

D'infimes pressions permettent de libérer ce qui est bloqué...



DR

## BIOKINERGIE, un équilibre énergétique

Cette technique, développée par Michel Lidoreau, fondateur de l'unique école française de biokinergie, s'adresse aux kinésithérapeutes exclusivement. Elle est basée sur un toucher très doux, à peine perceptible mais extrêmement réceptif, qui permet au praticien de capter les « enroulements spiralés ». Ces enroulements tissulaires, spécifiques de la biokinergie, matérialisent les déséquilibres d'ordre mécanique, énergétique ou psychique du corps.

Ils sont environ 700 en France à pratiquer cette méthode qui dénoue les tensions du corps, restaure la mobilité du squelette et corrige les déséquilibres.

### Au-delà du symptôme

Le biokinergiste ne se concentre pas sur le symptôme, quel qu'il soit. Il débute la séance par la recherche de ces enroulements spiralés, en commençant par celui qui réagit le plus fort sous ses doigts et traduit la plus forte tension. Puis il travaille sur les enroulements au fur et à mesure que le corps les lui livre, comme une chaîne dont apparaissent un à un les maillons. C'est par ces points spécifiques aussi que le thérapeute agit : d'infimes pressions permettent de libérer ce qui est bloqué.



## De la migraine à l'insomnie

Les patients sont au départ souvent motivés par de classiques douleurs structurelles, en particulier dans le dos. Ils découvrent ensuite que la biokinergie, par son action de rééquilibrage global, peut agir sur des désordres fonctionnels comme la migraine, les maux de tête, le stress, l'insomnie, les troubles de la circulation sanguine ou de la digestion, la fatigue, voire des problèmes d'ordre comportemental...

## Des réactions d'élimination

Après une séance peuvent se produire des réactions plus ou moins fortes, comme de la fatigue, des troubles digestifs ou cutanés, voire une réactivation temporaire de la douleur. Le fait de modifier, par exemple les appuis, peut entraîner

## “ Mon enfant s'est apaisé ”

**M**on petit garçon, d'origine asiatique, adopté à l'âge de 3 ans, a vécu une histoire très difficile. Il avait développé de la violence et un mal-être profond. Une dizaine de jours après le premier rendez-vous chez le biokinergiste, son comportement avait déjà changé : moins de peur, de pleurs et d'agressivité ; plus de calme et de confiance. Quelques séances lui ont permis de trouver un nouvel équilibre et, du coup, c'est toute la famille qui retrouve une harmonie... *Solène, 33 ans.*

### POUR EN SAVOIR PLUS

Le site Internet de l'association des praticiens en biokinergie :

**www.mk-biokinergie.com**

Tél. 02 32 35 68 95.

pendant quelques jours une sensation de déséquilibre, jusqu'à ce que le corps retrouve de nouveaux appuis. Dans la plupart des cas, une séance est toujours suivie d'une détente globale, par action sur le système nerveux. Il arrive même que les personnes s'endorment sur la table de massage. La technique agit en quelques séances seulement, toujours espacées de deux à trois semaines minimum, afin de laisser le corps opérer un rééquilibrage en profondeur. ■

## 2 QUESTIONS À...

**BRUNO MÉMEINT, biokinergiste à Chinon.**



### La biokinergie est-elle indiquée pour les enfants ?

C'est en effet un outil très intéressant pour eux, quel que soit leur âge.

Les nourrissons peuvent en bénéficier par exemple en cas de régurgitations

ou de problèmes de sommeil, et plus largement pour tous les désordres fonctionnels.

Des enfants présentant des troubles du comportement, comme une nervosité excessive ou de l'agressivité, peuvent être régulés par une ou deux séances. La biokinergie est particulièrement efficace avant 6 ou 7 ans, âge où se produit la solidification des os, en particulier ceux du crâne. Car en libérant

le corps des tensions et des compensations, on permet à l'enfant de se structurer sur une base saine. Un exemple : des séances avant et pendant les soins d'orthodontie facilitent le repositionnement des dents et le maintien de la correction.

### Est-elle aussi conseillée chez les plus jeunes souffrant d'affections hivernales à répétition ?

Les enfants traités en début d'automne vivront un hiver plus facile. En effet, si la biokinergie n'évite pas un rhume ou une otite, elle peut être d'un apport précieux dans les troubles ORL ou les otites chroniques par exemple, en remontant à l'origine des perturbations qui fragilisent les défenses de l'enfant. Mais, bien évidemment, elle ne remplace en aucun cas un traitement médical lors de l'infection.



Vie pratique

# Santé

PRÉVENTION, NUTRITION, MÉDECINES DOUCES

**MUSCLEZ  
VOTRE MÉMOIRE**  
P.93

**LES NOUVELLES  
SOLUTIONS**

## VENTRE PLAT



**SPÉCIAL PRÉVENTION  
UN BON CŒUR  
POUR LA VIE**

Qualité, sécurité...  
**LA VÉRITÉ  
SUR LA VIANDE**



Kiné, ostéo...  
**LE GUIDE  
DES THÉRAPIES  
MANUELLES**