

Rezah Khouchane

VOS YEUX

Miroir de votre santé

LES BIENFAITS
L'IRIDOLOGIE HOLISTIQUE



Table des matières

Remerciements	6
Avant-propos	11
Avertissement	17
Introduction	19
1. L'IRIDOLOGIE PARMIS LES DIFFÉRENTES MÉDECINES	23
Les médecines conventionnelles	23
Les médecines alternatives	24
Les médecines curatives et les médecines préventives	25
2. AUX ORIGINES DE L'IRIDOLOGIE	29
Les origines historiques	29
• <i>La période antique</i>	30
• <i>La période moderne</i>	31
Les origines biologiques	34
• <i>L'anatomie générale de l'œil</i>	34
• <i>La structure de l'iris</i>	37
Les origines symboliques	44
• <i>La symbolique égyptienne de l'œil</i>	45
• <i>L'œil d'Horus, tout un symbole</i>	46
• <i>Les yeux : une porte entre deux univers</i>	49

3. L'IRIDOLOGIE CLASSIQUE 53

Qu'est-ce que l'iridologie physique et traditionnelle ? 53

- *Les grands principes* 54
- *Ce qui n'est pas décelable avec l'iridologie* 60
- *Les différentes lectures possibles* 61

Les nuances entre les différents courants en iridologie 64

4. L'IRIDOLOGIE HOLISTIQUE 69

Qu'est-ce que l'iridologie holistique ? 69

Les différents domaines de lecture
en iridologie holistique 77

- *Lecture de la constitution* 78
- *Lecture de la personnalité* 79
- *Lecture comportementale* 80
- *Lecture des événements conscients et inconscients* 81
- *Lecture des émotions, des blocages
et des traumatismes* 82
- *Lecture des interactions et conflits relationnels* 84
- *Lecture énergétique* 85
- *Lecture astrologique* 88

5. LES PRINCIPES D'UNE CONSULTATION EN IRIDOLOGIE 91

Les supports de l'iridologie 91

- *Les instruments indispensables* 91
- *Les cartographies classiques* 94
- *La carte émotionnelle de l'auteur* 97

Les fondamentaux d'une analyse en iridologie 98

Le déroulement d'une consultation en iridologie 101

- *Le premier rendez-vous : la récolte des données* 101

• <i>Le deuxième rendez-vous :</i>	
<i>le compte rendu et les préconisations</i>	104
• <i>Les rendez-vous suivants : le suivi thérapeutique</i>	106
Deux interprétations possibles	
d'une maladie en iridologie	107
• <i>La somatisation</i>	108
• <i>Exemples de somatisation des émotions</i>	108
• <i>Le décodage</i>	109
• <i>Exemples de décodage des émotions</i>	111
Les préconisations et le suivi en iridologie	114
Des conseils pour bien choisir son praticien en iridologie	117

6. ÉTUDES DE CAS EN IRIDOLOGIE HOLISTIQUE **121**

Un bilan des terrains physique et émotionnel	122
Des cas de somatisation	126
Des cas de décodage	130

7. CHEMINER VERS LA GUÉRISON **135**

Guérir le corps, l'âme et l'esprit	135
Avoir confiance en la guérison	136
Accepter et donner du sens à la maladie	138
Suivre les 5 étapes essentielles du chemin de guérison	139

8. DES PRATIQUES NATURELLES EN SOUTIEN À L'IRIDOLOGIE **147**

Rappel et notions importantes	147
Les fleurs de Bach	148
Les huiles essentielles	150
La naturopathie	151

Le jeûne	153
La sophrologie	153
La sonothérapie	155
L'EMDR	155
Les soins énergétiques et le rééquilibrage des chakras	157
La méditation	158
Les pratiques d'affirmations positives	159
Les activités sportives	160
L'amour: donner et recevoir	161
Conclusion	163
Glossaire	167
Bibliographie	183
Mes offres de services	185

*Les yeux sont des portes
entre vos mondes extérieur et intérieur.
Ils mettront en lumière les maux
qui rongent votre corps ou votre esprit
et vous guideront vers le chemin de guérison.
Les symptômes dissimulent les secrets
mais le corps rappelle au bon sens.*



1.

L'IRIDOLOGIE PARMI LES DIFFÉRENTES MÉDECINES

L'iridologie se situe à la croisée de plusieurs méthodes de santé. Même si elle est classée dans la catégorie des médecines préventives et alternatives, il est important de la mettre en relation avec différentes branches du monde médical officiel (pour répondre au mieux aux besoins de chaque individu) et de savoir aussi la situer par rapport aux autres pratiques de médecine naturelle.

Les médecines conventionnelles

Avant d'évoquer les médecines douces et leur rapport avec l'iridologie, il est important de parler des médecines dites conventionnelles.

Les médecines conventionnelles sont considérées comme l'élite des pratiques médicales au sein de notre monde occidental. Elles s'appuient sur des traitements ayant obtenu une validation scientifique et sur des preuves avérées par des essais cliniques, qui sont incontournables. Cette médecine produit des tests, des essais, suivant un processus méthodologique, avec rigueur

et répétition, jusqu'à validation. Cette approche médicale est souvent à l'origine de nouvelles découvertes. La pratique des médecines conventionnelles se trouve généralement scindée en fonction des organes du corps à traiter avec, pour chacun, un praticien spécifique (cardiologue, gastro-entérologue, etc.).

Tout au long de cet ouvrage, nous reviendrons constamment sur l'importance d'une telle médecine, car elle permet de poser un diagnostic. Toutefois, il nous paraît évident que les médecines conventionnelles et les médecines parallèles devraient être associées pour plus d'efficacité ! Elles sont complémentaires et ont le même objectif : soigner et apporter un accompagnement bénéfique au malade.

Les médecines alternatives

Les médecines alternatives (appelées aussi « douces » ou « non conventionnelles ») regroupent l'ensemble des médecines dites parallèles, qui emploient d'autres formes thérapeutiques que celles qui sont reconnues ou validées scientifiquement.

Généralement, les personnes ont recours aux pratiques alternatives quand la médecine classique a échoué dans le traitement de leurs pathologies ou par souci par exemple de réduire les médicaments qu'ils prennent ainsi que leurs effets secondaires. De plus, la médecine alternative accorde une place importante à l'écoute de la personne, à sa globalité et à son histoire...

Les médecines alternatives tirent souvent leur origine de traditions culturelles anciennes, plus particulièrement d'Asie et d'Amérique latine, où l'approche de la maladie est depuis longtemps fondée sur une vision plus globale de l'être humain. Ces sociétés ont été très tôt réceptives (par rapport à

1. L'iridologie parmi les différentes médecines

l'Occident) aux avancées de conscience mettant l'accent dans leurs pratiques sur l'équilibre entre le corps, l'esprit et l'environnement, ce qui différait encore récemment des pratiques occidentales. Ces méthodes naturelles nous aident à prévenir, aider, appréhender ou soulager divers types de maux ou souffrances.

Les médecines douces ne répondent pas toutes aux mêmes besoins et n'ont pas le même impact en fonction des individus. Elles ne se substituent pas non plus à un avis ou à un traitement médical. Il est donc important de bien se renseigner à leur sujet et de trouver la pratique de médecine douce qui correspond aux besoins réels de l'individu et à sa personnalité.

Les médecines curatives et les médecines préventives

Deux types d'approches de médecine sont présents dans le monde occidental : la médecine curative (la plus connue) et la médecine préventive (en pleine ascension actuellement sur le vieux continent). Il est bon de préciser que l'une n'est pas supérieure à l'autre : elles se complètent et l'on a recours à l'une plutôt qu'à l'autre en fonction d'un critère d'urgence.

Actuellement, lorsque nous tombons malades, nous prenons généralement un rendez-vous avec un médecin, qui nous prescrit le plus souvent un médicament en fonction de son diagnostic. On parle de médecine curative car le traitement est adapté et proposé en fonction des symptômes.

Dans la médecine préventive, l'approche est différente : elle permet d'anticiper les problèmes médicaux avant qu'ils n'apparaissent. On dit souvent qu'il vaut mieux prévenir que guérir, n'est-ce pas ?!... Un exemple de médecine préventive

VOS YEUX, miroir de votre santé

est celui des vaccins, qui permettent d'anticiper l'apparition d'une maladie.

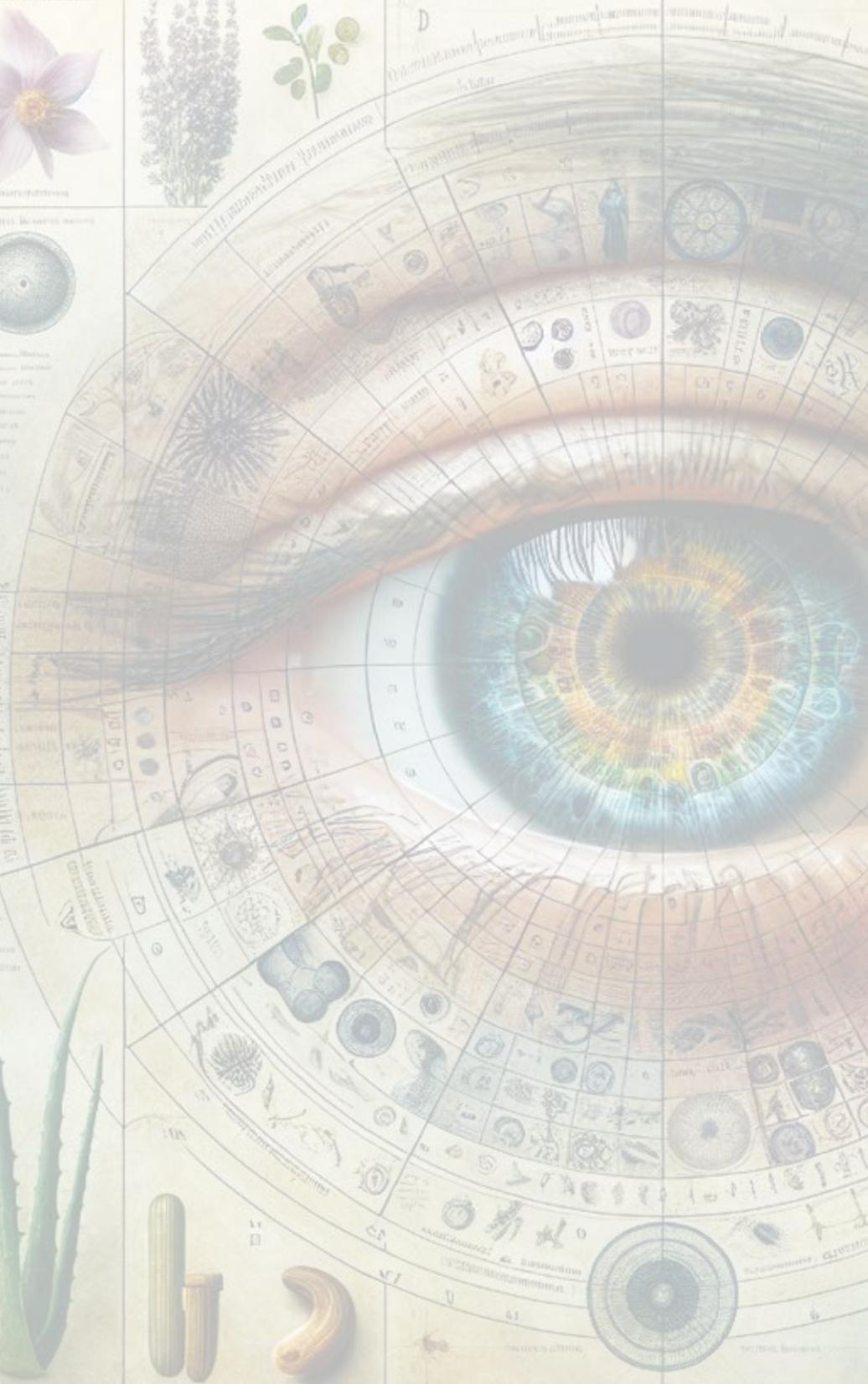
Pour illustrer le lien entre la médecine préventive et le formidable outil qu'est l'iridologie, imaginez que l'on vous offre un carton où se trouvent trois maladies que vous pourriez potentiellement développer. Combien d'entre vous ouvriraient cette boîte?... Or, cette boîte, nous l'avons tous reçue à la naissance: c'est notre patrimoine génétique, qui renferme des prédispositions à certaines maladies. Il s'agit de maladies que nous pouvons considérer comme ayant un potentiel accru d'apparition au cours de notre vie. L'objectif de l'iridologie sera de vous révéler en partie de telles prédispositions. Sachant que le but de la médecine préventive n'est pas de rendre le sujet anxigène, mais de lui permettre de prendre conscience des forces ainsi que des faiblesses de son corps. C'est pourquoi si nous faisons tous, vers l'âge de 20 ans, un bilan iridologique, cela nous permettrait de mettre en place les actions nécessaires au maintien de notre santé et donc de réduire le potentiel déclenchement d'une maladie.

À l'heure des réformes de la sécurité sociale dans nos pays (en raison des coûts exorbitants des prises en charge médicales conventionnelles), il serait bien de pouvoir alléger nos impacts financiers par de bonnes pratiques. La prévention se réalise dans tous les domaines de la vie, alors pourquoi ne pas l'appliquer également dans ce qui devrait être notre souci premier: la santé?!

Dans sa pratique, l'iridologie est un bon compromis, car elle nous aide à adapter notre mode de vie à notre organisme. Elle permet d'atteindre une connaissance de soi-même et de son patrimoine héréditaire. Actuellement, beaucoup de

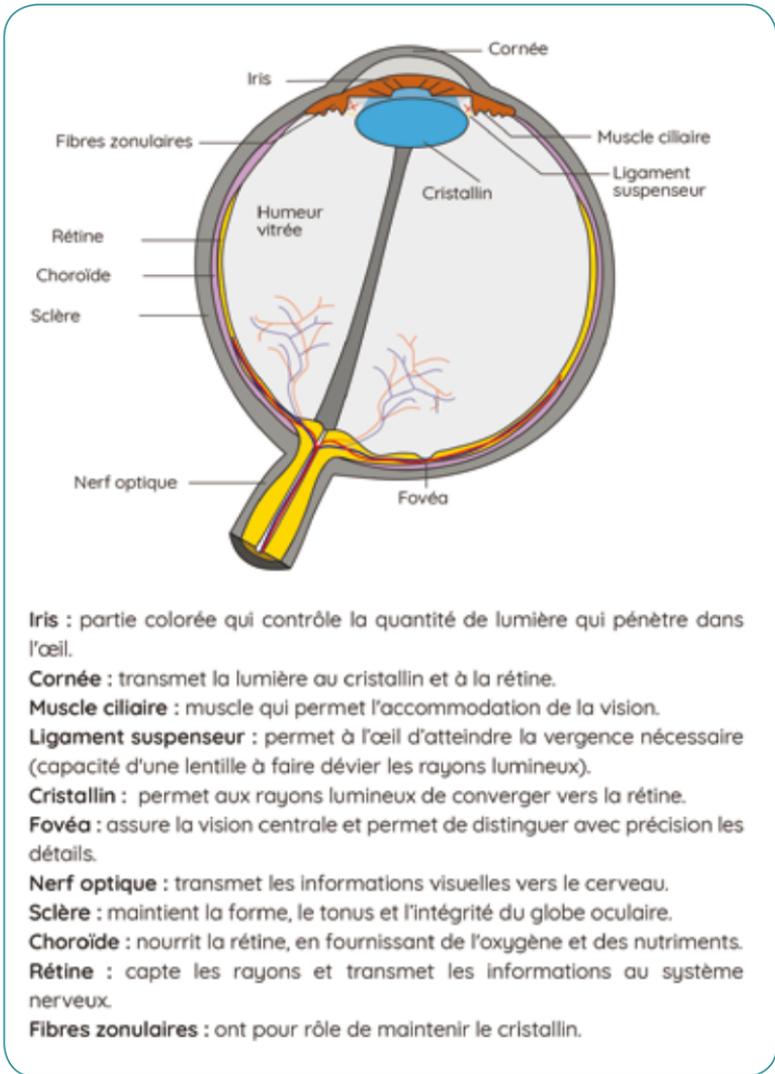
1. L'iridologie parmi les différentes médecines

personnes pensent être en pleine forme et veulent vérifier leur état réel de santé. Le but d'une consultation en iridologie est d'obtenir une perspective par rapport au futur et une vision globale. Ce qui peut avoir un effet direct sur notre espérance de vie. Consulter un iridologue, c'est donc le moyen d'obtenir des informations, de se donner pour le futur la possibilité de maintenir une bonne santé et de conserver un bien-être corporel, émotionnel, psychique, voire spirituel...



2. Aux origines de l'iridologie

La constitution de l'œil



Chaque iris possède son schéma unique de taches, lignes et couleurs.

La constitution de l'iris

On parle souvent de « terrains » en iridologie car, sur la population mondiale, il n'existe que très peu de constitutions différentes. L'aspect général de l'iris va du bleu au noir, en passant par le vert, le gris et le marron. Nous faisons tous partie de l'un des trois types d'iris : le « Lymphatique Fibrillaire », l'« Hématogène Pigmentaire » ou le « Bilio-Pancréatique » (combinaison des deux premiers). Voyons ce que recouvrent ces termes :

- **L'iris bleu** (« Lymphatique Fibrillaire ») a une coloration de base bleu clair, qui peut varier vers les tons verts ou gris. Il témoignerait généralement d'un système immunitaire fragile avec des prédispositions aux pathologies respiratoires, aux allergies, aux pathologies arthritiques, rhumatismales ou cutanées.
- **L'iris brun** (« Hématogène Pigmentaire ») annoncera de potentielles faiblesses axées sur le système cardiovasculaire et digestif.
- **L'iris mixte** (« Bilio-Pancréatique »), qui peut avoir une coloration vert-brun, indiquera généralement des prédispositions pathologiques au niveau du foie, des perturbations du métabolisme des glucides et des problèmes pouvant toucher le système digestif.



Iris Bleu - Lymphatique Fibrillaire

Terrains généralement liés à l'estomac, aux inflammations, aux problèmes d'éliminations, à la peau.

Apparence : principalement bleu ou diverses nuances telles que bleu-blanc, blanc-bleu, bleu-gris, gris, bleu-noir, verdâtre ou vert. Les fibres sont visibles.

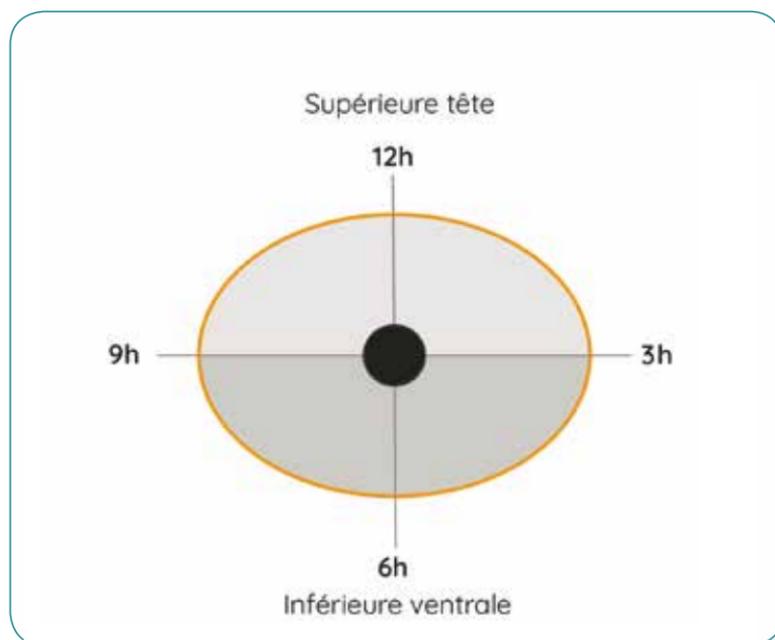
	<p>Iris Marron - Hématogène Pigmentaire Terrains généralement liés au foie, aux systèmes veineux, circulatoire et digestif.</p> <p>Apparence : un pigment de mélanine brun uniforme et mat, recouvrant les fibres avec une texture veloutée et spongieuse ; la couleur peut aller du brun-clair au brun-foncé ou brun-noir au noir. Les fibres ne sont pas ou peu visibles.</p>
	<p>Iris Mixte - Bilio-Pancréatique Terrains généralement liés au pancréas, au métabolisme des glucides, à la malabsorption, au ralentissement digestif.</p> <p>Apparence : mélange de génétique d'iris bleu et brun qui rend un brun clair et/ou verdâtre et/ou ambré avec un brun central, ou diverses combinaisons. Certaines fibres sont visibles.</p>

La structure de l'iris

Comme je l'ai déjà précisé, ce livre n'a pas vocation à former le lecteur à l'iridologie. Cependant, il est nécessaire de fournir au néophyte une connaissance suffisante de la structure de l'iris pour lui permettre d'assimiler les découvertes au fil de sa lecture et ensuite de comprendre les mécanismes de cet outil d'analyse. Après avoir présenté ci-dessus l'anatomie de l'œil de façon générale, découvrons à présent de manière plus approfondie la partie qui nous intéresse vraiment en iridologie : l'iris, avec les différentes zones et parties qu'il contient.

Les grandes parties de l'iris

Le schéma ci-dessous nous permet de nous situer rapidement sur les deux yeux (droit et gauche).



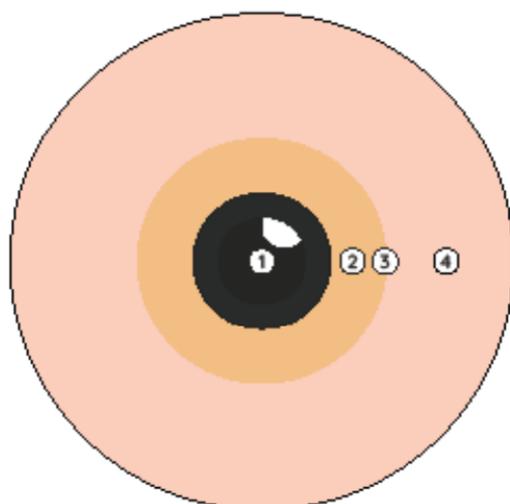
La lecture des iris se fait de manière chronologique, en suivant une disposition similaire à celle d'une horloge. Chaque zone de l'iris correspond à une partie spécifique du corps, organisée selon un cadran, ce qui permet de repérer les informations rapidement et avec précision. Cette approche facilite non seulement l'analyse pour un praticien, mais elle s'avère également très utile lors d'échanges entre professionnels. Grâce à cette méthode structurée, les divers praticiens peuvent se référer facilement à des zones spécifiques et retrouver rapidement les informations pertinentes.

2. Aux origines de l'iridologie

Le schéma offre également une indication concernant la zone corporelle où l'on se trouve dans le corps. Dans l'iris, la partie nommée « Inférieure ventrale » correspond par exemple aux organes situés dans la partie basse du corps humain, tels que les pieds, les jambes et/ou les organes du bas-ventre. Inversement, la partie nommée « Supérieure tête » (ou « tête de l'iris ») reflète le haut du corps, incluant les organes thoraciques, la région cervicale et les zones de la tête, telles que le cerveau et les organes sensoriels par exemple. Cette organisation anatomique permet au praticien d'associer rapidement des zones spécifiques de l'iris à des parties précises du corps, facilitant ainsi l'interprétation et le diagnostic en iridologie.

Les 3 zones de l'iris

À noter que, dans l'illustration ci-dessous, il s'agit d'un œil droit. Il conviendra par conséquent d'inverser symétriquement l'illustration pour un œil gauche, sans modifier bien sûr le principe du sens horaire qui, lui, reste positionné de même.



Nous observons la pupille au centre ainsi que 3 grandes zones principales qui composent l'iris.

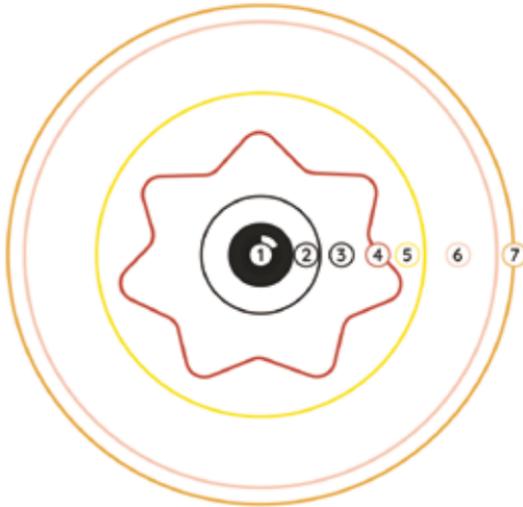
Les zones contiennent plusieurs cercles définis et détaillés dans le schéma « Étude des cercles ».

L'observation va se faire du centre vers l'extérieur.

- ① **Pupille** ; contour de la pupille représentant la première zone de lecture via le premier cercle (1).
- ② **Zone pupillaire** ; composée de 2 cercles (2 et 3).
- ③ **Collerette** ; barrière entre les zones précédentes (2 et 1) et la zone suivante (4).
- ④ **Zone ciliaire** ; composée de 3 cercles (les cercles 5, 6 et 7 représentés dans le schéma « étude des cercles »).

Les 7 cercles de l'iris

En partant de la pupille pour aller vers le bord extérieur de l'iris, les iridologues ont identifié plusieurs zones dans un ordre bien défini, qui font partie d'un schéma de représentation des différents systèmes du corps humain.



Nous allons observer 7 cercles en partant du centre à la périphérie, que nous allons lire en iridologie traditionnelle.

En partant de la pupille, pour aller vers le bord extérieur de l'iris, plusieurs zones représentent les différents systèmes du corps humain.

- ① **Cercle 1** : collé à la pupille, l'anneau pupillaire nous donne des informations sur le système nerveux central.
- ② **Cercle 2** : nous donne des informations sur l'estomac.
- ③ **Cercle 3** : nous donne des informations sur l'intestin grêle et le côlon.
- ④ **Cercle 4** : la collerette nous donne des informations sur le système nerveux autonome.
- ⑤ **Cercle 5** : situé juste après la collerette, nous donne des indications sur les gros vaisseaux et le système ganglionnaire.
- ⑥ **Cercle 6** : partie la plus visible et la plus imposante dans la lecture de l'iris, elle représente différents organes (poumons, foie, cerveau...) selon les secteurs du cercle considérés.
- ⑦ **Cercle 7** : nous donne des indications quant à la petite circulation, la peau, l'élimination et la lymphe.

VOS YEUX, miroir de votre santé

Les différents cercles sont imbriqués à la façon d'une poupée russe, partant du centre jusqu'à l'extrémité. La pupille (l'élément noir central) est suivie de la zone intestinale représentant en partie l'estomac, les intestins et le côlon. Viennent ensuite le système nerveux sympathique et la zone glandulaire, puis la zone organique, la zone circulatoire (lymphatique et sanguine), pour terminer par la peau (le revêtement du corps). Notons que, parmi ces zones, des places (considérées comme des secteurs) correspondent à chaque organe spécifique du corps. Par exemple, la partie cérébrale se situe à 12 heures, la partie des jambes et des pieds à 6 heures.

Concernant les différents signes, plusieurs indices, symboles et éléments vont nous permettre d'interpréter leurs significations.

On retrouvera notamment des termes iridologiques comme :

- **Radii Solaris** : fines lignes sombres partant du centre de l'iris, pouvant indiquer des toxines ou une faiblesse nerveuse.
- **Fibres** : lignes microscopiques constituées de tissu conjonctif et disposées en rayons autour de l'iris, dont l'aspect, la densité, l'orientation et la régularité renseignent sur l'état général de santé.
- **Ogives** : arcs de cercle ou structures courbes indiquant une fragilité particulière dans un organe ou système.
- **Lacunes** : espaces ouverts ou dépressions dans les fibres de l'iris, révélant des zones de faiblesse organique.
- **Anneaux de Spasmes** : cercles concentriques montrant une tension nerveuse ou musculaire.
- **Cryptes** : trous profonds dans l'iris liés à des déficiences héréditaires ou chroniques.
- **Flocons** : zones floues ou nuageuses indiquant un excès de mucus ou des problèmes lymphatiques.
- **Pigments** : dépôts de couleur spécifique, souvent liés à des troubles métaboliques ou hépatiques.

2. Aux origines de l'iridologie

- **Taches** : points colorés sur l'iris, associés à des dépôts de toxines ou à des déséquilibres métaboliques.

Tous ces termes ont des significations propres à l'iridologie et représentent des marqueurs d'interprétation. Ces éléments sont particuliers en fonction de leur emplacement. Certains signes peuvent être :

- **topolabiles**, c'est-à-dire importants pour ce qu'ils sont ;
- **topostabiles**, c'est-à-dire importants pour leur localisation.

Pour finir, la structure (« mamillation, craqué, etc. »), la couleur (« brun, orange, jaune, blanc, etc. »), la taille (« petit, grand, moyen ») et la bordure (« colorée, épaisse, etc. ») de l'œil sont également importantes à prendre en considération.

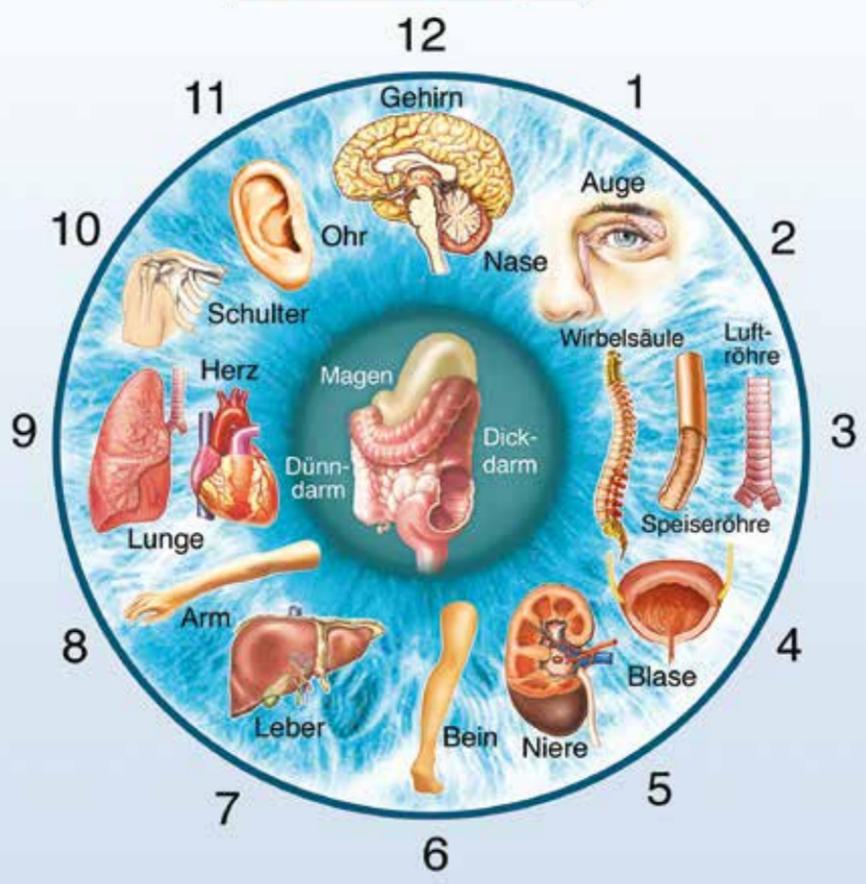
En iridologie, il est important de souligner qu'il est impossible de détailler systématiquement chaque couleur, forme ou taille observées dans l'iris. Ces caractéristiques sont étroitement liées à l'individualité de chaque personne, et leur interprétation dépend de nombreux facteurs tels que le parcours de vie, l'historique personnel et la génétique de l'individu. Même lorsqu'une couleur ou une forme semblent identiques entre deux personnes, leur signification peut varier profondément.

Prenons un exemple concret : deux individus présentent un carré noir dans le même secteur de l'iris, associé à la zone rénale (à 6h 15). Pour l'un, cela pourrait indiquer une difficulté à éliminer une situation émotionnelle ou physiologique alors que, pour l'autre, la même couleur et la même forme pourraient refléter une prédisposition à la formation de calculs rénaux. Ces différences soulignent combien l'interprétation doit vraiment être personnalisée.

Carte des iris de Bernard Jensen

œil droit

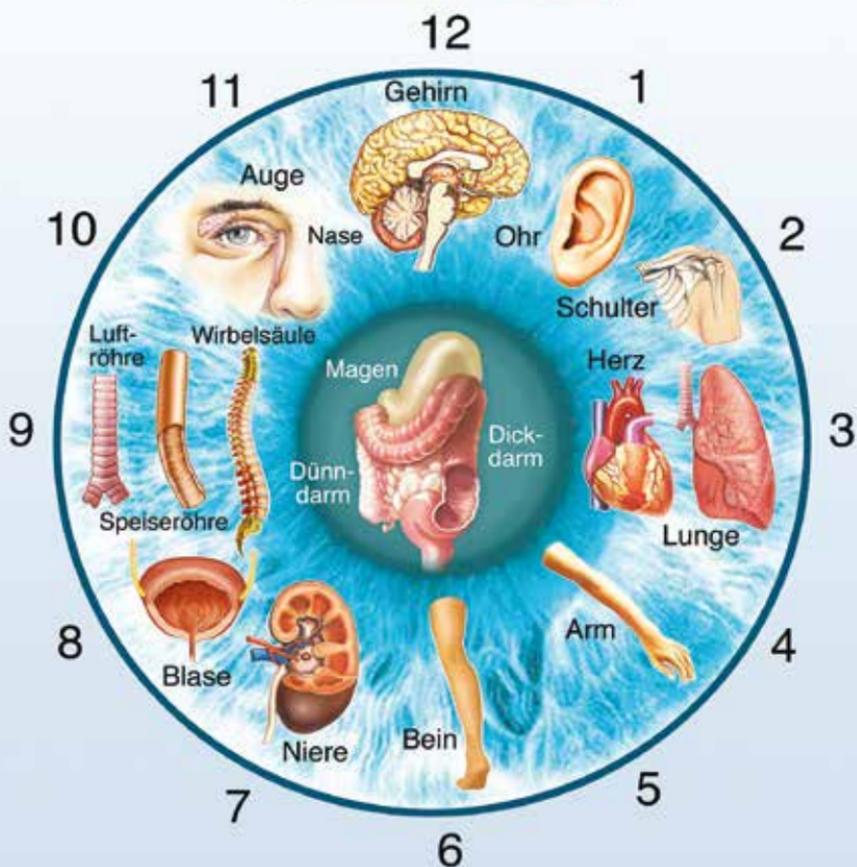
rechtes Auge



Il s'agit de l'une des premières cartes d'iridologie. J'ai trouvé intéressant de conserver la carte en allemand. Cette représentation n'a pas vocation à servir d'outil d'étude, mais plutôt à transmettre l'idée et l'esprit de cette approche ancienne.

œil gauche

linkes Auge



L'iris d'une femme de 70 ans

œil droit



œil gauche



Analyse du terrain émotionnel

Au travers d'une lecture au niveau émotionnel, les informations qui ressortent sont les suivantes.

Nous remarquons une différence entre l'œil droit et l'œil gauche, qui contiennent deux traits de personnalité différents, génétiquement hérités. Cette différence traduit une balance entre amour et instabilité. Les signes présents nous laissent penser que la consultante possède une personnalité riche, progressiste et idéaliste. Quand tout va bien en termes d'émotion, l'ascendant psychologique adopte le côté maternel, où elle est animée d'une grande capacité d'amour et d'une empathie développée. Du côté paternel, elle semble avoir hérité d'un tempérament têtu et pointilleux, avec des phases pouvant l'amener à faire preuve intérieurement d'instabilité et d'irritabilité.

De façon générale, les marqueurs nous montrent que la consultante possède un terrain émotionnel anxieux, où les émotions l'abîment et l'impactent facilement. Elle bénéficie d'une conscience sociale aiguë. Elle ressent souvent le besoin d'approbation ou d'attention des autres. D'ailleurs, sa crainte d'être seule pourra l'amener à la dépression sur le long terme si cette situation se présente. Beaucoup de signes dans la zone de l'œil qui représente la digestion montrent que le sujet a une tendance à trop s'attacher au passé, et même à le ressasser.

Discipline ancestrale que les Égyptiens utilisaient déjà 3000 av. J.-C, l'iridologie holistique est aujourd'hui pratiquée dans nos sociétés occidentales.

Nos iris donnent des informations précieuses sur notre état de santé, mais également sur nos états émotionnels et psychiques. À l'aide de cartes iriennes, de schémas scientifiques de l'œil et d'outils de lecture du corps, l'auteur montre que le système nerveux de nos organes envoie des signaux à l'iris et que ceux-ci, en cas de faiblesse ou de déséquilibre, y laissent des marques visibles.

L'iridologie ne donne pas de diagnostic médical mais permet un dépistage de nos fragilités, parfois même avant l'apparition des premiers symptômes. Comme nos empreintes digitales, nos iris sont uniques et portent notre héritage génétique, mais aussi les traces de notre vécu, de nos émotions et de notre parcours de vie.

L'auteur nous présente les bases de cette discipline avec ses propres études de cas et offre au néophyte une immersion dans sa démarche pratique.

Ce que vos yeux ont à vous dire

Iridologue à Reims, Rezah Khouchane accueille tous types de patients, y compris les enfants à partir de 8 ans. Confronté plus jeune à des interrogations profondes sur sa propre santé et son bien-être, il a été amené à expérimenter l'iridologie sur lui-même et a pu en constater les bénéfices, tant physiques que psychiques. Il a alors entrepris une formation approfondie sur le terrain, explorant différentes approches de cette discipline à travers plusieurs pays (dont l'Allemagne, Singapour, le Pérou...).

20 €

dauphin
ÉDITIONS 

ISBN 978 - 2- 7163 - 1839 - 6



9 782716 318396