



CYCLE  
D'APPRENTISSAGE  
EN MOXIBUSTION  
JAPONAISE

---

Promotion 2021

---

*Budo Attitude*  
Yang Sheng • Diététique • Moxibustion

---

Kenbi  Institut

# Cycle d'apprentissage en moxibustion japonaise OKYU お灸

L'école d'enseignement des arts martiaux traditionnels et du Qi Gong Budo Attitude propose en partenariat avec Kenbi Institut à La Motte Servolex, une formation intitulée "Cycle d'apprentissage en Moxibustion japonaise - OKYU お灸".

Depuis 2010, l'association Budo Attitude a développé un pôle culturel, informatif et technique lié aux thématiques du Yang Sheng, et de la médecine orientale (chinoise, coréenne, japonaise).

A la rentrée 2020, l'association va plus loin en proposant une nouvelle formation sous forme de sessions et modules, associant théorie et pratique dans le domaine de la moxibustion japonaise. Les inscriptions pour cette 1ère session sont ouvertes.

Cette formation a pour but de proposer un enseignement de qualité pour la pratique de la moxibustion japonaise.

La moxibustion japonaise OKYU お灸 est une méthode de santé millénaire faisant partie intégrante de la médecine traditionnelle japonaise. Au Japon près de 100 000 praticiens sont spécialisés dans cet art, qui reste encore peu connu en occident. Grâce à cette formation unique, découvrez la grande richesse et la profondeur de cet art ancestral d'un grand raffinement.

En apportant des enseignements de qualité, ce cycle offre la possibilité d'apprendre avec un professionnel spécialiste dans ce domaine, et d'intégrer des méthodes de moxibustion japonaise dans ses pratiques personnelles ou professionnelles.

Mr Gilles HAUCHECORNE, praticien spécialiste et formateur.

## Sommaire

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?	p.3
LES POINTS FORTS DE CETTE FORMATION	p.3-5
DURÉE DE LA FORMATION, DATES ET TARIFS	p.5
LE FORMATEUR	p.6
L'ORGANISATION DE LA FORMATION	p.7
PROGRAMME	p.7-8
RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTION	p.9

*“ Appliquez le Moxa avec votre coeur ”*

FUKAYA ISABURO SENSEI (1901-1974)

## A qui s'adresse cette formation ?

Cette formation s'adresse à toutes les personnes désirant découvrir et pratiquer la moxibustion japonaise à titre privé ou professionnel.

La formation est ouverte à tout praticien dans le secteur des médecines traditionnelles asiatiques, mais aussi praticiens en massage bien-être, ou encore professionnels du paramédical tels que kinésithérapeutes, ostéopathes par exemple.

Des particuliers non professionnels peuvent aussi s'inscrire, s'ils ont envie d'utiliser des techniques dans une pratique de moxibustion familiale, ou même de pouvoir par la suite envisager une reconversion.

Chaque stagiaire sera individuellement accompagné pour sa progression selon son objectif et son niveau, dans le respect du cadre et du programme de la formation.

Du matériel de qualité sera fourni lors de la formation, dans le respect des traditions japonaises.

Ce cycle d'apprentissage demande une participation assidue à tous les week-ends de formation, mais également un travail personnel certain, hors des sessions de formation, nécessaire pour suivre la progression qui se construit au fil du temps et de la pratique.

Attention : le nombre de places est limité à 15 participants maximum.

## Les points forts de cette formation

La moxibustion, avec l'acupuncture, est inscrite depuis 2010 sur la liste représentative du patrimoine culturel immatériel de l'humanité.

Selon les médecines du sud-est asiatique, la moxibustion permet à celui qui l'applique de tonifier l'organisme et régulariser ses fonctions, permettant d'apporter et entretenir la santé.

La moxibustion japonaise est caractérisée par son grand raffinement, sa précision, sa douceur, et la qualité supérieure de l'armoise utilisée.

Les japonais ont développé cet art au meilleur niveau, plus que tout autre pays ou civilisation.

## **De nombreux bénéfiques sont à tirer de cet art traditionnel japonais :**

C'est une des branches de la médecine traditionnelle japonaise, à la fois ancrée dans une tradition millénaire, et très active aujourd'hui.

La moxibustion japonaise propose une variété de techniques adaptées à toute situation, bien au-delà du simple bâton de moxa qui est la forme la plus connue en Occident

L'efficacité de cette pratique est reconnue dans de nombreux domaines, allant de la prévention, l'entretien de la vitalité, la lutte contre le stress, contre les douleurs, l'amélioration de l'immunité, et la correction de très nombreux troubles et déséquilibres

Pour les particuliers souhaitant favoriser leur santé naturellement, cette formation offre un outil incomparable de meilleure connaissance de soi et de son corps.

Les thérapeutes (professions de santé réglementées ou non réglementées) trouveront dans cette formation une approche et des outils efficaces, enrichissant considérablement leur activité professionnelle. Leurs traitements pourront se développer et s'améliorer, et ils disposeront aussi de méthodes d'auto-traitement pour entretenir leur santé et leur énergie.

La profondeur et l'efficacité de cet art thérapeutique permet d'aller ensuite beaucoup plus loin, et de l'intégrer dans une pratique professionnelle.

Cette formation est construite dans cette orientation de qualité et de respect des traditions et permet d'acquérir les bons gestes, la bonne application, et tous les détails techniques importants, avec l'apport d'un professionnel reconnu.

### **Perfectionnement, niveau technique et diplômes**

Cette formation en moxibustion japonaise permet d'acquérir des compétences quel que soit le niveau initial, et de se perfectionner au fur et à mesure de l'apprentissage.

Différentes méthodes sont progressivement découvertes, avec l'explication de leur usage précis.

Le développement des qualités de palpation, d'observation, de ressenti et d'écoute du corps sera particulièrement travaillé dans l'apprentissage de la moxibustion japonaise.

Ainsi, chaque participant pourra mettre en oeuvre les méthodes acquises en les adaptant précisément à l'état de la personne receveuse et de son état de santé.

Plusieurs styles de moxibustion japonaise seront enseignés, expliqués, et pratiqués dans le détail, avec la sophistication et l'efficacité que les japonais ont su apporter à cet art.

Chaque pratiquant pourra ensuite exploiter les techniques de son choix selon leur objectif, personnel ou professionnel.

La pédagogie est claire, structurée, et détaillée.



Du matériel de qualité est employé, dans le respect des traditions japonaises.

Des temps d'échange et de questions, de correction personnelle sont mis en place tout au long du cycle.

Lors du dernier weekend un examen pratique final permettra d'évaluer les compétences du stagiaire pour l'obtention du diplôme de la formation.

## Durée de la formation, dates et tarifs

Le cycle d'apprentissage est construit sur 4 week-ends, apportant les principes de base fondamentaux, ainsi que tous les gestes techniques pour permettre de pratiquer en sécurité, et de manière simple et claire.

Le programme de chaque stage contient une grande part de pratique, appuyée sur une base théorique expliquée et reprise dans des fascicules.

Un contrôle des connaissances et de la pratique de chacun s'exercera en continu pendant la formation, afin de permettre une correction individuelle.

La formation en moxibustion japonaise impose une pratique assidue et régulière. L'examen final n'est que la conclusion d'un travail entre les sessions, indispensable pour pouvoir progresser et utiliser cet art sur le long terme.

### DATES

Nous vous proposons donc une formation de base sur 4 week-ends, au rythme de 1 week-end par mois, compatible avec une vie professionnelle :

- 1<sup>er</sup> week-end de 2 jours avec Gilles Hauchecorne : **6-7 Février 2021**
- 2<sup>e</sup> week-end de 2 jours avec Gilles Hauchecorne : **13-14 Mars 2021**
- 3<sup>e</sup> week-end de 2 jours avec Gilles Hauchecorne : **3-4 Avril 2021**
- 4<sup>e</sup> week-end de 2 jours avec Gilles Hauchecorne : **29-30 Mai 2021**

### LIEU DE FORMATION

Salle du lycée professionnel privé Sainte Anne - 73290 La Motte-Servolex  
**Horaires** : Samedi - Dimanche - 9h00 - 12h00 / 14h00 - 17h30

**TARIFS** 220 € / Week-end soit **880 € pour l'ensemble du cycle.**

- Un support de cours sera fourni, ainsi que le matériel pour travailler durant les week-end
- Un kit comprenant du matériel de moxibustion japonaise sera offert pour pouvoir démarrer sa pratique personnelle

# Le formateur

---

L'enseignement sera réalisé par Gilles Hauchecorne, praticien professionnel spécialiste de la Moxibustion japonaise. Il sera votre interlocuteur lors du cursus d'apprentissage.



**Gilles Hauchecorne,**  
praticien spécialiste et formateur



Avec ce cycle d'apprentissage en moxibustion japonaise, je souhaite vous partager et vous enseigner comment pratiquer cet art de santé traditionnel. J'ai découvert la moxibustion lors de mes études en médecine chinoise à l'institut Liang Shen. J'ai été intrigué par cette pratique, et j'ai voulu aller beaucoup plus loin que ce que j'avais alors appris.

Mes recherches m'ont conduit vers la moxibustion japonaise, et c'est avec Felip Caudet à Barcelone, dans l'école la plus réputée d'occident que j'ai pu apprendre cet art de manière avancée.

Je continue sans cesse à perfectionner mon art, de me former auprès de Felip Caudet, d'Oran Kivity, et de maîtres japonais lors des séminaires internationaux.

Après des années de pratique quotidienne professionnelle, je suis convaincu de l'efficacité des techniques de moxibustion japonaise.

C'est un art qui est particulièrement adapté aux difficultés du monde moderne, et dont les bienfaits sont nombreux pour favoriser la santé.

C'est ce que j'ai envie de vous faire découvrir lors de ce cycle d'apprentissage. J'ai souhaité qu'il permette aux professionnels d'apprendre de manière poussée dans le respect des traditions, mais aussi aux particuliers motivés voulant l'utiliser à titre personnel, comme c'est le cas au Japon encore aujourd'hui.

J'ai à cœur de vous transmettre et de partager mes connaissances pour vous faire découvrir la moxibustion japonaise et ce qu'elle peut vous apporter.

Très chaleureusement.

**Gilles Hauchecorne**

# L'organisation de la formation

Une équipe a été constituée par Budo Attitude pour faciliter le travail d'apprentissage, faire le lien avec le formateur, et accompagner les stagiaires dans l'organisation des sessions de stages.

Ils sont présents pour répondre à toute question et échanger sur toute problématique que le stagiaire peut rencontrer.

## Ils assurent les fonctions suivantes au sein de la formation :

- Ils sont les responsables de l'accueil sur le lieu de formation
- Ils répondent aux problèmes liés à l'aspect organisation et logistique lors des sessions de formation
- Ils recueillent les demandes techniques et font le lien avec le formateur lorsque nécessaire. (Par exemple lors des sessions de pratique, en cas de question sur sa pratique individuelle lorsque le formateur évalue un autre stagiaire)
- Ils assistent le formateur dans la préparation du matériel et sa mise à disposition des stagiaires
- Ils recueillent tout problème personnel liés au déroulement de la formation

# Programme

Le programme est construit sur 4 week-ends avec une part importante de pratique, ainsi que la théorie nécessaire à l'apprentissage.

Le contenu de cette formation vise à privilégier les démonstrations techniques et la pratique de la Moxibustion tout en complétant avec la théorie nécessaire.

## 1<sup>ER</sup> WEEK-END

- Présentation et historique de la moxibustion japonaise
- Les concepts fondamentaux en moxibustion japonaise
- Vue globale des méthodes de moxibustion japonaise : les 2 grandes familles de techniques
- Armoise (Artemisia) et Moxa (Mogusa) : savoir bien choisir son moxa
- Les outils indispensables pour une pratique efficace et sûre, chez soi ou en cabinet professionnel
- Fabrication de cônes pour la méthode CHINETSUKYU
- Approche de la palpation pour l'application de moxibustion indirecte
- Applications corporelles de cônes de Moxa selon méthode indirecte CHINETSUKYU
- Précautions et contre-indications
- Premiers protocoles d'entretien de la santé par la moxibustion indirecte

## 2<sup>e</sup> WEEK-END

- Théorie fondamentale de la stagnation de Qi et de sang - Le point vivant
- Théorie de la moxibustion directe TONETSUKYU
- Pratique de fabrication de cônes pour moxibustion directe
- Méthodes d'application en moxibustion directe : les différentes intensités
- Pratique de la palpation et recherche des points vivants
- Applications corporelles de moxibustion directe TONETSUKYU

## 3<sup>e</sup> WEEK-END

- Découverte de la méthode du bambou chaud combinant massage et moxibustion : ONTAKE
- Pratique de fabrication de cônes de moxibustion directe
- Perfectionnement dans l'application de la moxibustion directe
- Moxibustion familiale : méthodes de prévention, renforcement, et pour les maux du quotidien.
- Approche du diagnostic selon la pensée japonaise pour réaliser un traitement efficace.
- Apprentissage de protocoles simples à appliquer pour des pathologies courantes.

## 4<sup>e</sup> WEEK-END

- Pratique de fabrication de cônes selon les objectifs de : taille, vitesse, densité
- Le traitement TAIKYOKU de Maître SAWADA : explications et application
- Construire une stratégie en moxibustion japonaise
- Vérification des compétences par une validation des acquis et l'obtention d'une certification après réussite de l'examen.
- Conseils individuels selon situation , objectifs, attentes.

**Changements** : Bien qu'une trame soit posée, le programme des enseignements peut être sujet à des ajustements et des adaptations en fonction de l'évolution des pratiques, le niveau et les questions des stagiaires.



## Renseignements & inscription

---

Pour tout renseignement, vous inscrire  
et effectuer les démarches d'inscription :

Vous pouvez contacter  
le secrétariat de "Budo Attitude"  
(partie administrative) :

**[contact@budo-attitude.com](mailto:contact@budo-attitude.com)**  
**Tél : 06 26 60 29 12**

---

Pour la partie pédagogique  
et technique, contactez  
Gilles Hauchecorne par mail :

**[contact@kenbi-institut.com](mailto:contact@kenbi-institut.com)**  
**Tél : 06 70 65 80 07**  
**[www.kenbi-institut.com](http://www.kenbi-institut.com)**



おん  
ん  
ん

*Budo Attitude*  
Yang Sheng • Diététique • Moxibustion

Kenbi  Institut

Siège social (Budo Attitude) :  
89 allée des chevreuils  
73290 La Motte-Servolex

Tél. 06 26 60 29 12  
contact@budo-attitude.com  
www.budo-attitude.com

 Suivez-nous et participez  
à l'actualité de l'association  
[facebook.com/budoattitude.com](https://facebook.com/budoattitude.com)

 TATANKA DSGN