

KINESIOLOGIE- SANTE PAR LE TOUCHER (SPT)

Petit résumé non exhaustif du livre de John et Matthew THIE, « LA SANTE PAR LE TOUCHER, guide pratique de santé naturelle grâce à l'acupression » Ed : Guy Trédaniel

Aide à :

- L'équilibration énergétique
- Optimiser les performances
- Trouver une satisfaction dans votre vie
- Accroître la conscience de Soi

La SPT est complémentaire à la médecine classique, encourageant la prévention, les soins personnels, et les consultations chez les médecins et autres experts de la santé, au moment opportun.

La SPT aide à identifier vos objectifs dans le cadre de votre propre philosophie et vision du monde.

Vous seuls connaissez vos talents, vos aspirations, désirs, missions.

Nous pouvons vous aider à reconnaître les conflits et à harmoniser votre énergie.

Parfois nous sommes sans le vouloir les messagers, fournissant une pensée, une idée, ou une métaphore qui sonne juste et catalyse la vision, mais il appartient à l'individu de décider. Nous offrons des suggestions que vous pouvez accepter ou refuser.

La SPT offre une structure protégée pour une expérience positive du moment présent, une confirmation immédiate et un enrichissement de notre sentiment de Soi, d'équilibre, d'objectif, et de réalisation à travers l'interaction et le bio feedback humain.

Le test musculaire

Le test musculaire sert à l'évaluation et à l'équilibration posturale, en plus de la bio feedback se rapportant à la circulation de l'énergie dans les méridiens d'acupuncture et d'équilibre de ceux-ci, son utilisation judicieuse est censée équilibrer l'ensemble de la personne.

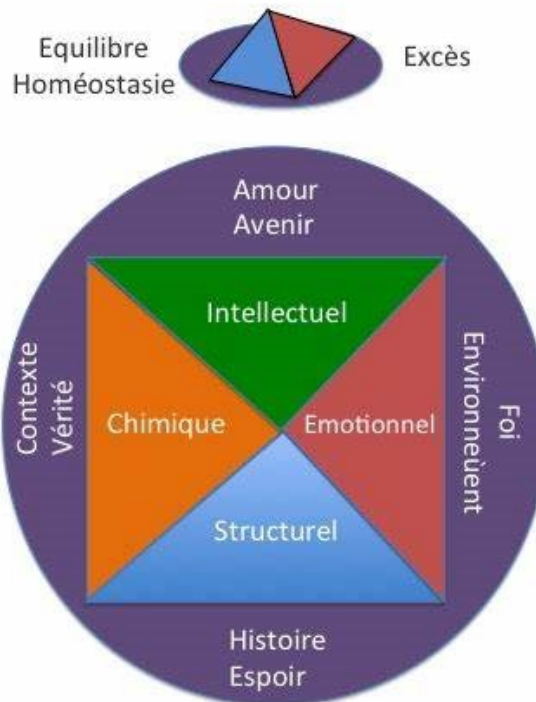
Le test musculaire sert d'indice supplémentaire.

La santé par le toucher fait appel aux techniques d'équilibration posturale et énergétique de la kinésiologie appliquée dans le cadre d'un modèle holistique de bien-être et de maintien de la santé excluant la pose d'un diagnostic.

La définition de la santé par la SPT : « lorsque l'on est en bonne santé, on œuvre à la réalisation de ses objectifs et on a le sentiment d'accomplir avec bonheur sa mission de vie »

Les 12 Facteurs de la Pyramide

La pyramide de santé



A l'intérieur : Structure – Chimie – Intellect – Emotions.

- Structurelle = posture
- Chimiques = fonctions métaboliques et physiologiques
- Intellectuelles = conscient et subconscient
- Emotionnelles = sentiments, humeurs, réactions interprétant les expériences.

Attention – Tous sont connectés et font partis d'un ensemble constitué entièrement d'énergie dans le cadre duquel ils interagissent en permanence, s'influençant mutuellement. Si un déséquilibre est présent dans un aspect, un déséquilibre correspondant se manifeste dans les autres.

A l'extérieur : L'Histoire – Le Contexte – L'environnement – L'Avenir.

La pyramide est entourée par 4 aspects externes ayant des effets notables sur l'expérience de la vie et sur toutes les facettes de l'Être.

L'Histoire

- Récit de la vie personnelle
- Héritage génétique de la famille/groupe ethnique
- Histoire Culturelle/Politique de la Communauté- Nation – Monde.
- Expériences traumatisantes = Blessure Non Cicatrisée = mauvaises adaptations ou limitations = mauvaises perceptions.

Le Contexte

- Evènement prenant place autour d'une personne quand elle fut affectée.

Une blessure ou une maladie est le contenu mais la situation environnementale, comme une guerre ou une attaque terroriste est, Le Contexte !!!

- La signification qu'ont pour une personne ses expériences et la manière dont elles l'affectent concernent souvent davantage les circonstances et l'intention que l'impact physique réel. Etre frappé avec la même force, délibérément ou accidentellement, par son frère ou un inconnu a des effets complètement différents sur le sentiment de bien-être.

L'environnement

- Positif/Négatif
- Naturels (biologique)
- Sociaux (famille/Communauté)
- Stérile (Exempt de plante/animaux)
- Nature (air frais, eau pure...)
- Alimentation
- Interaction avec les autres (familles, collègues...) agit sur la santé physique, émotionnelle, et spirituelle ainsi que l'équilibre énergétique.

Procéder à des changements de Mode de Vie, de ses Actions, et des Personnes avec lesquelles on passe du temps.

L'Avenir

- Acceptation de l'idée que les perceptions présentes et passées sont largement influencées par sa perspective personnelle, par ses espoirs et ses rêves.

Combien de gens ont surmonté l'adversité en entretenant **une vision – un but – un espoir** = un jour les choses vont bouger ex : l'appartement.

OBJECTIF + PERSEVERANCE = BUT ATTEINT

AVOIR UNE VISION ET UN OBJECTIF CLAIR ACCROIT LE BIEN-ETRE ET CONDUIT A LUI

Equilibrer les énergies, accroît la capacité à visualiser et à clarifier ce qu'on veut vraiment, à faire des choix et à attirer vers soi les choses et les personnes qui aideront à atteindre un but.

« Se donner des objectifs, fait partie du processus d'équilibration de l'énergie subtile en vue d'accomplir son destin en partageant ses talents innés et en remplissant sa mission personnelle »

RETROVISEUR

=

PASSE.....PRESENT.....AVENIR

SENTIMENTPRESENT.....SENTIMENT

On peut être connecté au sentiment du passé ou de l'avenir dans notre présent !!!!!!!

PARE BRISE

=

La base de la pyramide

Vérité – Foi – Espoir – Amour

Pour qu'une pyramide soit forte et passe l'épreuve du temps, elle doit avoir une base solide.

Les convictions et la spiritualité sont la base ferme sur laquelle est bâtie la vie de l'individu.

Chaque aspect de l'expérience de vie est différent, selon que l'individu se voit comme un résultat aléatoire des processus biologiques ou comme **une entité unique créée avec un dessein intelligent, un objectif de vie, et une signification** dans le schéma des choses. **La vie et la signification qu'elle a pour l'individu dépendent en grande mesure de l'attitude de celui-ci :**

- Soit il se rapporte à une énergie (même une personnalité) bienveillante et affectueuse de l'Univers connectant toute existence.
- Soit il voit la vie comme un combat bref et difficile dans un contexte physique brutal.

Source de l'existence, la spiritualité devient la base de la pyramide de vie. Elle implique les valeurs et la philosophie concernant la nature de la réalité et la manière dont la vérité, la foi, l'espoir et l'amour dirigent de l'intérieur la vie et l'objectif visé.

1 – La Vérité, est nécessaire pour une vie saine !

La vérité est ce que l'on perçoit comme réel, fiable, digne de confiance et intègre. Tout un chacun connaît l'impact émotionnel éprouvé quand un proche tenu pour intègre s'avère manipulateur ou malhonnête. Le mensonge dans une situation particulière ou une relation affecte l'énergie et a des conséquences sur la santé.

- Positif = authenticité – validité – viabilité – réalité – fidélité – dévouement – justesse – transparence – fonctionnalité.
- Négatif = manières évasives – tromperie – malhonnêteté – manque de sincérité – hypocrisie – trahison- injustice.

Le sentiment de vérité dans la vie, savoir quoi attendre et ce que qui se passe réellement, est primordial. Il est difficile de rester équilibré lorsque les idées sont contrariées en permanence ou quand les mensonges ou la tromperie font douter soi-même et les autres.

2 – La Foi, l'évidence

Elle est la conviction inébranlable, la confiance absolue en quelque chose, l'idée que cette chose là est réelle, même si elle n'est pas tangible. Lorsque l'on a la foi, on peut s'enthousiasmer à propos d'un projet ou d'une idée.

Quand on perd de l'argent on perd beaucoup.

Quand on perd un ami, la perte est bien plus considérable.

Quand on perd la Foi, on a l'impression d'avoir tout perdu. La perte de la Foi peut briser le cœur.

Pourtant, on peut équilibrer son énergie afin de se remettre et de restaurer sa foi en quelque chose de plus grand que soi. **Lorsqu'on a la foi, on peut avancer métaphoriquement dans l'obscurité en sachant que l'on trouvera une plateforme sur laquelle se tenir ou que l'on apprendra à voler. Grâce à la foi on dispose d'assurance, de sécurité et de crédibilité.** Sans la foi, on n'a pas d'espoir, on est craintif et sceptique, on a mal à prendre des décisions faisant avancer. La santé dépend de la foi et

on peut être équilibré en laissant aller les situations du passé, du présent et de l'avenir qui empêchent d'avoir la foi nécessaire pour profiter sainement de la vie.

3 – L'Espoir

Il est le sentiment que ses désirs peuvent être exaucés. C'est un souhait accompagné d'attentes et d'anticipation. Lorsque l'on a de l'espoir, on peut être optimiste, joyeux et enjoué. Rester équilibré tout en gardant à l'esprit un objectif et en percevant les changements du corps, des émotions, et de la clarté mentale et du sentiment d'espoir est une expérience très profonde et bénéfique.

S'équilibrer en vue de divers objectifs permet de sentir que ses rêves, ses aspirations, et ses espoirs sont légitimes, qu'ils conduiront à une vie meilleure si on le veut vraiment. L'espoir laisse choisir ce à quoi on pense, ce sur quoi on concentre son attention et la manière dont on veut passer son temps.

Pour bâtir l'espoir, il faut utiliser l'imagination pour visualiser ce qu'on veut dans la vie, au lieu de se focaliser uniquement sur ce qui va mal.

Équilibrer la posture, l'attitude, et l'énergie permet d'apprécier sa situation limitée, tout en entretenant l'espoir quant aux possibilités infinies.

4 – L'Amour

Il bénéficie sans fin à la vie. Il soutient lors des situations autrement insupportables, son absence fait s'étioler. Beaucoup de gens ont grande envie d'aimer. Tout le monde a besoin d'un peu d'amour, d'affection, d'acceptation, de reconnaissance, de considération, et de soin.

Pourtant, le plus souvent, l'amour fait mal.

Réfléchir au rôle de l'amour dans sa vie, les joies, les chagrins, la passion, la douleur, et les blessures, rendra ses objectifs vraiment significatifs et ses équilibrations profondes et puissantes.

L'amour est mieux exprimé par les actions qu'on choisit d'entreprendre par :

- Tendresse, affection, respect, admiration, appréciation, vénération, aspiration, ou désir à l'égard d'une personne.

L'amour érotique

L'amour parent/enfant

L'amour de nos proches – frères/sœurs, camarade, vie sociale.

L'amour ardent

L'amour inconditionnel

Le test musculaire – vérification ou observation ?

Le test musculaire donne accès à des techniques puissantes de changement et de consolidation de ce changement chez la personne dans son intégralité :

- Physiquement
- Mentalement
- Emotionnellement
- Spirituellement

On ne mesure pas la force physique brute du muscle avec le test musculaire, mais on surveille sa réaction en tant qu'indice des changements énergétiques. C'est un mécanisme de biofeedback, offrant des indications subtiles quant à la manière dont l'énergie vitale est affectée.

Le test musculaire donne un indice des changements énergétiques

- Changement d'indication – fort/ faible, nous renseigne sur le caractère de l'information recherchée
- Biofeedback – la qualité de réponse du muscle isolé et testé pour évaluer le degré de paralysie ou absence de force, de ce que dit le muscle au niveau postural et du mouvement
- Le test se réfère à la vérification du fonctionnement dynamique des muscles en tant qu'indicateur de la circulation d'énergie, ou de l'équilibre chez une personne et dans les méridiens spécifiques, pas à l'évaluation de la force des muscles particuliers ou de leurs problèmes.

Objectifs du test musculaire.

- 1) Prise de conscience** des changements subtils de l'ensemble de la personne, impliquant :
 - La compréhension du sentiment global de bien-être, d'équilibre, de facilitation/inhibition énergétique.
 - La sensation subtile du fonctionnement du muscle et de sa réaction (conscience des positions de son action).
 - Les changements correspondants de ces postures, de l'attitude, de l'émotion et du fonctionnement mental.
- 2) Amélioration Globale** sur le plan spirituel et meilleure intégration du contexte social et environnemental de l'expérience de vie.
- 3) Rétablissement de l'équilibre posturale** et du mouvement coordonné de façon dynamique, amélioration de la gamme de mouvement et du sentiment de force et d'énergie.
- 4) Atteinte de l'équilibre** des divers systèmes pour une auto guérison efficace.
- 5) Prise de conscience accrue des déséquilibres** en aidant la personne à les identifier, facilitant par là les changements du fonctionnement, des sentiments, des choix, et des comportements afin de prévenir ou de retarder l'apparition des processus pathologiques.
- 6) Intégration de la SPT dans la vie quotidienne** en s'aidant mutuellement à prendre conscience de son modèle de guérison et des autres modalités de créer des objectifs clairs et de bénéficier au maximum de la consultation d'un professionnel de santé.
- 7) Compréhension de l'impacte de la SPT** en s'aidant mutuellement à devenir conscient de ses convictions personnelles/culturelles et de la manière dont celles-ci peuvent entrer en conflit avec ses véritables buts et objectifs.

« Le rôle du kinésologue ou du praticien en kinésiologie est d'aider chaque personne à devenir consciente d'elle-même ».

Prise de conscience

Après une équilibration en SPT, on se sent d'habitude mieux, physiquement, mentalement, émotionnellement et spirituellement. Le véritable pouvoir de la SPT se trouve dans le développement de l'objectif de vie et de la conscience de tous les aspects de l'expérience individuelle contribuant au bien-être optimal. Toutes les techniques du système SPT visent à **intensifier la conscience de soi-même**, la capacité de voir où on est bloqué ou en conflit et de favoriser la circulation de l'énergie et de l'équilibre. En dernière analyse, on tente de s'aider mutuellement à atteindre une plus grande complétude et une meilleure intégration, sociale, environnementale et personnelle.

