



# JEAN-MARC TRIBOULET

Fondateur et gérant d'HELIA Portage

[www.heliaportage.com](http://www.heliaportage.com)

[www.shentao.fr](http://www.shentao.fr)

## PRÉSENTATION PERSONNELLE

Originaire de Lyon, Jean-Marc est depuis 25 ans un dirigeant d'entreprise atypique. Il a toujours placé au coeur de ses diverses activités les piliers intangibles que sont l'harmonie et la sérénité. Fort de cet attachement à l'importance de la fluidité, il s'est tourné naturellement depuis 15 ans vers les méthodes millénaires de prévention, de santé et de bien-être prônées par les cultures d'Asie et de Chine. Un pas dans l'univers du Yin et du Yang et sur le passionnant chemin du TAO.

## PRÉSENTATION DE MON ENTREPRISE ET DE DE MON TRAVAIL

Praticien en Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), Jean-Marc voyage au gré de ses passions. Il a commencé par la réflexologie puis l'aromathérapie qui lui ont ouvert les portes de l'énergétique chinoise et des préceptes de santé taoïstes véhiculés par les ouvrages du Su Wen, du Tao Te King et du Ling Shu. Des savoirs millénaires qui le passionnent et dont il s'est imprégné pour les transmettre avec la plus grande application. Perfectionniste, il cherche à marier les vertus des huiles essentielles et des points d'acupuncture par une méthode exclusive qu'il enseigne aujourd'hui au sein de l'école SHENTAO qu'il a créée.

Partager pour permettre à chacun de grandir et de s'accomplir...

C'est également dans cet esprit que Jean-Marc a créé HELIA Portage, la seule société de portage française exclusivement dédiée aux professionnels des médecines douces et du bien-être qui regroupe aujourd'hui plus de 170 thérapeutes.

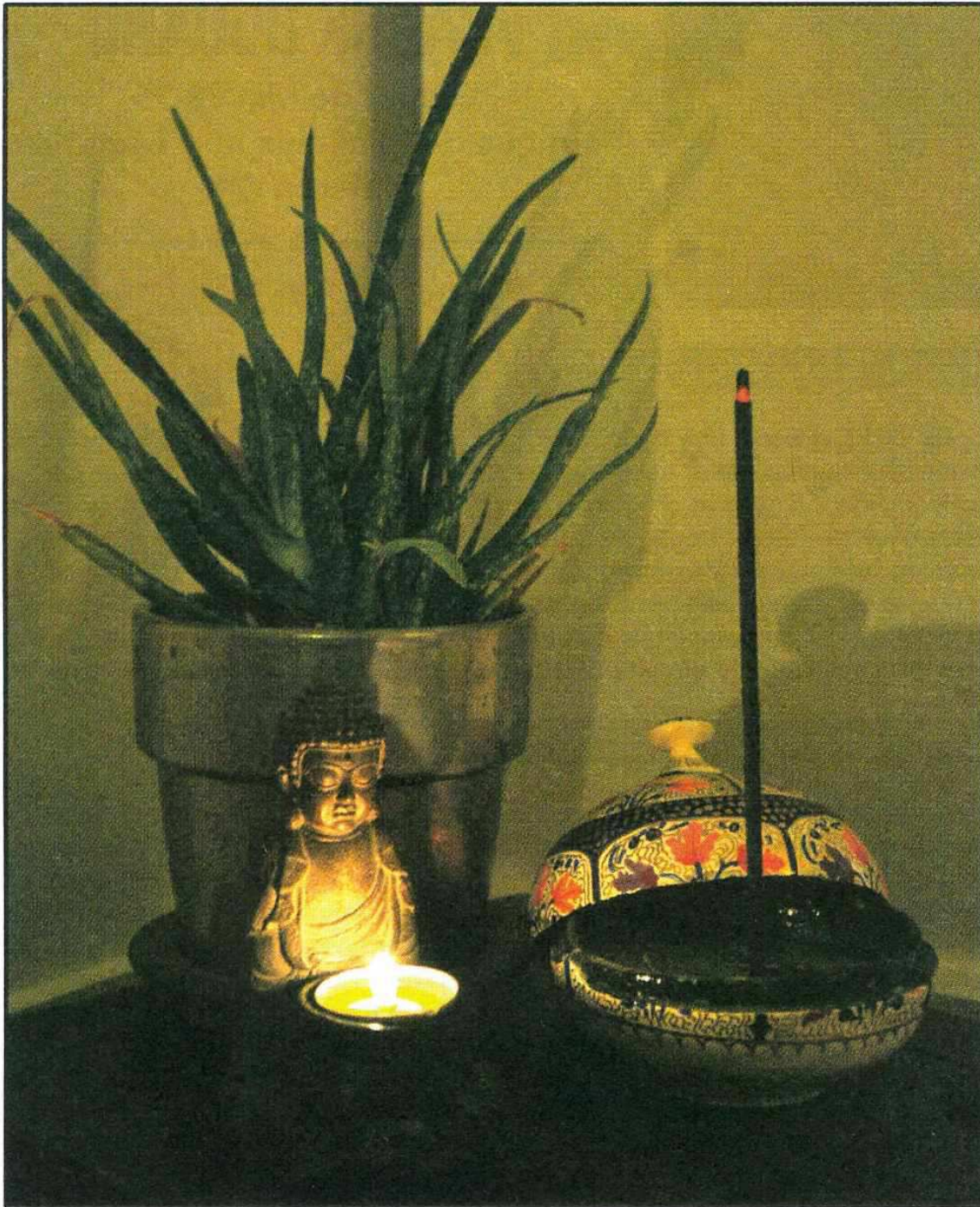
## L'INTÉRÊT DES ENCENS

Selon les médecines orientales, la vie est un équilibre dynamique faisant alterner les phases yin et les phases yang d'une même vérité. Le bonheur et le bien-être résident dans notre attachement quotidien à faire en sorte que ces phases ne soient ni trop hautes ni trop basses. C'est la quête du TAO ou la Voie du Milieu.

Bien nourrir nos énergies est essentiel à notre santé et à notre épanouissement. Tout comme les aliments sont des nourritures du corps, les encens, par leurs effluves et fragrances, s'adressent d'abord à notre esprit, à notre inconscient et peuvent toucher notre âme...

Purifier nos énergies internes, nos émotions mais également les lieux dans lesquels nous vivons et travaillons avec des encens est salutaire. Cette pratique laisse flotter un parfum venu d'ailleurs, apaise le cœur et éveille en nous un sentiment de paix et de bien-être. Un éveil des sens ou éveil d'essences...





## LES ENCENS EN PRATIQUE DANS MON MÉTIER

En MTC nous utilisons régulièrement des petits cônes d'armoise que nous roulons jusqu'à obtenir la taille d'un grain de riz. Cette petite boule d'armoise est alors posée sur un point d'acupuncture et allumée avec un bâtonnet d'encens. Ce sont, dans ce cas, des encens japonais ayant un parfum très léger qui doivent être utilisés. J'aime également beaucoup les résines naturelles qui ont des propriétés antiseptiques et des fragrances apaisantes. Le Benjoin du Laos est utile dans les milieux professionnels pour stimuler l'esprit et la créativité. L'oliban de Somalie, plus fruité, aide l'esprit (le Shen en MTC), la conscience. La Myrrhe apporte la sagesse, la sérénité et la confiance en soi. Les encens et les bols tibétains sont également utilisés pour la purification d'une pièce avant, pendant et après les formations.