.
- Entretenir de bonnes relations avec les autres professions.
- N'établir aucun diagnostic médical, ne rien prescrire, ne jamais suspendre un traitement médical.
- Respecter les tarifs en vigueur établis par la F.F.N.T.

Date :

Signature :