

La microkinésithérapie®

Soigner par micromouvement

par Olivier Desurmont

La microkinésithérapie est une pratique manuelle de soin fondée sur un principe naturel et élémentaire qui aide le corps à se libérer des traumatismes, passés ou présents, gardés en mémoire et l'empêchant de bien fonctionner.

Encore confidentielle auprès du grand public et des médias, la microkinésithérapie est pourtant trentenaire. Cette méthode de soin manuelle s'adresse à tous, dès le plus jeune âge et ne présente aucun danger ni contre-indication. Parfaitement compatible et complémentaire avec la médecine conventionnelle, cette technique a été développée dans les années 80 par deux masseurs kinésithérapeutes français : Daniel Grosjean et Patrice Benini.

Du grec *micro* qui signifie «petit», *kinesis* «mouvement» et *therapeuein* «soigner», la microkinésithérapie est le «soin par le petit mouvement». Plus précisément, il s'agit d'une technique manuelle de bilan et de soin qui vise à trouver, dans l'organisme du patient, les traces d'événements traumatiques somatisés et de stimuler les zones concernées pour déclencher les mécanismes naturels d'autocorrection aptes à les éliminer. Cette pratique s'inscrit dans le

Pour consultation uniquement, diffusion interdite

registre des médecines douces, à l'instar de l'homéopathie ou de l'acupuncture. Ici, les granules et les aiguilles sont remplacées par la micropalpation¹, effectuée manuellement par le praticien en microkinésithérapie.

De nombreuses évaluations réalisées depuis les années 80 attestent de son efficacité dans le traitement des désordres liés aux chocs et traumatismes physiques, aux chocs psychologiques ou émotionnels et même au contact de toxiques et de pollutions.

Principes thérapeutiques

Le corps humain, comme tout organisme vivant, est conçu pour s'adapter, se défendre et s'autocorriger en cas d'agressions traumatiques, émotionnelles, toxiques, virales, microbiennes ou encore liées à son environnement immédiat. Lorsque l'agression² est supérieure aux possibilités de défense de l'organisme, la vitalité du tissu corporel concerné va être altérée. Il y a « mémorisation » de l'agression. La modification de cette « vitalité tissulaire »³ peut faire apparaître différentes manifestations corporelles locales ou globales.

La microkinésithérapie va chercher, par une technique micropalpatoire manuelle spécifique, les traces laissées par ces agressions dans les différents tissus de l'organisme. Son action consiste à effectuer manuellement des actes stimulant les mécanismes d'autocorrection afin d'éviter la dégradation des tissus et d'en rétablir leurs fonctions. Les mains du praticien vont ainsi mobiliser et stimuler les différents tissus en fonction du type d'agression détecté.

Au quotidien notre corps lutte, en effet, contre des agressions de toute nature et de différentes intensités provenant :

- de l'extérieur (microbes, toxines, choc physique ou émotionnel) ;
- de l'intérieur (faiblesse d'un organe, fatigue, problèmes existentiels...).

Le plus souvent, face à ces agressions, notre organisme s'autorépare en silence. Mais certaines atteintes sont trop fortes et le corps ne peut plus réagir efficacement. L'agression laisse alors une « cicatrice » dans les tissus, une sorte de mémoire de l'évènement. L'accumulation de

ces mémoires va faire un jour apparaître une douleur, une maladie, une faiblesse...

La microkinésithérapie nous aide à éliminer naturellement les mémoires qui affaiblissent notre organisme. Une fois libéré de ses entraves, le corps va pouvoir retrouver les capacités qu'il avait perdues, parfois même depuis des années.

Pour quels troubles ?

Cette méthode manuelle a prouvé son efficacité dans le traitement de désordres liés à l'appareil musculo-osseux : entorse, luxation, tendinite, séquelles de fracture, lumbago, torticolis et autres douleurs rhumatismales. Mais elle s'applique aussi à bien d'autres dysfonctionnements tels que :

- les chocs et traumatismes physiques provoqués par les chutes, accidents, bousculades, coups, bagarres... qui vont modifier les manifestations rythmiques des tissus musculaires et des aponévroses (membranes qui enveloppent les muscles ou qui fixent les muscles aux os) et peuvent parfois avoir des retentissements sur les viscères ;
- les chocs psychologiques ou émotionnels (frustrations, conflits, échecs scolaires, problèmes relationnels, deuils, ruptures...) qui vont dérégler les circuits nerveux et qui sont à l'origine de la plupart des troubles dits fonctionnels (leurs lieux d'inscription renseignent sur leur nature) ;
- les toxiques et pollutions : certains aliments, les métaux lourds, poisons (venins, vaccins, antibiotiques, drogues...) et les pollutions environnementales (nucléaires, atmosphériques, électromagnétiques...) affectent le rythme vital des tissus muqueux et du système endocrinien.

C'est précisément cette cause responsable qui peut avoir surgi quelques mois, quelques années, voire même quelques décennies plus tôt, que recherche le microkinésithérapeute.

Si ce choc initial n'est pas verbalisé par le patient, il est souvent surprenant de constater qu'il revient à sa mémoire lorsque les tissus sont corrigés, un peu comme si l'on réveillait les

souvenirs en même temps que les tissus. Notons que cette verbalisation n'est nullement une condition sine qua non de l'efficacité du traitement puisque celui-ci peut être effectué sur des nourrissons, sur des personnes dont le microkinésithérapeute ne parle pas la langue ou sur des animaux.

Déroulement d'une séance

La durée moyenne d'une séance en microkinésithérapie varie entre 30 et 45 minutes. Après avoir signalé les motifs de sa consultation, la personne s'allonge sur la table de consultation, le plus souvent en restant habillée.

La première partie du travail est une recherche micropalpatoire permettant de retrouver l'étiologie¹ responsable du désordre observé, c'est la mise en évidence des « cicatrices pathogènes ».

La seconde partie consiste à rechercher le symptôme qui en découle. Concrètement, le thérapeute garde dans une main la cause (la cicatrice) et recherche avec l'autre main la conséquence (le symptôme) en parcourant la ligne médiane du corps à la recherche de l'« étage » affecté. Une fois ce dernier défini, il recherche, par une palpation transversale, le tissu atteint qui permet de retrouver le symptôme et sa localisation dans le corps (il se manifeste par une restriction entre le tissu atteint dans l'étage et l'organe affecté).

A ce moment-là, il est possible de donner approximativement la date à laquelle l'événement s'est installé en sollicitant palpatoirement une réponse de l'organe à une date définie par le thérapeute. L'organisme du patient réagit à cette date et la restriction est perçue comme amplifiée par les mains du thérapeute. Bien que l'élément permettant de comprendre totalement ce phénomène soit

encore inexplicé, la datation du traumatisme est une information intéressante à recueillir car elle permet au patient de mieux situer l'origine du désordre. Comprendre les causes passées des douleurs présentes, c'est aussi faire de la prévention.

Une fois identifiée et localisée, la « cicatrice mémorielle » est stimulée, ce qui va déclencher les processus d'autocorrection, de façon quasiment instantanée. C'est un dialogue en direct avec la mémoire tissulaire de la personne, effectué par voie palpatoire, sans autre support. Le mécanisme d'autocorrection est obtenu de cette manière aussi bien sur des adultes que sur des bébés ou des animaux.

Après la séance, l'organisme commence à évacuer les désordres découverts en déclenchant un mécanisme d'élimination. La personne, bien souvent, va se sentir fatiguée pendant 48 h. Pendant ces deux jours, des douleurs ou des émotions liées aux cicatrices pathogènes libérées peuvent remonter à la surface. On conseille aux personnes de bien s'hydrater et de ne pas faire d'efforts inutiles afin de faciliter cette élimination.

Une deuxième séance peut être envisagée quelques semaines plus tard, si la première n'a pas suffi ou dans un délai plus court si le problème est aigu. Trois séances pour un même symptôme sont un maximum. Au-delà, le thérapeute doit avoir l'honnêteté de réorienter la personne en sachant qu'il n'est pas parvenu à retrouver l'étiologie responsable. Deux ou trois séances annuelles peuvent également être envisagées pour entretenir un bon état de santé. Enfin, certaines pathologies évolutives peuvent nécessiter des séances régulières.

¹ interrogation faite à deux mains sur un tissu vivant permettant de contrôler l'intégrité de sa vitalité.

² événement de source extérieure, de toute origine possible, venant perturber l'individu.

³ capacité d'un tissu de manifester de façon palpable son état normal de fonctionnement.

⁴ les causes et les facteurs à l'origine d'un trouble ou d'une maladie.

Références : *La microkinésithérapie, réflexion sur ses moyens d'action*, Daniel Grosjean aux éditions C.F.M., *Ces chocs qui détruisent votre santé*, Daniel Grosjean et Patrice Benini aux éditions C.F.M., Wikipédia et www.microkinesitherapie.fr/fr/.