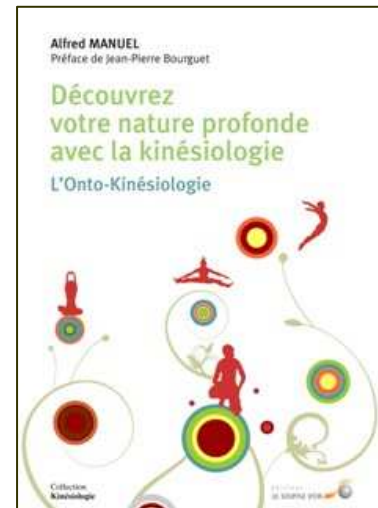


Découvrez votre nature profonde avec la kinésiologie

L'Onto- Kinésiologie

Alfred MANUEL

Préface de Jean-Pierre Bourguet



EXTRAIT

Mémoires mentales et mémoires du corps

“Le souvenir est un poète, n'en fais pas un historien”

Paul Géraldy

SOUVENIRS, SOUVENIRS

Une expérience nous paraît positive ou négative en raison de la vision subjective que nous avons d'elle. Bien des personnes âgées évoquent avec nostalgie des épisodes du temps passé en les magnifiant. Elles parlent de leurs jeunes années avec nostalgie, se souviennent du “bon vieux temps”. Elles ont souvent oublié qu’au moment des faits, leur vision était souvent très différente et bien moins agréable.

Le souvenir d’un événement douloureux reste, mais notre point de vue sur lui peut se transformer et le rendre beaucoup plus acceptable, parfois même plaisant.

“Moi, quand j’étais jeune, je faisais 2 km à pied pour aller à l’école. J’étais en culottes courtes toute l’année et je n’étais jamais malade. Je trouvais ça normal et ça ne m’a pas empêché d’avoir de bons résultats !”

Il m’est difficile d’imaginer un petit garçon heureux d’aller à l’école par un matin d’hiver, trempé et transi de froid. Comment ne pas ressentir à sa place, de la peine, de l’injustice, de l’abandon ou de la rage ?

Avec le temps, le regard de l’adulte a changé pour associer ce souvenir à un sentiment de victoire, de fierté, à plus de valorisation ou d’estime de lui. Mais les émotions initiales restent

inscrites, d'autant plus quand elles n'ont pas été exprimées au moment des faits. Dans ce cas-là, un muscle fort s'affaiblit à l'évocation d'un souvenir qui est pourtant considéré comme positif. Le test devient le révélateur d'une blessure enfouie, source de déséquilibre, de perte d'énergie.

Inversement, une autre personne pourrait avoir conservé un souvenir cauchemardesque de l'obligation d'aller à l'école dans les mêmes conditions. Cette mémoire peut avoir pris dans sa vie des proportions quasi incontrôlables et devenir la justification de tous ses échecs. Lui montrer qu'aucune faiblesse musculaire n'est chez elle associée à l'évocation de cette période pourra peut-être l'aider à sortir de la victimisation où elle est enfermée.

La réponse musculaire favorise une meilleure conscience de nous-même, de nos besoins et nous permet d'envisager de nouvelles solutions pour les satisfaire.

L'utilisation du test nous aide à éclairer notre monde intérieur et nous devenons ainsi un peu moins dupes de nous-même.

Mais dans mon exemple, c'est ma propre projection de testeur qui m'a fait imaginer un petit garçon dans la peine, l'injustice, l'abandon ou la rage. De la même façon, c'est moi qui ai considéré que l'autre était enfermé dans la victimisation. Ce point de vue, si je l'exprime, a toutes les chances d'être ressenti comme un jugement, une accusation de mensonge. S'il est reçu comme une agression, il est susceptible de déclencher une réaction de défense, voire un repli sur des positions qui auraient peut-être, au contraire, besoin d'être reconsidérées.

Le test musculaire constitue un véritable garde-fou aux projections du testeur et l'aide à sortir du jugement. Son utilisation montre très vite le caractère unique de chaque personne et la facilité avec laquelle nous sommes capables de nous mentir à nous-mêmes. En toute bonne foi.

Le corps, au travers des tests et des informations qu'ils révèlent, vient contrebalancer la prépondérance du mental ou de l'émotionnel et prend le rôle d'un véritable juge de paix. Il dépasse sa fonction de véhicule et apparaît porteur de points de vue propres et d'une sagesse insoupçonnée.

L'approche kinésiologique, en incluant cette dimension physique, permet d'éviter la confrontation de systèmes de croyances et favorise une plus grande écoute et connaissance de soi.

“L'expérience est une bougie qui n'éclaire que celui qui la porte.”
Lao-Tseu

TESTS ET LIGNE DU TEMPS

Parler de souvenirs, c'est parler d'une autre époque, de temps troublés ou difficiles, d'un temps béni, qui fait rêver à des temps meilleurs, à des lendemains qui chantent ou craindre une apocalypse à venir.

Notre vision du temps est linéaire et nous fait provenir d'un passé obscur ($-\infty$) pour nous conduire vers un avenir incertain ($+\infty$)¹.

Figure 2 : La ligne du temps

Nous sommes, à l'instant T, le résultat d'un cheminement passé qui conditionne la création de notre avenir.

En général, il ne vient à l'idée de personne de reproduire volontairement des expériences négatives. Nous essayons plutôt de retrouver des situations agréables que nous considérons comme bénéfiques ou bien d'en créer de nouvelles que nous imaginons meilleures, toujours par rapport au passé.

Tout notre vécu constitue notre apprentissage et nous pousse à désirer un avenir positif pour nous et nos proches. Selon nos propres critères, selon le regard subjectif que nous portons sur notre vie passée. De cette façon, notre vision du passé conditionne notre avenir, nous coupant de certains possibles par une sur-focalisation sur certains objectifs.

Nous cherchons la plupart du temps à appliquer nos solutions, issues de nos points de vue. C'est du bon sens, non ? Pourtant, nous savons maintenant qu'avec le temps, notre mémoire peut être sujette à variations. Notre regard sur les choses évolue, il ne reste souvent que le meilleur et le pire est oublié. Le bon sens va donc parfois s'appuyer sur des souvenirs édulcorés, pour nous faire choisir des solutions aux résultats aussi cuisants que ceux que nous avons occultés.

Inversement, un souvenir douloureux peut nous conduire à radicalement refuser toute solution susceptible, à tort ou à raison, de renouveler la souffrance.

Que dire alors de la tendance à proposer, voire imposer ces mêmes solutions de bon sens à notre entourage, à nos femmes et nos enfants d'abord ?

Le grand-père nostalgique n'hésitera pas à pousser ses petits-enfants à aller à l'école à pied par tous les temps, sans tenir compte des éventuelles souffrances causées, persuadé qu'il est que c'est la bonne solution pour forger un caractère. Il a seulement occulté ses propres souffrances de petit garçon et ne tient pas compte du fait que les circonstances ont changé, de même que les besoins.

Et il s'agit probablement du même phénomène qui faisait dire à Pierre Desproges qu'un chandail est un "*vêtement que doit porter un enfant lorsque sa mère a froid*".

1 Voir figure 2