



Table des matières

[Kinésiologie](#)

[Santé par le toucher](#)

[Brain Gym®](#)

[Applied physiology](#)

Kinésiologie

La kinésiologie est un ensemble de méthodes qui ont en commun le test musculaire (kinésiologique).

Ces méthodes visent à **ramener l'équilibre** dans un système perturbé par un stress (par exemple : vie affective, problème de santé, troubles émotionnels, perspective d'examen ou entretien d'embauche, but à atteindre, etc.)

La kinésiologie est en outre un **outil éducatif**. Elle nous aide à comprendre ce qui se passe dans notre vie. Elle met au jour nos croyances limitatives et nous permet de les dépasser. La kinésiologie nous permet ainsi de découvrir nos propres ressources et facultés d'autoguérison. Elle nous incite en outre à **améliorer notre hygiène de vie** (physique, émotionnelle, mentale et spirituelle). Elle nous amène à prendre la responsabilité de notre vie.

L'équilibre retrouvé par les prises de conscience et les corrections effectuées, le sujet auparavant stressant laisse le système serein. Le receveur ressent p. ex. une certaine légèreté, sa posture s'est modifiée, son champ de vision s'est élargi, etc.

Une séance de kinésiologie est à chaque fois un voyage dont la destination est inconnue et qui réserve bien des surprises. Il prend parfois des chemins détournés pour arriver au but, il se peut même que celui-ci se modifie en cours de route. C'est une pérégrination qui nous **ouvre à tous les possibles**.

Bien entendu, c'est le système du receveur qui, par le biais du test musculaire, indique la direction à prendre et la méthode à utiliser.

[Début](#)



Santé par le toucher (SPT)

(Touch for health - TFH)

La santé par le toucher est la technique de base de toutes les autres méthodes kinésiologiques (hors chiropractie). Elle a été développée par John Thie D.C., chiropracteur américain, élève du Dr Goodheart, se basant sur le lien entre le tonus musculaire et les méridiens d'acupuncture de la médecine chinoise. John Thie a développé une méthode simple et efficace afin qu'elle soit accessible et praticable par tous (c.-à-d. également les particuliers non-professionnels), ce en quoi il se distingue des autres auteurs de méthodes.



En SPT, il s'agit de faire un état des lieux des équilibres/déséquilibres de tous les méridiens par rapport à un sujet donné qui perturbe le système de la personne testée. Ce bilan est obtenu en testant différents muscles correspondant chacun à un méridien. La synthèse de ces tests permet de déterminer une correction (par activation ou stimulation de points neuro-vasculaires, neuro-lymphatiques, de points d'acupuncture, ou par l'emploi de métaphores, etc.).

Au sortir de la séance, la personne receveuse reste forte à l'évocation du sujet qui auparavant la déséquilibrait. Elle peut se sentir plus légère, plus ancrée, sa posture s'est modifiée. Elle peut aborder le sujet traité avec sérénité.

[Début](#)

Brain Gym® ou EduKinésiologie®

Le Brain Gym ou gymnastique du cerveau consiste en l'établissement d'un objectif clair, réalisable et mesurable, puis en la pratique de quelques exercices de gymnastique adaptés. Ceux-ci agissent sur les capacités de centrage, d'organisation, de concentration et d'interaction des deux hémisphères du cerveau. Cela active des parties du cerveau qui jusque-là étaient restées peu voire pas du tout utilisées.

Cette méthode assez ludique convient bien aux enfants pour régler, entre autres, des difficultés scolaires. En effet, pour certains enfants principalement kinesthésiques, il est difficile d'apprendre sans bouger. Ces mouvements leur permettent de se réapproprié un apprentissage plus aisé et, par là même, de retrouver une certaine estime de soi.

Les exercices préconisés devront ensuite être pratiqués à la maison durant un temps à déterminer.

Sans en avoir l'air, le Brain Gym travaille également l'émotionnel en profondeur.

[Début](#)



L'Applied Physiology ou physiologie appliquée

Cette technique donne une vision holographique du système de la personne en présence d'une problématique ou d'un stress car elle tient compte de l'interaction de deux méridiens à la fois. Elle consiste entre autres à lever le stress bloqué et emmagasiné au fil du temps dans les muscles afin de le libérer. De plus, la mise en circuit de toutes les données récoltées en cours de séance assure un nettoyage très en profondeur.

Cette technique met à disposition des outils d'équilibration électromagnétique et d'intégration très puissants. Elle utilise entre autres les vibrations des diapasons, d'essences florales et des couleurs.

Cette méthode convient pour tous les maux physiques, moteurs et émotionnels, surtout lorsque le receveur est dans la confusion et qu'il lui est difficile de fixer un objectif clair.

Au sortir, la personne se sent ramollie le temps de la récupération car les tensions musculaires ont été évacuées jusqu'à extinction.

[Début](#)