



crédit photo : Test Emoi

Touch for *H* Health

La santé par le toucher

par Evelyne et Rolf Kammerer

Le Touch For Health, les concepts «Trois en Un» part du principe qu'un toucher aimant est la seule sensation plus forte que la douleur... Au cours de notre vie, nous avons été conditionnés à

Ses origines

Cette méthode a été développée dans les années 60 par le Dr John Thie, chiropracteur américain qui trouva qu'une technique aussi simple que les tests musculaires pouvaient être utilisables par tous. J. Thie fut lui-même élève du Dr G. Goodheart, le créateur de la kinésiologie appliquée, mais pour celui-ci, le TFH n'est pas de la kinésiologie, c'est un système adapté au grand public, facile à apprendre, qui doit simplement s'appeler La Santé par le Toucher. L'idée de J. Thie a en effet été dès le départ de «vulgariser» la kinésiologie appliquée et de la rendre accessible à tous. Il voulait donner un outil simple à utiliser et à appliquer principalement dans le cadre familial. Gordon Stokes vers 1973 rencontra J. Thie qui venait de débiter avec le TFH, et devint un peu plus tard le directeur international de la formation pour la fondation de TFH. Pendant douze ans il dirigea ainsi l'entraînement des instructeurs TFH dans le monde entier. Il créa ensuite en 1983 les concepts «Trois en UN» (corps-mental-esprit) démarqués par rapport à la kinésiologie appliquée et la kinésiologie spécialisée en général. L'objectif principal est de travailler sur le doute de soi et de fournir une possibilité de choix là où la personne ne croit plus en avoir. Le vrai stress, c'est l'absence de choix!

nous isoler par rapport au toucher: s'il y a en Inde les Intouchables, il y a en Occident les intouchés. Le test musculaire implique le toucher et un toucher d'une implication extrêmement respectueuse. Car chacun de nous est sa propre source pour savoir ce dont nous avons besoin pour aller mieux. Pour cela, la technique du TFH utilise les tests musculaires. Il s'agit là d'une communication avec l'autre et principalement avec soi.

Le test musculaire

Le test de 42 muscles est enseigné. Muscles qui sont encore les écrans de nos stress... Grâce à ces tests, chacun peut découvrir entre autres les principaux blocages de l'énergie vitale, les facteurs qui affaiblissent, déséquilibrent l'organisme et rétablir l'équilibre énergétique autant que le système musculaire de la personne testée. Les différentes méthodes de rééquilibrage utilisées (points neurolymphatiques, neurovasculaires, d'alarme, méridiens...) sont empruntées tant à la tradition orientale qu'à la science occidentale.

Comment cela fonctionne ?

Le test en TFH se pratique allongé ou debout. En Trois en UN, pour la plupart du temps, il est pratiqué debout car nous voulons que la personne reste consciente face à ses problèmes/solutions... Celle-ci ne vient pas avec un problème, mais avec sa solution. Quand nous testons une personne, nous lui demandons simplement de verrouiller le muscle testé. La personne maintient la pression tout aussi légèrement que la personne qui teste. Grâce au test, nous disposons d'un feedback corporel précis et

simple par lequel le corps confirme son intelligence, dit son histoire, ses besoins, les priorités à respecter parmi les multiples corrections possibles qui sont d'ordre structurel, émotionnel... Le test nous permet aussi de vérifier immédiatement si les corrections appliquées ont été efficaces. Test, correction, contrôle... tout ce qui a été testé «faible» est maintenant «fort». Bien sûr la stratégie propre à une séance ne se résume pas à appuyer sur bras et jambes. C'est un art et toute une approche. Le langage du corps est kinesthésique et nous utilisons des corrections physiques qui parlent le langage du corps, nous apprenons à «décoder» ce langage sans imposer une histoire à la personne. Simples et douces, ces corrections libèrent effectivement les énergies bloquées par les traumatismes passés et actuels. A travers ce bio-feedback du corps, nous reprenons contact avec nous-mêmes et apprenons humblement à respecter l'autre... car aucun d'entre nous n'a la même réponse face à la vie. Plutôt que de déterminer force ou faiblesse, tout devient réponse, «sa» réponse et l'occasion d'apporter une correction là où le corps nous guide. Dès le premier test vous pouvez voir, sentir, comment vous avez appris à toucher, approcher, écouter, communiquer... Et en peaufinant votre test, vous pouvez embellir votre communication. Ainsi le TFH est un ensemble de techniques qui révèle et accroît la valeur de chacun.

*Les muscles
sont les écrans
de nos stress.*

SE FORMER & trouver un praticien

Pour plus d'infos, consultez le carnet d'adresses p. 62.