

3 juillet 2009

## La biokinergie, tout en douceur

Par Dominique Gaulme

Jambes lourdes, lumbagos, insomnies, migraines... la biokinergie prend en charge toute pathologie fonctionnelle, s'attaquant aux causes plutôt qu'aux symptômes.

La biokinergie, qui mêle kinésithérapie classique, ostéopathie et médecine chinoise, n'est exercée que par des praticiens de santé : des kinés, des ostéopathes mais aussi des médecins et des dentistes. Son objectif est de «redonner aux muscles, aux os et aux organes leur mobilité et leur souplesse en rétablissant les échanges circulatoires, cellulaires et nerveux», explique Michel Lidoreau, qui l'a mise au point il y a vingt-cinq ans. Sa recherche partait du constat que toute perturbation dans le corps s'inscrit dans les tissus par des points de tension que le praticien retrouve sous ses doigts : une vertèbre ou un os bloqué, un muscle tendu, un organe qui fonctionne mal racontent une histoire. Une pathologie n'est jamais due au hasard, elle résulte de l'accumulation d'une multitude de déséquilibres qu'il convient de traiter conjointement pour obtenir un résultat rapide et durable. En effet, notre corps possède une étonnante capacité de mémoire et garde la trace de tous nos traumatismes : chutes, faux mouvements, chocs émotionnels, fatigue, stress. Par exemple, la colonne vertébrale comprime un nerf qui, à son tour, perturbe le fonctionnement de l'organe auquel il correspond et, de fil en aiguille, va mener à des troubles psychiques. Dans le sens inverse, des troubles digestifs vont tendre les fascias (tissus conjonctifs qui enveloppent muscles, nerfs, os, etc.), tension qui va se répercuter sur les muscles et bloquer des vertèbres ! C'est ainsi que tendinite, arthrite, gastrite ou colite sont des «cris du corps».

Une séance dure une heure environ. Elle commence par un examen de la tête aux pieds, et en profondeur, de la peau jusqu'aux os. Cette palpation permet de localiser les blocages pour rééduquer le corps par une stimulation douce des points d'acupuncture qui «provoque une auto-correction, une auto-rééquilibration du corps», précise Michel Lidoreau. Il ajoute : «On écoute la vie des tissus et on accompagne leurs mouvements vers le relâchement.» Ni manipulation ni pose d'aiguilles, il s'agit de mouvements légers qui détendent et dont les résultats n'apparaissent souvent que deux à trois semaines plus tard, temps que le corps demande pour se remettre de douleurs chroniques, tandis qu'en crise aiguë, l'effet peut être immédiat.