

PREFACE

J'ai eu la joie de faire la connaissance de Claire pour la toute première fois alors qu'elle cherchait des outils de compréhension et des solutions pratiques pour cheminer vers un mieux-être pour et avec son cheval. Le courant (énergétique !) est tout de suite bien passé entre nous et j'ai eu grand plaisir, quelques temps plus tard, à l'accompagner pendant son cursus de formation au sein de l'école de shiatsu équin que Liz Eddy et moi-même avons créée en France au début des années 2000.

Si nous avons été, Liz et moi les initiatrices de cette pratique pour les équidés en France, Claire en est aujourd'hui, selon moi, une de ses plus talentueuses exploratrices. En effet, depuis cette toute première formation, Claire n'a cessé d'investiguer, de se remettre en question, d'acquérir de nouveaux outils et de cheminer, toujours avec l'humilité et la rigueur qui la caractérisent, vers les secrets des énergies subtiles. Personnalité pétillante et généreuse à l'enthousiasme communicatif et à l'insatiable curiosité, il était tout à fait prévisible qu'elle devienne à son tour enseignante et qu'elle développe son propre cursus de formation (auquel viendront s'ajouter prochainement des modules de post-formation).

Le programme d'enseignement qu'elle propose depuis une dizaine d'années montre à quel point elle s'est appliquée à mettre en œuvre dans sa propre pratique de terrain la notion de complémentarité, créant des ponts

entre les différents domaines d'expertise autour du cheval, s'entourant de professionnels compétents et expérimentés, au service du couple humain / cheval pour une approche authentiquement holistique du shiatsu.

Claire nous a accueilli récemment en famille dans son école près d'Aix-en-Provence. Nous avons tous, jeunes et moins jeunes, été touchés par la beauté et la recherche d'harmonie qui se dégage de ce lieu. La préoccupation inlassable de Claire de ce que représente le sentiment de qualité de vie pour l'autre, qu'il soit humain, animal ou végétal, y est manifestement perceptible. La présence toute proche de la majestueuse montagne Sainte Victoire y apporte également sa note minérale et énergétique très personnelle.

Ce magnifique livre, rédigé par uneoureuse du Vivant, dotée d'une fibre artistique (Claire est aussi sculpteur) et d'une sensibilité à la géométrie sacrée (le format de ce livre est aux dimensions du nombre d'or) ainsi que d'une rigueur technique impeccable (planches de méridiens – gratitude à Emmanuelle Métivier pour ce superbe travail de graphisme !) est tout à fait remarquable et ce à bien des égards. Ces lignes sont à l'évidence le résultat d'années de pratique et d'expérimentation sur le terrain, d'un nombre incalculable d'heures d'études et d'observation du cheval et de débats passionnés et passionnants entre pairs. La pertinence du travail de recherche et de mise en application sur les équidés par Claire concernant les extensions des méridiens proposés par Shizuto Masunaga ainsi que les subtilités entre les approches chinoise et japonaise m'ont particulièrement intéressées et ont suscité chez moi des prises de conscience par rapport à

mes ressentis et à mon propre parcours tant personnel que professionnel.

Avec ce livre, Claire nous invite à (re)considérer l'invisible, à (re)donner toute leur place à ses forces à l'œuvre en nous et tout autour de nous parce qu'elles ont des conséquences immédiates positives tant dans la relation praticien / receveur que dans celle qui existe entre le receveur (humain ou équin) et les causes de son mal-être physique, psychique, émotionnel ou spirituel.

Apprendre la localisation des points d'acupuncture, comprendre les 5 dynamismes (Bois, Feu, Eau, Terre et Métal) et leurs interrelations, considérer le milieu dans lequel évolue le cheval (alimentation, harnachement, discipline équestre, ferrure ou pied nu, relation avec congénères / cavalier ou responsable, etc.), travailler sur sa posture (ancrage et ouverture du cœur, qualité du souffle) et son propre bien-être physique et émotionnel en tant que praticien sont bien évidemment des éléments de départ importants et même essentiels. Cependant, poursuivre sur la voie et pratiquer en étant conscient des informations présentes à la fois dans la toile de fond et dans les corps subtils, c'est permettre à la magie du shiatsu de se déployer vers son plein potentiel. C'est en effet, il me semble, s'offrir et offrir au monde une vision du bien-être basée sur une réalité multi-dimensionnelle. C'est passer de la communication inter espèces entre deux êtres sensibles à la communion entre deux antennes électromagnétiques, deux cœurs vibrant à l'unisson, deux âmes sœurs connectées au-delà du temps et de l'espace. C'est comprendre que l'énergie coule là où l'attention et l'intention se portent. C'est incarner ici et maintenant un

nouveau paradigme dans une perspective post-matérialiste qui restaure la Conscience comme donnée centrale dans le soin apporté à l'autre. C'est enfin, comme le dit très justement Claire, appréhender l'art du shiatsu « comme une pratique sacrée et une démarche spirituelle ».

Ce livre, la pratique et l'enseignement de terrain de Claire - et des praticiens issus de son école - œuvrent, avec bienveillance, courage et détermination, pour accompagner et soutenir la puissance des forces d'élévation et d'union en marche, défrichant sans relâche de nouvelles voies d'exploration, nous offrant de nouvelles grilles de lecture et de compréhension, à la croisée des chemins entre Occident et Orient, entre physique quantique et sagesse du Tao, entre fréquences de champs mesurés par les appareils de bio-résonance et ressentis subtils des champs vibratoires des méridiens, entre neurosciences, cohérence cœur / cerveau et puissance de l'intention. Ces pionniers du champ de tous les possibles ont pour guides les chevaux, nobles créatures de corps et d'esprit, naturellement dotées d'une hypersensibilité tactile, nerveuse et émotionnelle qui incarnent, avec une si grande justesse la flamboyance du dynamisme Feu et la Reliance Ciel-Terre - notamment par leurs fonctions psychopompes.

A n'en pas douter, chacun d'entre vous, amis lecteurs, responsables et/ou passionnés d'équidés, praticiens de shiatsu ou d'autres disciplines autour du cheval - en formation ou déjà expérimentés - trouvera dans cet ouvrage inspiré et inspirant à se nourrir et à NOURRIR LA VIE tout autour de vous. Alors, laissez-vous guidés, en

confiance et en joie, sur la Voie (des méridiens), vers un monde plus vaste, plus varié et plus riche.

Vous êtes (littéralement !) entre de très bonnes mains ...

Christelle Pernot, juin 2024.

Créatrice avec Liz Eddy de la première école de shiatsu équin en France en 2001.

Auteure de plusieurs livres :

Aux éditions Vigot :

Initiation au shiatsu pour chevaux.

Aux éditions du Maître du Cœur (sur la boutique en ligne du site www.christellepernot.com) :

Zen shiatsu, chevaux et spiritualité.

4 sabots, 5 dynamismes.

Collection Nourrir la Vie (6 tomes).