

Kinésiologie : travailler sur la mémoire cellulaire

Psycho Cette discipline s'apparente à une psychothérapie. Sauf que ce ne sont pas les mots qui guident la guérison mais... les cellules à travers la lecture des muscles

Nous recelons tous en nous des trésors cachés ; notre corps est le gardien de la mémoire que notre cerveau semble parfois égarer. C'est sur ces souvenirs enfouis dans chacune de nos cellules que se base la kinésiologie. Une discipline mal connue dont l'objectif est d'aider à aller mieux, en résolvant ses petits et gros tracas. Une manière d'agir avant de plonger dans la maladie psychique. Petit quiz avec Fanny Galli, kinésologue niçoise.

La kinésiologie fait partie des médecines douces.

VRAI. Pour résumer, il s'agit d'une médecine qui se définit par la lecture de la cellule à travers le muscle à des fins de bien-être. Sachant que chaque cellule de notre corps renferme toute notre histoire.

Le travail consiste à « lire » le muscle.

VRAI. Pour cela, le kinésologue exerce de brèves pressions sur les avant-bras pour ressentir les réactions des muscles, suscitées par ce qu'il dit. Le test musculaire est l'outil de base pour lever un blocage physique, émotionnel ou mental. En quelque sorte, le corps s'exprime à travers les muscles et leurs contractions.

L'enseignement de la kinésiologie n'est pas structuré.

FAUX. C'est la Fédération française de kinésiologie qui dispense les formations en 7 ans.

Cette discipline implique que le patient verbalise ses émotions.

FAUX. Ce n'est pas nécessaire : c'est le corps qui va parler. « *A titre personnel, indique Fanny*



La kinésiologie permet de trouver en soi les ressources pour avancer. (Photos A.K.T.)

Galli, j'ai connu la kinésiologie lorsque j'étais adolescente : je me sentais constamment déprimée alors que je n'avais pas de raison de l'être. J'ai vu un psychologue mais comme j'étais timide, réservée et pudique, j'avais du mal à verbaliser. Ma mère, qui avait entendu parler de kinésiologie, m'a un jour proposé d'essayer et ça a été une révélation. Je me suis rapidement sentie mieux. Je n'avais pas à me faire violence pour poser des mots, puisque c'était mon corps les exprimant.

La kinésiologie peut travailler sur des problématiques enfouies.

VRAI. On peut le voir comme un outil qui permet d'affronter des problématiques, y compris enfouies, puisque le corps restitue ce qu'il a consigné en mémoire. Donc même si la personne ne se souvient pas ou si elle

Un compromis entre l'extériorisation de ses émotions et la pudeur

Fanny Galli
Kinésologue



n'ose pas verbaliser par pudeur, elle peut tirer bénéfice de la kinésiologie.

C'est le praticien qui identifie les

problématiques.

VRAI et FAUX. En début de séance, le praticien discute avec la personne pour comprendre sa démarche. Soit elle vient avec un objectif déjà identifié, soit c'est un sentiment général que quelque chose ne va pas. C'est en dialoguant que le professionnel arrive à définir un axe de travail prioritaire : cela peut aller d'une sensation d'épuisement, à une rupture que l'on n'arrive pas à surmonter en passant par des problèmes de poids... Une fois (et) objectif(s) déterminé(s) en une phrase (par exemple « j'ai confiance en moi »), le kinésologue pose des questions et c'est le conscient et l'inconscient du sujet qui

Origine

La kinésiologie est une discipline qui a été fondée dans les années 1960 aux États-Unis. Elle est apparue en France dans les années 1980. Elle n'est pas prise en charge par l'Assurance-Maladie mais certaines mutuelles peuvent rembourser un certain nombre de séances par an.

s'expriment à travers les réactions musculaires ce qui permet d'identifier l'origine du déséquilibre.

Cette forme de thérapie s'appuie sur le patient.

VRAI. Il est dans une démarche volontaire de résolution de ses soucis, on s'appuie donc sur sa propre volonté. Les déséquilibres sont corrigés par des techniques énergétiques modernes et traditionnelles, tels que le travail des points d'acupressions digitaux (sans aiguilles), les mouvements du corps, les mouvements oculaires... Finalement, le kinésologue l'oriente dans son cheminement intérieur.

La kinésiologie n'est pas une discipline médicale au sens strict.

VRAI. Le kinésologue ne remplace pas un médecin, il n'établit pas de diagnostic et ne délivre aucune prescription. En revanche, cette discipline s'apparente à une forme de psychothérapie.

AXELLE TRUQUET
atruquet@nicematin.fr