

Le test musculaire en kinésiologie



Fondements et principes d'utilisation du test musculaire en kinésiologie

Introduction

Le **test musculaire**, tel la boussole de l'explorateur, est indispensable au kinésologue. Il sert à indiquer et identifier des déséquilibres de différents ordres, parmi lesquels les déséquilibres émotionnel, musculaire, postural, hormonal, énergétiques (méridiens d'acupuncture).

En plus de mettre en lumière les déséquilibres du corps, cet outil permet au kinésologue de mettre aussi en avant ce qui amènera le corps à **retrouver son équilibre**. Toujours via le test musculaire, le kinésologue détermine les **équilibrations prioritaires**, puis, après les avoir effectuées, vérifie que le corps a bien enregistré l'équilibration et cela dans la durée.

Même si la kinésiologie recouvre de nombreuses équilibrations possibles dans les divers domaines déjà énoncés plus haut, **le test musculaire est la base de la kinésiologie**. Sans test musculaire, le kinésologue n'est pas ou plus un kinésologue.

Tout n'est pas testable avec le test musculaire et son utilisation requiert expérience et déontologie, sans quoi, elle peut donner naissance à des réponses qui relèvent de l'imaginaire ou du symbolique, voire à des réponses aléatoires.

Les origines

Aux Etats-Unis, les premières observations en terme de réponses musculaires (muscle testing) remontent à Lovett en 1912, puis à Kendal en 1949. Dans les années 1960, le Docteur Georges Goodheart, chiropracteur, développe sur les bases du test musculaire de ces derniers un nouveau concept appelé **kinésiologie appliquée**. Son collaborateur, le Docteur John Thie, démocratise ce concept dans les années 1970 en créant le « Touch for health » ou « Santé par le Toucher », qui sera la base de tout l'édifice de **la kinésiologie moderne**.

Aujourd'hui, le test musculaire s'est vulgarisé à travers le monde. Il n'est pas le monopole des kinésiolesgues. Aussi, certains professionnels de santé l'utilisent dans l'exercice de leur activité : médecins, homéopathes, posturologues, podologues, orthophonistes, dentistes, chiropracteurs, ostéopathes, ...

Le **test musculaire utilisé en kinésiologie** répond à des lois et des principes bien définis. Il est donc important de bien en connaître le fonctionnement.

Définition et principe du test musculaire

Le test musculaire s'applique à n'importe quel muscle du corps et le kinésiologue en privilégie certains à tester selon le déséquilibre en jeu.

Le **test musculaire consister à évaluer le tonus d'un muscle** en lui opposant une pression légère à la contraction tout en testant un éventuel facteur de stress ; ce facteur de stress peut être une émotion, une attitude, une situation, un mouvement, ou une position corporelle. Le kinésiologue se sera auparavant assuré de la fiabilité du tonus de ce même muscle.

Le test musculaire est l'acteur essentiel d'un des principes

fondamentaux sur lequel repose la kinésiologie. Ce principe éducatif consiste, pour chaque équilibration, et à l'aide du test musculaire, à :

- **montrer au corps ce qui le déséquilibre,**
- **montrer au corps ce qui le rééquilibre,**
- **effectuer la correction qui permet au corps de le rééquilibrer,**
- **montrer au corps que le déséquilibre est corrigé.**

Ces 4 étapes, qui s'apparentent à un dispositif de servomécanisme, sont nécessaires à l'ancrage des corrections.

Ainsi et de façon plus précise, le test musculaire est **un outil de retour de l'influx nerveux (biofeedback)** qui permet d'identifier les origines du déséquilibre et d'agir sur la cause du problème sans se limiter à la manifestation de ce même problème.

Cependant tout n'est pas testable !