

BIBLIOGRAPHIE

*Quelques ouvrages de notre bibliothèque qui nous ont servi pour la mise en place de ce cours.
Pour faire simple, nous n'avons indiqué que quelques ouvrages sur la médecine chinoise ou le massage thaï*

Massage abdominal et Microbiote

Pour commencer, un roman vrai et une bande dessinée : mais quel modèle, ce Dr Kersten !!!

- MA-1 **Joseph KESSEL** : Les mains du miracle, Ed. Gallimard, Paris, 1960
MA-2 **Arno KERSTEN, Emmanuel AMARA** : Félix Kersten, Ed. Patrick Robin, Paris, 2006
MA-3 **Patrice PERNA et Fabien BEDOUEL** : Kersten, médecin d'Himmler (2 tomes), Ed. Glénat, Grenoble, 2015
MA-4 **Michaël GERSHON** : The second brain, Ed. Harper Perennial, 1999
MA-5 **Pr Emeran MAYER** : The mind-Gut connection, Ed. Trédaniel, 2017
MA-6 **Pr Emeran MAYER** : La connexion cerveau-intestin, Ed. Harper Wave, Kindle, 2016
MA-7 **Giulia ENDERS** : Le charme discret de l'intestin, Ed. Actes Sud, 2015
MA-8 **Elena SENDER et Marc GOZLAN** : Le microbiote, allié de notre cerveau, Sciences et Avenir n° 835 p. 26-35, sept 2016
MA-9 **Dr Jacques MEDART** : Soignez le côlon irritable naturellement, Ed. Thierry Souccar, 2015
MA-10 **Isabella M. OBRIST** : Petit ventre heureux, Ed. Guy Trédaniel, 2013
MA-11 **Marie Laure TEYSSEDE** : L'ancrage énergétique, Ed. Jouvence, 2012
MA-12 **Dr Luc BODIN** : Ho'oponopono nouveau, Ed. Guy Trédaniel, 2016
MA-13 **Dr Luc BODIN** : La méthode AORA éveillez votre pouvoir guérisseur, Ed. Guy Trédaniel, 2012
MA-14 **Sandrine GALLIAC ALANBARI** : Au bonheur du ventre, Ed. Robert Jauze, 2009
MA-15 **Christian BRUN** : Chouchoutez votre intestin, Ed. Rustica, 2016
MA-16 **Dr Serge RAFAL** : Ben mon côlon ! les dernières découvertes sur le microbiote et l'intestin, Ed. Leduc, 2016
MA-17 **Pierre PALLARDY** : Et si ça venait du ventre ?, Ed. Robert Laffont, 2002
MA-18 **Bernard JENSEN** : Intestin libre, se soigner et se purifier par l'hygiène intestinale, Ed. Macro, 2015
MA-19 **Collectif** : Le guide du ventre, Hors-Série n°1 de la revue Ça m'intéresse, janvier 2014
MA-20 **Collectif** : Le ventre au cœur de notre santé, Le Figaro Santé, janvier-février-mars 2017
MA-21 **Danièle FESTY** : Tout vient du ventre (ou presque), Ed. Leduc, 2015
MA-22 **Dr Philippe MASLO et Marie BORREL** : Bien digérer (enfin !) sans médicaments, Ed. Leduc, 2016
MA-23 **Dr Louis BERTHELOT et Dr Jacqueline WARNET** : Les secrets de l'intestin, le filtre de notre corps, Ed. Albin Michel, 2011
MA-24 **Norman WALKER** : La santé de l'intestin : le côlon, Ed. Macro, 2016
MA-25 **Fabrice PAPILLON et Héloïse RAMBERT** : Le ventre notre deuxième cerveau, Ed. Tallandier, 2014
MA-26 **Dr Stephen T. CHANG et Richard MILLER** : Le livre des exercices internes, Ed. Sip, 1984
MA-27 **Pr Francisca Joly GOMEZ** : L'intestin notre deuxième cerveau, Ed. Marabout, 2014
MA-28 **Alain TARDY** : Quand le ventre va, tout va, Ed. Solar Santé, 2015
MA-29 **Boris CYRULNIK et collaborateurs** : Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner, Ed. Albin Michel, 2012
MA-30 **Dr Martine GRANIER** : Comment éviter que le colon et la flore intestinale dysfonctionnent, Kiné Actualité n°1452, 23 juin 2016
MA-31 **Marion KAPLAN** : 10 règles pour équilibrer votre corps et votre esprit, Ed. Jouvence, Genève, 2016
MA-32 **Philippe MARTEAU et Joël DORE et coll.**, Le Microbiote intestinal : un organe à part entière, Ed. John Libbey Eurotexte, 339 p., 2017
MA-34 **Pr Gabriel PERLEMUTER et Dr A.M. CASSARD**, Les bactéries, des amies qui vous veulent du bien, Ed. Solar, 378 p., 2016
MA-35 **Dr David PERLMUTTER et Kristin LOBERG**, L'intestin au secours du cerveau, Ed. Marabout, 416 p., 2017
MA-36 **Yann CHAVANCE et coll.**, Les superpouvoirs des bactéries, Dossier « Ça m'intéresse », p. 42 à 50, n° 446, avril 2018
MA-37 **Justin et Erica SONNENBURG**, L'incroyable pouvoir de votre microbiote, Ed. J'ai Lu, 379 p., 2015
MA-38 **Dr Antonello D'ORO**, SIBO : l'invasion des mauvaises bactéries dans votre intestin, Revue Santé Corps Esprit, p.10-19, n°18 déc. 2017
MA-39 **Dr Michel BRACK et Dr Arnaud Cocaul**, Dépolluez votre graisse interne, perturbatrice de l'intestin et du cerveau, Ed. Albin Michel, 2017
MA-40 **Muriel GOETTELMANN**, Le côlon : cerveau de nos émotions, siège de notre inconscient, Ed. Kindle, 93 p., déc. 2014
MA-41 **Jean FEIXAS et ROMI**, Histoire anecdotique du pet de l'antiquité à nos jours, Ed. Ramsay, 256 p., 1991
MA-42 **Dr Lissa RANKIN** : Quand le pouvoir de la pensée l'emporte sur les médicaments, Ed. Trédaniel, 2015
MA-43 **Takanori NAGANUMA**, Prendre soin de son intestin, la méthode japonaise pour renouer avec ses émotions, Ed. Pocket, 160 p., d2017
MA-44 **Dr Julien DROUIN**, Cancer : et si nos émotions pouvaient nous guérir ?, Ed. Trédaniel, 305 p., 2018
MA-45 **France GUILLAIN**, La méthode : bain dérivatif, alimentation, soleil, argile, Ed. du Rocher, 243 p., 2015
MA-46 **Takanori NAGANUMA** : Prendre soin de son intestin, Ed. Belfond, Paris, 2016

Ouvrages sur le massage abdominal et l'ostéopathie viscérale abdominale

La première description du réflexe dynamogénique : 1897 !!!. Merci docteur Stapfer !

- OVA-1 **Horace STAPFER** : Traité de kinésithérapie gynécologique, étude du système de Thure Brandt, Ed. Maloine, 1897
OVA-2 **Noémie GELINAS** : Massage du ventre et philosophie orientale pour tous, Ed. de l'Homme, Montréal, 2016
OVA-3 **Jo Ann STAUGAARD-JONES** : Le psoas, muscle vital, au cœur du bien-être physique et émotionnel, Ed. Sully, Vannes, 2014
OVA-4 **Gerda BOYESEN** : Entre psyche et soma, introduction à la psychologie biodynamique, Ed. Payot, 1990
OVA-5 **Xavier HLAVACEK et Tassanee BOOSOM** : Massage abdominal des organes internes, Doc. Pédag. du Lotus Blanc, 2014
OVA-6 **Mantak CHIA** : Stimulez votre énergie, l'aut-massage de jouvence par le chi, Ed. Jouvence, 1990
OVA-7 **Mantak CHIA** : Chi self massage, taoist way of rejuvenation, Universal Tao Center, DVD, 2009
OVA-8 **Jean Pierre BARRAL et Pierre MERCIER** : Manipulations viscérales, Ed. Maloine, 1983
OVA-9 **J. WEISCHENCK** : Traité d'ostéopathie viscérale, Ed. Maloine, 1981
OVA-10 **Sandra et Olivier STETTLER** : Le secret des auto-massages chinois, Ed. Jouvence, 2018
OVA-11 **Dr Luc BODIN** : Mes petits auto-massages bien-être, Ed. Jouvence, 2016
OVA-12 **Claude ROULLET** : Le massage abdominal à l'asiatique : une place pour les kinés, Blog « Massages Kiné d'Asie », juin 2016
OVA-13 **Claude ROULLET** : Massage abdominal « à l'asiatique », c'est encore mieux, Revue Kiné Actualité n°1459, septembre 2016
OVA-14 **Michel DUFOUR et coll.** : Massages et massothérapie, Ed. Maloine, Paris, 1999, (chapitre abdomen : p. 207-214)
OVA-15 **J.C. GUIMBERTEAU et Colin ARMSTRONG** : L'architecture du corps humain vivant, Ed. Sully, Vannes, 2016
OVA-16 **Jean François TERRAMORSI** : Ostéopathie structurelle, lésion structurée, concepts structurants, Ed. Gepro-Eolienne, Suisse, 2013

Ouvrages sur le Chi Nei Tsang

- CNT-1 **Mantak CHIA, Maneewan CHIA** : Chi Nei Tsang, Ed. Guy Trédaniel, 1992
CNT-2 **Mantak CHIA, Maneewan CHIA** : Chi Nei Tsang II « Chasser les vents », Ed. Guy Trédaniel, 2002
CNT-3 **Mantak CHIA** : Chi Nei Tsang 1 et 2, Universal Tao Center, 2 DVD, 2009
CNT-4 **Mantak CHIA** : Chi self massage, taoist way of rejuvenation, Universal Tao Center, 2 DVD, 2009
CNT-5 **Aisha SIEBURTH** : Ecole du Tao de la vitalité, 3 tomes (les fondements, CNT 1, de l'amour curatif), Ed. Ass. Soulimet, 2015
CNT-6 **Tifen** : L'éveil du ventre, Ed. Libre Label, 2015
CNT-7 **Gilles MARIN** : Guérir de l'intérieur avec le Chi Nei Tsang, Ed. Guy Trédaniel, 2008

Nutrition

- N-1 **Stella KALOGERAKI**, L'huile d'olive... un gage de longévité, Ed. Méditerranéo, 135 p., 2005
N-2 **Koula BARYDAKIS et Bill BRADLEY**, Foods of Crete : traditional recipes from the healthiest people in the world, Ed. authors, 157 p., 2006
N-3 **Anna ANASTASAKI**, Le régime crétois : recettes traditionnelles, Ed. Marmatakis frères, 143 p.
N-4 **Sofia IOANNOU et Fani KATSAVOUNI**, Les saveurs grecques de l'antiquité jusqu'à nos jours, Ed. Papadimas Ekdotiki, Athènes, 240 p., 2015
N-5 **Docteur Guy AVRIL**, Je mange méditerranéen au quotidien, Ed. Thierry Souccar, 155 p., 2017
N-6 **Collectif**, Méditerranée : 100 recettes gourmandes et ensoleillées, Ed. Hachette Cuisine, 221 p., 2017
N-7 **Myrsini LAMBRAKI**, La cuisine crétoise pour tous, Ed. Myrsini, 207 p., 2005
N-8 **François COUPLAN**, Le véritable régime crétois, Ed. Ellébore, 342 p., 2009
N-9 **Emmanuelle JUMEAU COURT**, Les incroyables vertus du régime crétois, Ed. Jouvence, 127 p., 2016
N-10 **André BURCKEL**, Les bienfaits du régime crétois, Ed. J'ai Lu Bien-Être, 185 p., 2002
N-11 **Marie BORREL**, Régime crétois : mes petites recettes magiques, Ed. Leduc Poche, 192 p., 2014
N-12 **Professeur Serge RENAUD**, Le régime crétois : incroyable protecteur de notre santé, Ed. Odile Jacob, 220 p., 2004
N-13 **Philippe CHAVANNE**, Le régime crétois : le guide et 70 recettes, Ed. First, 154 p., 2015
N-14 **Dr M. de LORGERIL et P. SALEN**, Le nouveau régime méditerranéen pour protéger sa santé et la planète, Ed. Poche Marabout, 543 p., 2017
N-15 **Docteur Jean SEIGNALET**, L'alimentation ou la troisième médecine, Ed. François-Xavier de Guibert, 660 p., 2009
N-16 **Christine BOUGUET-JOYEUX**, Tout à la vapeur douce, Ed. François-Xavier de Guibert, 143 p., 2005
N-17 **Docteur Jean Pierre POINSIGNON**, Rhumatismes : et si votre alimentation était coupable ?, Ed. François-Xavier de Guibert, 390 p., 2010
N-18 **Docteur Artemis SIMOPOULOS et Jo ROBINSON**, Le régime Oméga 3 pour sauver notre santé, Ed. EDP Sciences, 363 p., 2004
N-19 **Professeur Henri JOYEUX**, L'atout bio : changez d'alimentation, Ed. François-Xavier de Guibert, 392 p., 2008
N-20 **Dr Christian PAUTHE et Jean Marie OZANNE**, L'alimentation crue : une application de la 3ème médecine, Ed. F-X de Guibert, 518 p., 1999
N-21 **Marion KAPLAN**, Alimentation sans gluten ni laitages, Ed. Jouvence, 223 p., 2010
N-22 **Marion KAPLAN**, Paléobiotique : changez radicalement d'alimentation, Ed. Thierry Souccar, 352 p., 2015
N-23 **Dr Alain DELABOS**, Mincir sur mesure grâce à la chrononutrition, Ed. Albin Michel, 379 p., 1999
N-24 **Michel GUERARD**, La grande cuisine minceur, Ed. Michel Laffont, 403 p., 2009
N-25 **Michel GUERARD**, Minceur essentielle : la grande cuisine santé, Ed. Albin Michel, 376 p., 2012

- N-26 **Julie ANDRIEU et Michel GUERARD**, Comment briller aux fourneaux sans savoir cuire un œuf, Ed. Agnès Viénot, 320 p., 2011
- N-27 **Dr Jacques MEDART et Angélique HOULBERT**, Le nouveau régime diabète : index glycémique bas, Ed.Th. Souccar, 346 p., 2012
- N-28 **Dr Jean Michel COHEN et Dr Patrick SEROG**, Savoir manger : le guide des aliments, Ed.Flammarion, 968 p., 2006
- N-29 **Pr Jean-Noël FABIANI et Bernard PACAUD**, La cuisine de vos artères, Ed. Albin Michel, 204 p., 1995
- N-30 **Anne DUFOUR et Aglaé BLIN**, A votre bon cœur : 100 recettes gourmandes, Ed. Leduc, 218 p. 2004
- N-31 **Jean François HÄMMERLE et Clémence CATZ**, les plus puissants des super aliments, Ed. Marabout, 222 p., 2015
- N-32 **Dr Pierre DUKAN**, La méthode DUKAN, Ed. Flammarion, 256 p., 2009
- N-33 **Dr Pierre DUKAN**, Maigrir : l'arme absolue, Ed. Belfond, 185 p., 1978
- N-34 **Carole GARNIER**, Mes petites recettes magiques sans gluten et sans lactose, Ed. Leduc, 246 p., 2010
- N-35 **MICHKA**, la spiruline : une algue pour l'homme et la planète, Ed. Georg, 176 p., 1992
- N-36 **Dr Jean Louis VIDALO**, Spiruline : l'algue bleue de santé et de prévention, Ed. Dauphin, 319 p., 2008
- N-37 **Dr Marvin EDEAS**, les secrets de santé du thé, Ed. Alpen, 95 p., 2007
- N-38 **Dr Yves DONADIEU et Dr Pham QUANG CHAU**, Le Ginseng, Ed. Maloine, 158 p., 1985
- N-39 **Dr Patricia PACAUT**, Les bons sucres pour maigrir, Ed. Alpen, 94 p., 2005
- N-40 **Sandrine GIACOBETTI**, 130 recettes sans gluten, Ed. Marabout, 157 p., 2007
- N-41 **Louise BLAIR**, Petite bible de la cuisine sans gluten, Ed. Marabout, 239 p. 2012
- N-42 **Christine BOUGUET-JOYEUX**, Guide pratique de gastronomie familiale pour la santé, Ed. François-Xavier de Guibert, 476 p., 2008
- N-43 **Joe CROSS**, Jus : la cure détox et minceur, Ed. Larousse, 271 p., 2015
- N-44 **Marie BORREL**, Détox : 12 programmes pour faire peau neuve, Ed. Hachette Forme, 295 p., 2014
- N-45 **Myriam DARMONI**, Cure de jus : santé et détox, Ed. Leduc, 224 p., 2015
- N-46 **Elicit MARANIK**, Smoothies détox, Ed. Ullmann, 143 p. 2015
- N-47 **Kara M.L. ROSEN**, Les bienfaits des jus : détoxifiez-vous, Ed. Larousse, 144 p., 2015
- N-48 **André BURCKEL**, Le régime microbiote en 60 menus : se soigner par les probiotiques, Ed. Médiclaro, 250 p., 2018
- N-49 **André BURCKEL**, Le régime microbiote pour un microbiote intestinal équilibré, Ed. Médiclaro, 247 p., 2016
- N-50 **COLLECTIF**, La révolution microbiote, Ed. La Recherche, février 2018
- N-51 **Dr Alexandra DALU et Alix LEFIEF-DEL COURT**, Vive l'alimentation cétogène, Ed. Leduc, 320 p., 2016
- N-52 **Michèle HOUDE et Dr Bernard ARANDA**, Le régime cétogène pour votre cerveau, Ed. Thierry Souccar, 320 p., 2018
- N-53 **Ulrich et Nelly GENISSON**, Le grand livre de l'alimentation cétogène, Ed. Thierry Souccar, 448 p., 2017
- N-54 **Dr Catherine Kousmine**, Sauvez votre corps, Ed. Robert Laffont, Paris, 429 p., 1987
- N-55 **Alexandra RETION et Stéphanie de TURCKHEIM**, Le régime crétois : le secret de la longévité, Ed. Hachette Pratique, 207 p., 2018
- N-56 **Marion KAPLAN**, Régime méditerranéen, la panacée ?, Ed. 95 Degrés, p.6-7 et des recettes sur 95 pages, été 2018
- N-57 **Maria et Nikos PSILAKIS**, La cuisine crétoise, un régime miracle, Ed. Karmanor, Héraklion, 207 p., 2000,
- N-58 **Myrsini LAMBRAKI**, Plantes, herbes, légumes verts, fruits : les clefs du régime méditerranéen, Ed. Typokreta, Héraklion, 173 p., 2001
- N-59 **Maria et Nikos PSILAKIS**, Huile d'olive, le secret de la bonne santé, Ed. Karmanor, Héraklion, 176 p., 2000,

Jeûne

- J-1 **Thomas UHL**, Et si je mettais mes intestins au repos, Ed. Solar, 320 p., 2016
- J-2 **Thomas UHL**, La méthode Uhl : jeûner chez soi sans risque et sans effort, Ed. Santé nature Innovation, 94 p., janvier 2018
- J-3 **Docteur Jean Pierre WILLEM**, Le jeûne : une méthode naturelle de santé et de longévité, Ed? Trédaniel, 192 p., 2015
- J-4 **Docteur Françoise WILHELMI DE TOLEDO**, L'art de jeûner : manuel du jeûne thérapeutique Buchinger, Ed. Jouvence, 237 p., 2010
- J-5 **Thierry de ESTRADÉ**, Le jeune : une nouvelle thérapie ,, Ed.Arte-La découverte, 218 p., 2013
- J-6 **Docteur Lionel COUDRON**, Le guide pratique du jeûne, Ed. Terre Vivante, 159 p., 2017
- J-7 **Dr Fabrice KUHN**, Sport le ventre vide : les bénéfices santé multipliés, Revue Santé Corps Esprit, p.24-26, n°18 déc. 2017
- J-8 **Docteur Petra BRACHT**, Le jeûne intermittent : longévité, minceur et santé. Ed. Médicis, , 144 p., 2018

Cohérence Cardiaque

- CC-1 **Dr David O'HARE**, Cohérence cardiaque 3.6.5., Ed. Thierry Souccar, 112 p., 2012
- CC-2 **Patrick DROUOT et Marie BORREL**, Le guide pratique de la cohérence cardiaque, Ed. Trédaniel, 214 p., 2017
- CC-3 **Luca OPPIZZI**, Du calme : la cohérence cardiaque pour une méditation réussie, Ed. PsyCohérence, 115 p., 2016