



Georges Silva, réflexologue ou philosophe ? Les 2 à la fois !



Vous vous souvenez de Georges Silva, le réflexologue dont je vous ai parlé avec enthousiasme le mois dernier ? Il a surgi dans le récit émouvant de Maryne et Jacques (voir *Rebelle-Santé* N° 192) qui, sur leur bateau magique, m'emmènent toujours vers des personnes impressionnantes. L'une des plus remarquables d'entre elles est Georges Silva, le maître de Jacques dans sa formation de naturopathie (voir *numéro précédent, NDLR*), devenu son ami et son collègue. Je vous l'ai déjà dit : c'est un vrai sage.

Je vous avais promis d'aller voir son cabinet pour étudier de plus près sa manière de soigner. C'est fait. J'ai pris rendez-vous au 35 rue Barberis à Nice, où il exerce. Il m'a accueilli comme la dernière fois avec son doux sourire. Dans la salle d'attente, notre *Rebelle-Santé* était en bonne place, à côté d'autres journaux de santé, de sport et même des revues de philosophie : un numéro de la revue *Le Point* sur

Nietzsche, Schopenhauer et Kierkegaard, un manuel d'histoire critique publié par *Le Monde diplomatique*...

Pétales, marguerite et papillon !

Pour soigner, Georges associe toutes ses connaissances, celles qui concernent les pieds, mais pas seulement... Il utilise la réflexologie, mais toujours en précisant que ce n'est qu'un des pétales de la grande marguerite : la naturopathie. Je lui demande si, pour lui, la réflexologie est le plus important et le plus efficace des pétales. Il sourit : « *Non, tout est complémentaire. Le but est d'harmoniser l'énergie vitale, qu'elle circule librement.* » J'insiste pour savoir quel pétale est le plus efficace... Il répond, toujours un petit sourire aux lèvres : « *Ça dépend du naturopathe, de son intention.* » Georges n'a pas d'avis tranché. Il se pose constamment des questions, réfléchit, apprend de ses expériences. Pour lui,

chaque pétale, chaque facette de la naturopathie est efficace à condition de lui donner son sens. Pour cela, il faut en maîtriser la pratique et le faire avec amour. Georges maîtrise la réflexologie et la pratique avec amour. Quand vous entrez dans son cabinet, vous pénétrez dans un autre monde. Il vous accueille avec une phrase d'Émile Coué : « *Tous les jours et à tous les points de vue, je vais de mieux en mieux* » Il m'a prêté le livre de ce psychologue et pharmacien français, fondateur de la fameuse « Méthode Coué » qui s'appuie sur l'autosuggestion et la pensée positive (et que je ne connaissais pas). Georges est généreux. Il partage ses connaissances, il explique, il montre.

Une séance dure une heure et vous en sortez comme un papillon. J'ai essayé et c'est génial de devenir un papillon dans ce monde si dur. Comment fait-il ? Sans machine, simplement avec ses mains de sage-femme : « *J'ai l'habitude de la mécanique*

obstétrique, c'est-à-dire d'utiliser mes mains. Le métier de sage-femme est une expérience très physique. »

Son rêve et ses découvertes

Georges a toujours eu la vocation de soigner. Sa grand-mère est morte en accouchant : « *Peut-être suis-je porteur de ce drame* ». Tout jeune, il voulait être sage-femme mais, à l'époque, les études de sage-femme étaient fermées aux hommes. Il s'est donc inscrit à la faculté de médecine pour entamer un cursus médical classique. Mais la vie apporte toujours de belles surprises. Quand il était étudiant en médecine, début 1980, le concours a été ouvert aux hommes. Il s'est inscrit et a passé le concours pour réaliser son rêve : « *Je sentais que c'était ma voie.* ».

Entre 1986 et 1992, il a donc exercé comme sage-femme. Mais finalement, certains aspects de ce travail ne lui convenaient pas parfaitement. Il s'est à ce moment-là orienté vers la naturopathie. À partir de 1992, il a travaillé pour un laboratoire de phytothérapie. Il a alors appris à utiliser les plantes médicinales, mais, surtout, il a découvert le monde des médecines naturelles. « *Je ne connaissais pas ces méthodes. On ne nous avait rien appris là-dessus à la fac. Grâce à ce laboratoire, j'ai rencontré des ostéopathes, des réflexologues, des phytothérapeutes... Et j'ai compris à quel point la personnalisation des soins était importante. Et il ne faut pas couper l'être humain en morceaux, il faut le comprendre à la fois dans sa totalité et dans sa spécificité.* »

Il est resté 14 ans dans ce laboratoire, avec une lourde charge de travail, des voyages, du stress, des repas au restaurant... Avant de tomber malade et de faire appel à une réflexologue. Trois séances ont transformé sa vie et l'ont motivé à chercher et à changer ce qui l'avait rendu malade. La réflexologue est alors devenue sa



formatrice. Il a travaillé avec elle pendant une année, jusqu'au jour où elle lui a dit qu'il n'avait plus besoin d'elle. Il a donc volé de ses propres ailes et suivi une formation complète de 3 ans selon la méthode originale Ingham® (du nom de la physiothérapeute qui a élaboré les célèbres planches des zones et points réflexes sur les pieds et les mains au début du XX^e siècle, toujours d'actualité aujourd'hui). Depuis 2005, titulaire du Certificat des Techniques Avancées en Réflexologie, Georges Silva fait partie de l'Institut International de Réflexologie dont il est devenu un des formateurs.

Équilibrer notre énergie vitale

La réflexologie n'est pas un simple massage des pieds, et nous en parlons régulièrement dans *Rebelle-*

Santé. Voici ce que Georges en dit : « *La réflexologie active les processus d'autoguérison par le biais de l'arc réflexe. C'est une technique manuelle qui demande un apprentissage spécifique, car il faut savoir toucher les zones réflexes. D'abord, il faut les identifier, puis identifier les critères de perceptivité des tissus et stimuler les zones dans une cohérence globale de consultation de l'individu.* » Il explique l'importance d'augmenter les flux de liquides dans l'organisme : « *Quand les liquides organiques circulent bien, l'énergie vitale aussi. L'expression "ne te fais pas de bile" montre la sagesse populaire. Les émotions, les souffrances, les troubles, les maladies produisent des déchets et influent sur la qualité des liquides de l'organisme. Normalement, ces toxines sont éliminées au fur et à*

Suite p. 14

mesure, mais quand certains facteurs favorisent leur production (pollution, alimentation, stress, pollution électromagnétique...), l'organisme ne suit plus. Imagine ton corps comme un lac. Si les déchets qui y sont rejetés s'accumulent, il faut pouvoir les évacuer. Avec la réflexologie, tu le nettoies. Dans le corps, il y a un cours d'eau, une entrée et une sortie. Quand tu augmentes le débit, tu aides au nettoyage, à l'élimination des déchets. »

Selon Georges Silva, en augmentant le flux des liquides, la réflexologie harmonise la libre circulation de l'énergie vitale : « Inutile de chercher à comprendre comment ça fonctionne, cela n'entre pas dans une logique cartésienne, d'autant que chaque individu est unique et confronté à des circonstances particulières auxquelles la technique doit s'adapter ». Il insiste beaucoup sur les fluctuations de l'équilibre, de l'énergie : « Pour atteindre un équilibre, il faut établir des relations positives avec d'autres personnes, acquérir des connaissances et des compétences... Mais cet état d'équilibre n'est jamais définitif. » La vie n'est pas statique, elle est dynamique, et toujours en interaction avec ce qui nous entoure.

Après la thérapie

Selon Georges Silva, les premiers effets d'une séance de réflexologie se font sentir après 48 à 72 heures. Cela dépend des efforts que met en route l'organisme pour guérir. Il évoque la fameuse expression marine : « Quand le bateau change de cap, il craque ». La réflexologie nous fait changer de cap. Donc, il faut se reposer, éviter de plonger dès la fin de la séance dans une hyper activité physique ou intellectuelle. Il faut attendre au moins quelques heures. « Même si cela dépend des cas et qu'il ne faut jamais faire de généralisations », dit le sage.



Les pieds, miroirs du corps

Puisque chaque personne est unique, je me suis demandé si ces particularités étaient visibles dans les pieds. Georges a pris mes pieds et a commencé à parler comme s'il lisait dans du marc de café. Mais il ne disait rien de l'avenir, plutôt du passé et du présent. « Les pieds sont le miroir du corps », nous l'avons déjà écrit dans *Rebelle-Santé*. Alors je lui ai posé la question suivante : « Les pieds savent-ils tout sur nous ? » Voici sa réponse : « Oui les pieds sont des cartes du corps. Ils montrent les grandes caractéristiques de la personne, au niveau physique, émotionnel ou psychique. Par exemple, les gens souples ont des pieds souples. Mais il faut savoir les lire. Il faut d'abord déterminer les zones réflexes, ressentir leur chaleur, leur consistance. Apprendre demande du temps et beaucoup d'expérience. »

Apprendre la réflexologie

On n'apprend pas la réflexologie – comme les autres pétales de la marguerite de naturopathie – dans un cursus de médecine classique, mais c'est quand même une formation longue. Pour devenir réflexologue débutant, Georges m'explique qu'il faut plusieurs centaines d'heures de formation. Il est aussi nécessaire de contrôler régulièrement que les techniques manuelles sont correctement effectuées pour ne pas prendre de mauvaises habitudes, et faire valider ses acquis au cours de la formation et à la fin. Selon Georges Silva, il y a un problème de réglementation de

la profession, comme pour toutes les thérapies alternatives : « Par exemple, après deux semaines de formation, on peut se dire réflexologue. Donc, n'importe qui peut ouvrir un cabinet de réflexologie. Je ne veux pas porter de jugement. Tout le monde a le droit d'apprendre, de maîtriser la réflexologie, mais il y a un problème d'appellation : quelqu'un qui a suivi un simple stage et un professionnel qui pratique depuis des années après une formation longue n'ont pas la même maîtrise. Le manque de cadre légal permet les déviances. » Ce problème est lié à la non-reconnaissance du métier et donc à son exclusion. Par ailleurs, la sécurité sociale ne reconnaît pas la naturopathie, ses soins ne sont pas remboursés, ce qui incite les malades à aller directement vers les traitements chimiques. Mais le sage Georges est optimiste : « Je rêve qu'un jour, tous les thérapeutes, qu'ils appartiennent à la médecine conventionnelle ou non conventionnelle, se serrent la main. Qu'ils confrontent leurs points de vue et associent leurs compétences pour le plus grand bien des malades. »

J'ai quitté son cabinet légère comme un papillon : avec un petit sourire au coin des lèvres et un grand livre dans les mains. Est-ce que les papillons peuvent porter des grands livres ? La preuve ! La légèreté est aussi un signe de force. La force de la sagesse. Une force heureuse. Mon voyage continue... Je suis un papillon !

Pinar Selek
avec la collaboration
d'Alain Desgranges

Plus d'informations :

Georges Silva
35 rue Barberis
06300 Nice
06 88 24 80 93
Mail : info@reflexologienice.fr
Site internet : reflexologienice.fr