

Biokinergie

Au carrefour de l'ostéopathie, l'acupuncture et la kinésithérapie

par Michel Lidoreau, masseur-kinésithérapeute, ostéopathe, créateur de la Biokinergie

Mise au point par un masseur-kinésithérapeute et ostéopathe français, Michel Lidoreau, celui-ci nous décrit sa pratique.

Une pratique synthétique

La biokinergie tire un trait d'union entre les différentes thérapies manuelles et la médecine chinoise. Elle part ainsi du principe que le corps garde la trace de tous nos traumatismes physiques ou psychiques, à la fois sous la forme de tensions, de blocages et de déséquilibres énergétiques. Dans cette optique, elle conjugue des actions qui nécessitaient jusque-là le recours à des thérapeutiques distinctes. Alors que la kinésithérapie classique se concentre sur les tensions musculaires, l'ostéopathie sur les blocages articulaires et la médecine chinoise sur les désordres énergétiques, elle intègre ces trois dimensions dans une même méthode. Ainsi, sans mouvement forcé ni pose d'aiguille, la biokinergie reste conforme au décret de compétence du masseur-kinésithérapeute.

Tout est inscrit dans nos tissus

Selon les découvertes qui sont à l'origine de la biokinergie, les blocages, les tensions mais aussi les désordres énergétiques, métaboliques et psycho-affectifs s'inscrivent dans nos tissus sous la forme d'enroulements tissulaires spiralés, ainsi dénommés du fait du mouvement rotatoire perçu à ce niveau par la main entraînée du thérapeute. On retrouve ces enroulements aussi bien en regard des blocages osseux et des contractures muscu-



crédit photo: Michel Lidoreau

laires que sur les points d'acupuncture et les points réflexes à traiter. Ils indiquent au praticien la localisation et la nature précise des désordres à corriger. Cela lui permet de mettre en place les corrections adaptées pour rétablir l'équilibre du corps dans ses trois dimensions. Leur découverte et leur utilisation sont la spécificité de la biokinergie.

Trois actions en une seule thérapie

La Biokinergie a pour objectif de détendre et de défaire petit à petit les tensions de nos différents tissus en libérant simultanément les déséquilibres énergétiques que le corps a progressivement laissé s'installer. Elle cumule à cet effet trois actions fondamentales qui nécessi-

taient jusque-là le recours à des thérapeutiques différentes.

1. Débloquer les articulations

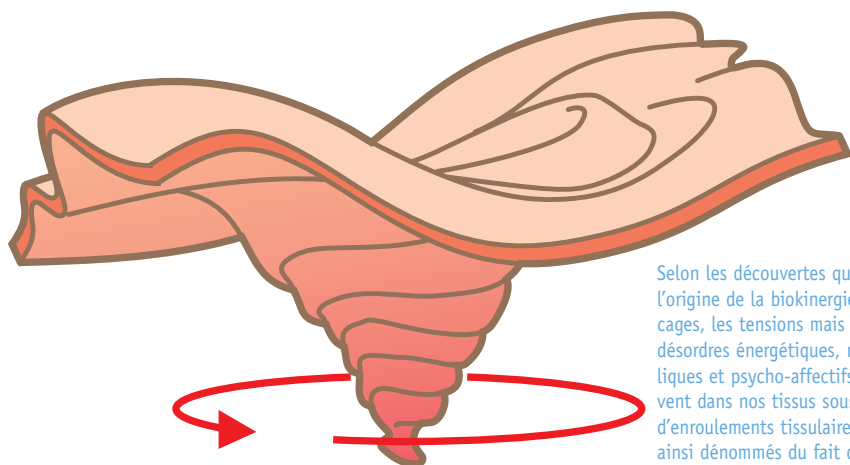
Pour qu'une articulation fonctionne correctement, le glissement des surfaces articulaires doit être libre dans tous les plans de l'espace. Cela

Les blocages s'inscrivent sous forme d'enroulements tissulaires spiralés.

nécessite une souplesse des muscles périphériques.

Ce n'est plus le cas dès qu'une vertèbre ou n'importe quel os ou organe se bloque. Les muscles autour se tendent, se contractent.

Cela génère des douleurs et une gêne fonctionnelle qui s'étend au-delà de la vertèbre bloquée à tout un étage du dos. Si certains nerfs se trouvent irrités, cela peut même provoquer des sciatiques, des névralgies ou altérer le fonctionnement des organes créant selon le cas,



Selon les découvertes qui sont à l'origine de la biokinergie, les blocages, les tensions mais aussi les désordres énergétiques, métaboliques et psycho-affectifs s'inscrivent dans nos tissus sous la forme d'enroulements tissulaires spirales, ainsi dénommés du fait du mouvement rotatoire perçu à ce niveau par la main entraînée du thérapeute.

des tachycardies, des douleurs d'estomac, des troubles digestifs, des règles douloureuses, etc. Ainsi le biokinergiste intervient par des pressions légères et des mobilisations douces : il mobilise les os et accompagne la rotation des tissus au niveau des « enroulements » pour placer les muscles en position de détente afin de libérer par voie réflexe les tensions responsables des blocages.

2. Détendre les muscles et les fascias

Nos muscles sont reliés entre eux par des membranes : les fascias qui enveloppent et relient également nos os, nos organes, nos vaisseaux et nos nerfs. Par leur biais, tout désordre qui survient à un endroit retentit sur l'ensemble du corps. Une douleur d'épaule peut ainsi trouver son origine indifféremment au niveau du cou, du bassin ou encore de la cheville à la suite

d'une entorse par exemple. Les perturbations localisées sur les fascias génèrent alors des tensions musculaires. Celles-ci peuvent être à l'origine de troubles circulatoires et neurologiques par compression des vaisseaux et des nerfs. En libérant les fascias, la Biokinergie aide non seulement à retrouver un bon équilibre musculaire, articulaire et viscéral, mais aussi à chasser, à titre préventif, les effets du stress et de la fatigue. Cela évite de se rebloquer à la moindre perturbation.

3. Relancer l'énergie

Parallèlement aux échanges circulatoires, hormonaux et nerveux, notre corps est traversé par des courants énergétiques qui s'effectuent selon des trajets bien précis mis en évidence depuis longtemps par la médecine chinoise : les méridiens, eux-mêmes parsemés de points d'acupuncture. Cette circulation énergétique peut être aussi soumise à certains déséquilibres générateurs de pathologies. En agissant sur les points d'acupuncture qui présentent le même type d'enroulement tissulaire, la biokinergie rééquilibre le système énergétique de notre corps tout en réharmonisant les tensions musculaires et les désordres articulaires et organiques.

Soigner de la tête aux pieds

Les gestes du biokinergiste associent deux qualités essentielles et indissociables, l'écoute et l'action correctrice. L'écoute demande au thérapeute d'être particulièrement réceptif aux informations tactiles et visuelles décelables sur le corps du patient. Cela nécessite d'examiner en profondeur les muscles, les tendons, les os, les organes, d'être à l'écoute de leurs

mouvements, de rechercher leurs tensions tout en écoutant les échanges liquidiens et énergétiques qui animent ces tissus.

L'action s'appuie sur les enroulements tissulaires facilement détectables au niveau de la peau. Ils sont en relation avec des récepteurs nerveux et des points d'acupuncture qui permettent d'agir en profondeur sur nos différentes fonctions. Par de légères pressions, le biokinergiste suit le mouvement des os, des muscles, des organes et accompagne la rotation des tissus. Cela relance les processus d'autocorrection et le relâchement obtenu au niveau des tissus permet à la circulation du sang, de la lymphe et aux échanges énergétiques de retrouver leur libre flux pour restaurer un potentiel biologique optimal. Tout cela s'effectue dans un traitement général qui conduit le biokinergiste à traiter son patient de la tête au pied, sans jamais perdre de vue la globalité du corps.

Contre quels maux ?

Quelques séances d'environ 3/4 heures à une heure suffisent le plus souvent pour régler les problèmes fonctionnels qui ont amené le patient à consulter ; à l'exclusion bien sûr de toutes les pathologies graves qui nécessitent une intervention médicale ou chirurgicale spécifique que le médecin doit préalablement éliminer par son diagnostic. Les motifs pour consulter un praticien en biokinergie sont ainsi nombreux. Il s'agit tout d'abord de la prévention, du confort, du bien-être. Deux, trois séances par an permettent de garder une forme optimale tout en entretenant le fragile équilibre indispensable à notre santé. Ses indications concernent enfin comme nous l'avons déjà signalé toutes les pathologies fonctionnelles. Nous pouvons signaler à titre d'exemples : les douleurs et les gênes dans le fonctionnement du dos et des articulations. Cela s'étend de la lombalgie ou du torticolis à la sciatique, l'entorse, la périarthrite ; les mauvaises postures ; les désordres ORL chroniques sans gravité ; les jambes lourdes, les règles douloureuses ou irrégulières ; les troubles du sommeil, le stress, la déprime, les angoisses, etc.

Son fondateur

Michel Lidoreau, masseur-kinésithérapeute et ostéopathe français, a créé la biokinergie dans les années 80. Elle est aujourd'hui pratiquée par plus de 600 kinésithérapeutes en France.

SE FORMER & trouver un praticien

La formation en biokinergie est réservée à toute personne ayant déjà acquis de solides bases en thérapies manuelles.

Pour en savoir plus sur les praticiens et la formation, consultez notre carnet d'adresses p. 62.