

de tous les deuilis inquisables, peur à en mourir et d'autres peurs encore. » Ces peurs, ces souvenirs, ces héritages, en s'inscrivant dans les tissus, créent le dysfonctionnement. Tout en encourageant les femmes à se libérer de ces mémoires et par là même, à offrir à leur organisme la possibilité de fonctionner de manière optimale, elle rappelle que *« l'accompagnement des troubles de la fertilité demande un grand doigté, une grande humilité du thérapeute car c'est un univers mystérieux, qui ne s'affiche pas très clairement dans les tissus. Ou alors dans les sous-couches, impalpables, et qui peuvent avoir de multiples origines, des plus tissulaires, palpables, aux plus psychiques et aux plus généalogiques »*.

● L.P.

CONTACTS

Ostéopathie :

- Clothilde Roboam,
Bagnolet (93)

Tél. : 06 60 38 88 88

- Claudine Ageron-Marque,
Libourne (33).

Tél. : 05 57 24 03 03 et

www.ageronmarque.fr

- Christine Schweitzer,
Paris (75012)

Tél. : 01 40 09 10 23

Luna Yoga :

- <http://fr.frau-im-mond.com/lunayoga.html>

LUNA YOGA : DÉVELOPPER SON ÉNERGIE FÉMININE

Pratiquante de yoga de longue date, végétarienne, menant une vie saine, Adelheid Ohlig décide de consacrer sa vie à l'auto-guérison suite au diagnostic d'un cancer pour lequel la médecine lui suggère l'ablation de l'utérus. Voyageant sur tous les continents, elle découvre une multitude de médecines traditionnelles et de thérapies corporelles. Après d'Aviva Steiner, en Israël, elle pratique un mélange d'exercices physiques et de danse orienté sur le cycle féminin. Alors qu'elle souffre d'aménorrhée depuis trois ans, ses règles reviennent. Elle adapte alors l'approche d'Aviva Steiner au rythme respiratoire, utilise les postures de yoga et la méditation et ajoute des éléments empruntés aux danses de fécondité d'Afrique, d'Océanie, d'Asie... L'art corporel qu'elle invente vise à soigner le corps et le mental des femmes en équilibrant la circulation de l'énergie vitale, notamment au niveau du bassin, de manière à renforcer et à stimuler les organes de reproduction et à stimuler la fécondité. La détente est un élément important du Luna Yoga et chaque cours s'achève sur une relaxation-visualisation. *« Le fait de lâcher le désir et l'obsession par la relaxation rend la personne plus disponible, expose Hanyu Noriko, enseignante. L'énergie féminine développée au sein du groupe est un élément majeur du Luna Yoga : les femmes s'encouragent, se soutiennent, se donnent des conseils et s'influencent. »* La jeune femme prétend d'ailleurs qu'il arrive régulièrement que des femmes tombent enceintes en pratiquant cet art corporel. Le Luna Yoga n'est certes pas une solution miracle, mais peut faire partie des approches complémentaires pour favoriser la fécondité.