

Explo + THÉRAPIE

- Kinésiologie -

Le CORPS à la parole

Et s'il était possible d'établir un dialogue avec le corps,
pour identifier les sources inconscientes de nos déséquilibres ?
Telle est l'approche de la kinésiologie.

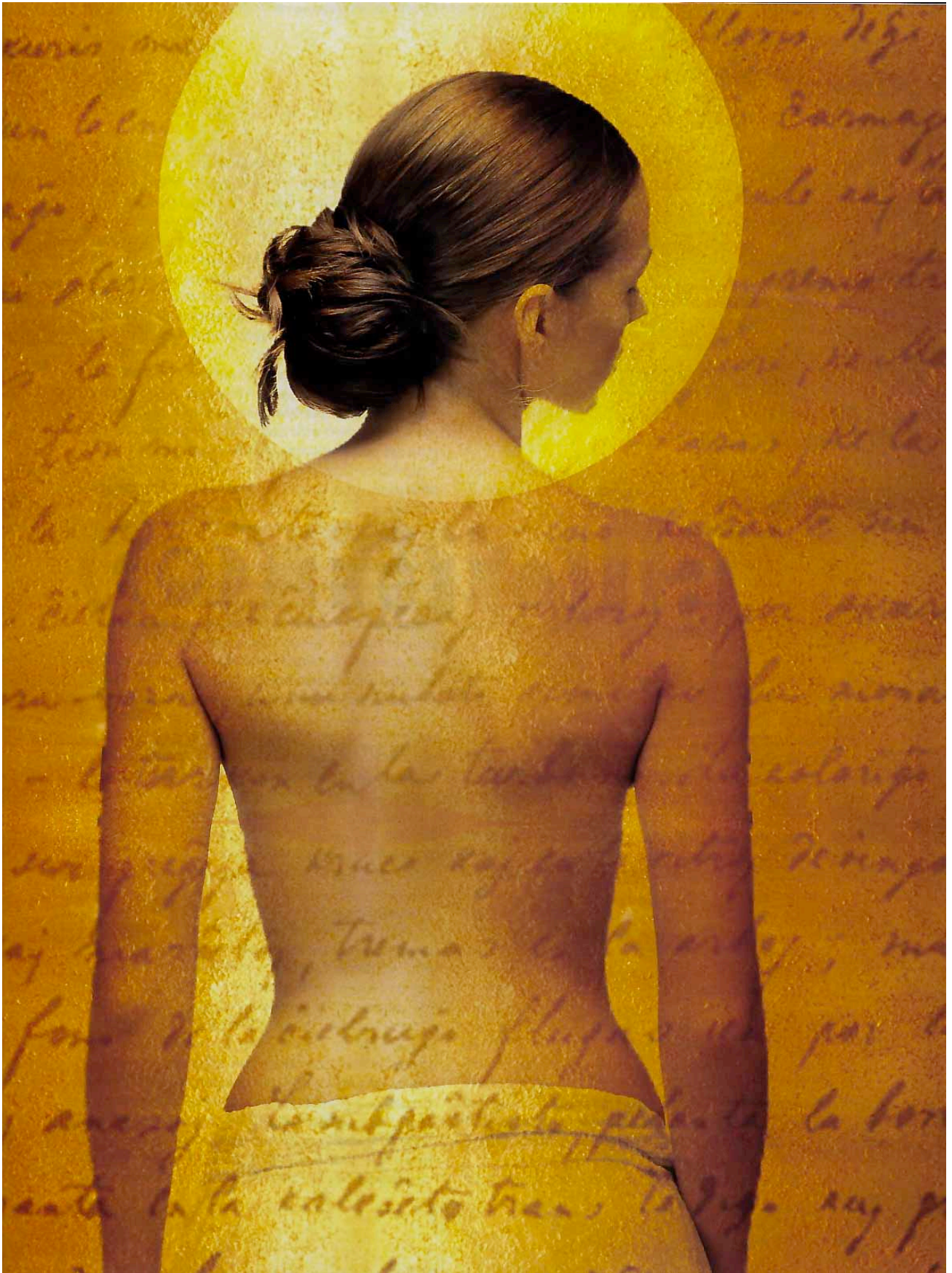
Par Réjane Éreau

Mathilde, 47 ans, se présente au cabinet du Dr Gallien, médecin généraliste et ostéopathe. Après 10 ans, son cancer du sein récidive. Il lui fait lever le bras et déplier le coude, pose sa main sur la sienne et lui demande d'énoncer : « J'ai une poitrine saine. » Aussitôt, le médecin sent s'effondrer son tonus musculaire. Que s'est-il passé ? Formé à la kinésiologie, Jean-Marc Gallien utilise l'outil clé de cette technique : le test musculaire. Le praticien exerce une légère pression sur le bras tendu de la personne. Si le tonus musculaire est efficient, le bras ne bouge pas. Sinon, il descend. « Il existe une relation directe entre un état de stress et le système musculaire, commente Jean-Claude Guyard, fondateur de l'école de kinésiologie EKMA. La sagesse populaire ne s'y est pas trompée : ne dit-on pas, face à

une contrariété, que les bras nous en tombent ? Le monde du sport connaît bien, lui aussi, l'impact de l'état émotionnel sur la tonicité. Notre corps est la matérialisation de ce que Freud appelait l'inconscient. La réaction musculaire est une voie d'accès à la base de données extraordinairement riche qu'est l'être humain. »

L'art du test

Souvenez-vous : il suffit parfois d'entrer dans une pièce, d'y percevoir une odeur ou un objet, pour réveiller un souvenir. Un pont se crée entre ce que vous êtes en train de vivre et ce que vous avez vécu, à même de modifier votre état physique et psychique. « Une émotion qui bloque se cristallise dans votre cerveau émotionnel, en-



gendre une hyperactivité de votre système limbique et empêche l'information de remonter au néocortex pour y être traitée», précise Jean-Marc Gallien.

En prononçant une phrase incohérente avec l'état de Mathilde, le médecin a généré un stress en elle, dont il a ressenti « l'onde de choc » au niveau de son bras. « Son cerveau est passé en mode de réaction et de défense, la qualité de son énergie s'est modifiée, sa tonicité musculaire s'en est trouvée perturbée. »

Il était une fois LA KINÉSIOLOGIE

En grec, kinésiologie signifie « langage du mouvement ». Les prémices de la technique émergent aux États-Unis dans les années 1930, lorsqu'un ostéopathe et un chiropracteur découvrent qu'il existe des points « réflexes » qui, lorsqu'on les stimule, augmentent le drainage lymphatique et vasculaire de certains organes. « Ils se sont ensuite rendu compte que ces points neuro-lymphatiques et neurovasculaires étaient en lien avec des méridiens de la médecine énergétique chinoise, ainsi qu'avec certains muscles », indique le D^r Gallien. Dans les années 1960, un autre chiropracteur

établit un rapport direct entre la faiblesse musculaire et l'état de stress. Il met au point un test musculaire de biofeedback permettant d'évaluer l'équilibre structurel, biochimique et psycho-émotionnel d'un individu, puis d'identifier les points réflexes à stimuler. Depuis, la kinésiologie s'est développée dans une centaine de pays. En France, la Fédération de kinésiologie spécialisée compte environ 550 adhérents. 5 000 personnes dotées d'une formation « plus ou moins complète » utiliseraient le test musculaire ou des méthodes associées, parmi lesquelles des professionnels de santé.

Cet effet on/off du tonus musculaire sert de mode de dialogue entre le kinésologue et son client. À partir de protocoles précis, le praticien teste une série d'hypothèses sur l'origine du stress. Si le tonus musculaire reste constant, c'est que le souci n'est pas là. S'il s'effondre, c'est qu'il faut creuser, jusqu'à remonter aux sources du problème, souvent inconscientes. « Il s'agit de retrouver ce qui s'est imprimé dans la mémoire, de façon à en modifier la résonance dans le présent », confirme Jean-Marc Gallien.

La kinésiologie s'appuie donc sur une approche holistique de la santé et une volonté de rééquilibrage global, au-delà du symptôme. Elle peut s'avérer particulièrement utile face à des troubles dont l'origine est obscure, comme la boulimie, la migraine, l'insomnie, l'anxiété ou les infections urinaires à répétition, ou pour aider à traverser des périodes difficiles, telles qu'un déménagement, une transition professionnelle, une difficulté relationnelle, un deuil, l'arrivée d'un nouvel enfant...

« Mon ami Paul m'a appelé pour un important eczéma au niveau du cou », illustre Jean-Marc Gallien. En utilisant le test musculaire, nous avons identifié que c'était en lien avec la relation sentimentale qu'il était en train de nouer. Plus avant, les tests ont révélé qu'il peinait à exprimer son amour et à en jouir. Paul est veuf. Inconsciemment, le souvenir de son épouse l'empêchait d'entrer dans cette nouvelle relation. »

Des protocoles interactifs

Première étape : définir précisément l'objectif. « Un temps d'échange permet de prendre en compte les antécédents de la personne et de poser les bases d'une relation de confiance », note la kinésologue Sandra Zeltner, mais aussi de canaliser la recherche. « Si l'objectif est mal formulé, on risque de ne pas libérer les mémoires ou les émotions directement impliquées dans la problématique », confirme Jean-Marc Gallien.

Le praticien effectue ensuite une série de prétests, pour vérifier le fonctionnement du muscle, étalonner son tonus (différent d'un individu à l'autre) et identifier son « point de verrouillage » – celui qui lâchera lorsque l'information énoncée générera un stress. Puis en avant ! Poser les bonnes questions, procéder avec méthode, être à l'écoute de la personne, ressentir par le toucher quand son énergie se modifie... « Je passe tout un protocole en revue, du passé au futur en passant par le présent, de la matière vers le subtil », explique Jean-Marc Gallien. Le praticien interroge : doit-il travailler sur la structure ? Sur les émotions ? Si oui, lesquelles ? Y a-t-il un déséqui-

« Il existe une relation directe entre un état de stress et le système musculaire. »

libre au niveau de tel méridien ou de tel chakra ? Doit-il s'intéresser à un événement du passé ? Entre 20 et 30 ans ? 10 et 20 ans ? 0 et 10 ans ? Si le test « s'inverse », c'est qu'il y a là des choses à débusquer ; le kinésologue affine le décompte. « Il peut aussi m'arriver de demander s'il faut investiguer du côté de la naissance, de la vie intra-utérine, de la conception ou des aïeux, sur des questions transgénérationnelles ou des liens karmiques », souligne Jean-Marc Gallien.

Les tests réalisés auprès de Mathilde l'ont ainsi conduit sur la piste de l'héritage d'une mémoire. « J'ai testé les différentes lignées », explique-t-il : fallait-il voir du côté maternel ou paternel ? À quelle génération ? « La recherche m'a mené du côté des arrière-grands-parents. Mathilde m'a dit que tout ce qu'elle savait, c'est que son arrière-grand-mère avait été la maîtresse du châtelain chez qui elle travaillait, et qu'un enfant illégitime en était né. En décodage, le cancer du sein parle du nid, du foyer. Nous avons travaillé sur cette mémoire de maternité illégitime, pour libérer Mathilde des conflits internes qui en découlaient. »

Les causes peuvent être multiples, reliées entre elles. « Si quelqu'un vient pour une migraine, le test peut m'indiquer que les relations professionnelles sont la porte d'entrée », observe par exemple Sandra Zeltner. La kinésologue va alors demander à la personne comment ça se passe au travail, pour la brancher sur ce thème. « 1 mois plus tard, la dame est revenue me voir, raconte-t-elle. Ses migraines avaient presque disparu. Je l'ai réinterrogée sur son travail. Elle m'a répondu que les gens de son service étaient devenus subitement plus avenants. Pour elle, ils avaient changé. En réalité, c'est elle qui n'emettait plus les mêmes signaux, et suscitait de fait d'autres réactions. »

Rééquilibrer les énergies

Faire resurgir le stress originel n'est pas tout : le rôle du praticien est aussi d'en profiter pour le gommer – « sans marcher sur les plates-bandes des médecins, des psychologues ou des paramédicaux, rappelle Jean-Claude Guyard. Nous ne soignons pas, nous rééquilibrons ». Les solutions pour effacer l'émotion cristallisée et supprimer les blocages énergétiques



sont multiples, non spécifiques à la kinésologie. Souvent, elles passent par la stimulation des méridiens de la médecine traditionnelle chinoise et de différents points réflexes neurolymphatiques et neurovasculaires. Le praticien peut aussi avoir recours à toute autre technique de libération du stress à laquelle il aura été formé, comme la sophrologie, le tapotement temporel ou la rotation oculaire, « en testant systématiquement quelle est la meilleure solution à utiliser, précise Sandra Zeltner. Pour 50 migraineux, je pense n'avoir jamais pratiqué 2 fois la même méthode de normalisation ! »

Jean-Claude Guyard cite l'exemple d'une dame venant de démissionner d'un bon poste pour développer sa propre activité. Alors que son choix était assumé, elle s'était sentie plonger dans un état dépressif. « Par le test musculaire, nous avons identifié 2 périodes de sa vie où des changements importants avaient ébranlé sa confiance : l'une à 14 ans, l'autre à 25. Quitter l'entreprise où elle entretenait des liens forts, sans s'en rendre compte, l'avait replongée dans ce stress de l'inconnu. Mon rôle a constitué à réguler le déséquilibre énergétique qu'il avait généré, via l'utilisation de points d'acupression très précis. »

Une fois la correction apportée, le muscle est à nouveau testé. Si son tonus s'est renforcé, c'est qu'il y a eu régulation. Le praticien peut continuer son exploration des sources de stress, jusqu'à ce que tout semble en ordre. « Pour Mathilde, j'avais commencé en testant sa charge émotionnelle négative, illustre Jean-Marc Gallien. Elle était de 91 %. À la fin de la séance, elle était redescendue à 5 %. Face à des cas moins lourds, mon objectif est de la réduire à 0. Avant de conclure, je demande une autorisation de sortie : si le test musculaire me répond non, c'est que le corps demande une correction complémentaire – un traitement homéopathique, un élixir floral ou autre. »

Une dimension plus subtile ?

Les influences psychosomatiques et l'apport des médecines énergétiques sont de plus en plus reconnus, participant à légitimer la kinésiologie. Une question demeure pourtant : comment le corps parvient-il à réagir, alors que certains praticiens n'égrainent leurs hypothèses que mentalement ? Sans parole, comment passe l'information ? Comment expliquer aussi qu'à force de pratique, des kinésologues perçoivent les réponses sans même poser la main sur leur client, par des flashes ou des ressentis ? « Si nous restreignons notre vision de la réalité aux limites de nos 5 sens, nous restons prisonniers d'un voile », estime Jean-Marc Gallien. *Toute une gamme de fréquences lumineuses et auditives ne nous échappe-t-elle pas ? Chaque être vivant émet différents champs vibratoires. Le sixième sens pourrait être la capacité à les détecter.* »

L'information passerait-elle subtilement par ces champs ? Le test musculaire en serait-il le témoin tangible ? L'existence de ces champs pourrait-elle aussi expliquer que des kinésologues puissent effectuer tests et normalisations sur une personne en passant par un intermédiaire ? « Pour un nourrisson ou un jeune enfant, je réalise mes tests par l'intermédiaire le plus souvent de l'un des parents, convient Jean-Marc Gallien. Je l'installe sur le ventre de sa mère ou assis entre ses jambes, puis je demande une autorisation de transfert. Si c'est OK, je sais qu'à chaque variation du tonus musculaire du parent correspondra une émotion ou un stress en lien avec l'enfant », – ouvrant ainsi à l'idée que nos champs s'interpénètrent, et que la base de données de notre être n'est peut-être pas circonscrite à notre corps. « Je ne m'explique pas comment ça fonctionne, mais je l'accepte, réagit Sandra Zeltner. Ce n'est pas une question de croyance : il m'est arrivé d'obtenir des résultats sur des gens qui n'étaient absolument pas convaincus – tout en étant désireux de résoudre quelque chose. »

Seul impératif : disposer d'une demande claire de leur part – « Je n'interviendrai jamais sans accord. »

Le respect d'une éthique

Là se joue un point essentiel : la qualité d'être. « Tout ce qu'on projette prend une densité dans la réalité de l'autre, rappelle Jean-Marc Gallien. Pour comprendre l'ego de l'autre et éviter que le sien propre n'interfère, le praticien doit avoir mené un travail sur lui-même. » Respecter l'intégrité de la personne, savoir se centrer, se méfier de son mental, de ses idées préconçues – « car si elles sont erronées, elles peuvent devenir des poisons, avertit Jean-Claude Guyard. Lorsqu'on ressent un vide ou un blocage énergétique, par exemple, qui dit qu'il faille l'enlever tout de suite ? La personne a peut-être besoin de cette béquille. N'y a-t-il pas d'autres corrections à réaliser auparavant ? » Le formateur recommande donc de tout valider ou invalider par le test musculaire, même les intuitions, dans un état de disponibilité totale – « je peux alors contacter la réalité de la personne et l'accompagner, sans la teinter de ma présence. »

En jeu : la reconnaissance de la pratique. Auditionnée par la commission d'enquête du Sénat sur « les dérives thérapeutiques et sectaires » en 2013, le président de la Fédération française de kinésiologie spécialisée a insisté sur la nécessité d'améliorer l'encadrement de la profession, encore non réglementée. « La durée de formation est pour l'instant de 500 heures. Nous aimerions la faire évoluer vers 2 autres niveaux, de 800 et 1 500 heures », a-t-il indiqué. « Il est précieux de connaître la physiologie du corps et celle du mouvement avant d'entrer dans les dimensions énergétiques, émotionnelles ou spirituelles, estime le Dr Gallien. Plus notre connaissance des problèmes potentiels est complète, plus nous pouvons envisager de les tester et affiner les recherches. »

À chacun, ensuite, d'être circonspect. Sandra Zeltner se méfie ainsi d'une utilisation du test musculaire tous azimuts, comme une béquille à la prise de décision. « Un outil doit être utilisé dans un but précis », dit-elle. Sans rien attendre de « magique : les résultats sont parfois fulgurants, parfois pas, insiste-t-elle. Certaines problématiques sont plus lentes, plus subtiles, les protections de l'inconscient plus fortes. » Au bout de 3 séances, une cliente lui a confié ne ressentir aucun changement. « Je l'ai mise à l'aise et lui ai conseillé d'écouter son intuition : je n'étais peut-être pas la bonne personne. » La semaine suivante, les troubles du sommeil et les vomissements matinaux dont elle souffrait depuis 13 ans avaient cessé. ■

POUR ALLER PLUS LOIN

LIVRES

Toute la kinésiologie
Freddy Potschka
Éd. Le Souffle d'or,
2000, 8,60 €



EN QUELQUES CLICS

- ♦ École de kinésiologie EKMA : www.kinesiologie.fr
- ♦ Sandra Zeltner : www.sandra-zeltner-kinesiologue.com
- ♦ Jean-Marc Gallien : <http://therapie-manuelle-reconnective.com/>