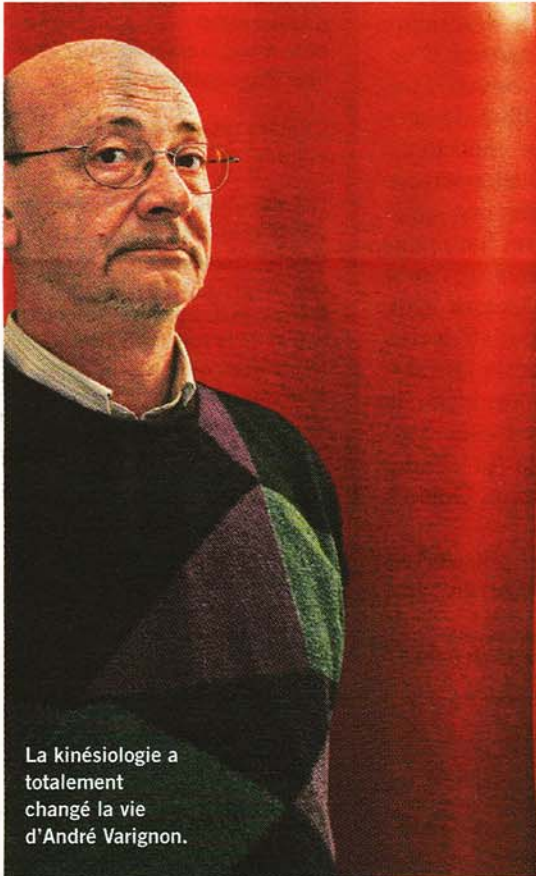


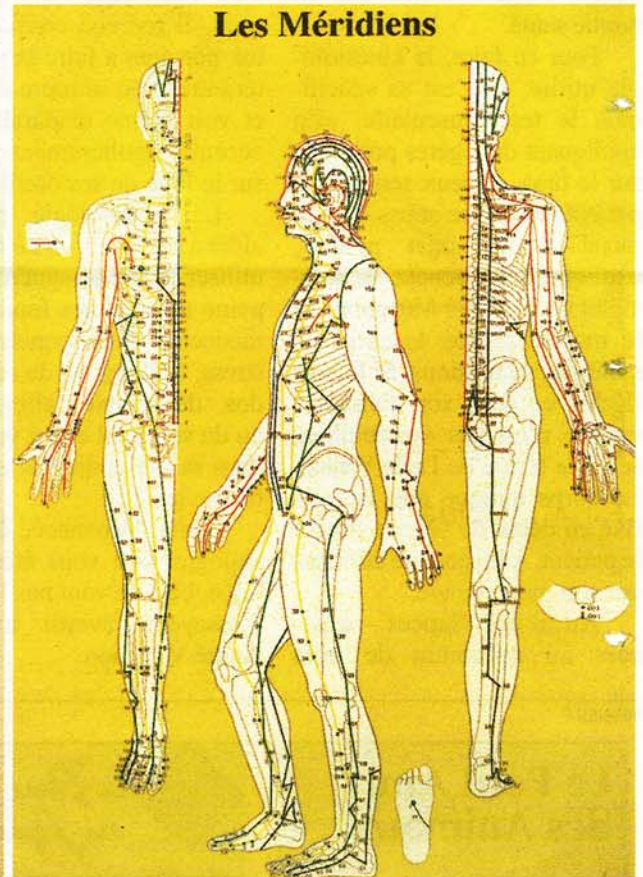
«Après chaque séance, je me sens euphorique, car je me suis débarrassé d'un problème.»

Kinésiologie, dis-moi qui je suis

A Yverdon-les-Bains, André Varignon a découvert la kinésiologie voilà cinq ans. Depuis, il est parvenu à soulager aussi bien des troubles émotionnels que physiques.



La kinésiologie a totalement changé la vie d'André Varignon.



Ce tableau montre où se trouvent les méridiens de notre corps. Pour rééquilibrer les flux énergétiques, la kinésiologie utilise une technique particulière: le test musculaire.

Gâce à la kinésiologie, la vie d'André Varignon a changé. Mentalement, socialement et même professionnellement parlant. Découverte par l'entremise d'une amie il y a cinq ans, la méthode basée sur le rééquilibrage des méri-

diens a rapidement convaincu cet informaticien d'Yverdon-les-Bains. «J'ai tout d'abord suivi une psychothérapie durant deux ans. Comme je n'avançais pas beaucoup, j'ai décidé de me tourner vers la kinésiologie parce qu'elle permet de retrouver des traces

du comportement dans le corps.»

Equilibre à retrouver

Apparue dans les années 1950 aux Etats-Unis, la thérapie parvient à corriger – tout comme l'acupuncture, l'acupressure, le shiatsu ou la



Informaticien devenu libraire, André Varignon s'est spécialisé dans les ouvrages sur les médecines naturelles.

réflexologie – les méridiens. Lorsque ces derniers sont équilibrés, l'être humain est en bonne santé.

Pour ce faire, la kinésiologie utilise, et c'est sa spécificité, le test musculaire. «En appliquant de légères pressions sur le bras, je peux sentir si le patient ressent un stress ou non quant à un sujet précis», explique Leïla Venetz, la kinésiologue d'André Varignon. Si le muscle résiste: le corps ne subit pas de tensions. Si le bras fléchit et perd son tonus, le muscle n'est pas «verrouillé», selon le terme de Leïla Venetz. Le corps indique que le sujet fixé en début de séance stresse le patient. A lui ensuite de changer son mode de vie.

Au fil des séances – espacées au minimum de trois

semaines –, le sexagénaire est parvenu à soulager des maux autant physiques que psychiques. Il reprend confiance en lui, parvient à faire la paix intérieure avec sa mère décédée et voit même disparaître son eczéma régulièrement présent sur le lobe de ses oreilles.

La kinésiologie pourrait aider à soulager – il ne faut pas utiliser le terme «guérir» sous peine de subir les foudres des médecins traditionnels – du stress, d'allergies, de maux de dos, de troubles alimentaires ou du sommeil et à y voir clair dans sa vie conjugale ou relationnelle.

Alors, la panacée la kinésiologie? «Si vous êtes sceptique, cela ne vaut pas la peine d'essayer», avertit toutefois André Varignon.

«En ce qui concerne mon eczéma, Leïla Venetz est parvenue à retrouver le moment où il est apparu. J'avais alors 22 ans et je commençais ma carrière d'informaticien. Les rougeurs apparaissaient toujours en situation de stress. Peu esthétique, il me permettait en fait de m'isoler de mes collègues», analyse a posteriori l'Yverdonnois. Aujourd'hui, l'affection cutanée a disparu. «Après chaque séance, je me sens euphorique, car je me suis débarrassé d'un problème.»

Changement d'orientation

Convaincu par la kinésiologie, André Varignon a désormais mis un terme à sa carrière d'informaticien. Il a ouvert Histoire d'Être, une librairie spécialisée dans les médecines naturelles et le développement personnel. «Un jour, une jeune femme cherchait un livre pour maîtriser ses colères. Je lui ai expliqué que la lecture d'un ouvrage spécialisé n'allait rien résoudre, mais que la kinésiologie pouvait en revanche la soulager. J'ai revu plus tard cette cliente. Elle se sentait beaucoup plus calme. Grâce à la kinésiologie.»

Pierre Wuthrich

Photos David Prêtre/Strates

Infos: www.histoiredetre.ch (librairie) et www.choixdetre.ch (Institut de Leïla Venetz).



Parole d'experte



Marlène Horvath Terras, kinésiologue, dirige le Centre de formation PaisséRainité S. à r. l., à Vionnaz (VS).

Comment fonctionne la kinésiologie?

C'est une technique qui permet d'équilibrer le système énergétique du corps. Elle permet d'utiliser tout notre potentiel tant au niveau intellectuel, physique qu'émotionnel.

La kinésiologie peut-elle remplacer la médecine traditionnelle?

Non. A aucun moment. Mais elle peut être complémentaire.

Combien coûte une séance?

Entre 80 et 130 francs.

La kinésiologie est-elle remboursée par les caisses-maladie?

Oui, par l'assurance complémentaire. Mais le thérapeute doit se faire reconnaître auprès de la Fondation pour la reconnaissance et le développement des thérapies alternatives et complémentaires (Asca) et du Registre de médecine empirique (RME) pour faire rembourser ses prestations par toutes les caisses-maladie de Suisse. Peu de kinésiologues en Suisse romande remplissent ces conditions.

Infos: www.paisserrainite.com