

## \* **Le Biotest musculaire**

Le test musculaire est une technique simple, à la portée de tous. Elle s'appuie sur le fait que la force musculaire exprimée à chaque instant par nos membres (notamment les bras) reflète l'état d'équilibre ou de déséquilibre de l'organisme.

Ainsi, lorsque notre corps est mis en contact avec un produit, un objet ou un concept nocif pour lui, notre organisme reconnaît ce stimulus comme un stress (information d'un danger pour son intégrité). Il tente alors de protéger les organes vitaux internes en concentrant vers eux son énergie vitale, au détriment de la périphérie du corps. On notera en conséquence une faiblesse musculaire des membres. Celle-ci sera proportionnelle à l'intensité du stress.

Ceci est reflété dans le langage courant par des expressions telles que :

- Les bras m'en tombent.
- J'ai les jambes coupées, j'ai les jambes en coton.

Par contre, lorsque notre corps est mis en contact avec un produit, un objet ou un concept bénéfique pour lui, il accède à un état de détente et d'équilibre reflété par une augmentation de la force musculaire, c'est un phénomène bien connu des sportifs. La réponse musculaire des membres sera proportionnelle à l'intensité du stimulus positif reçu.

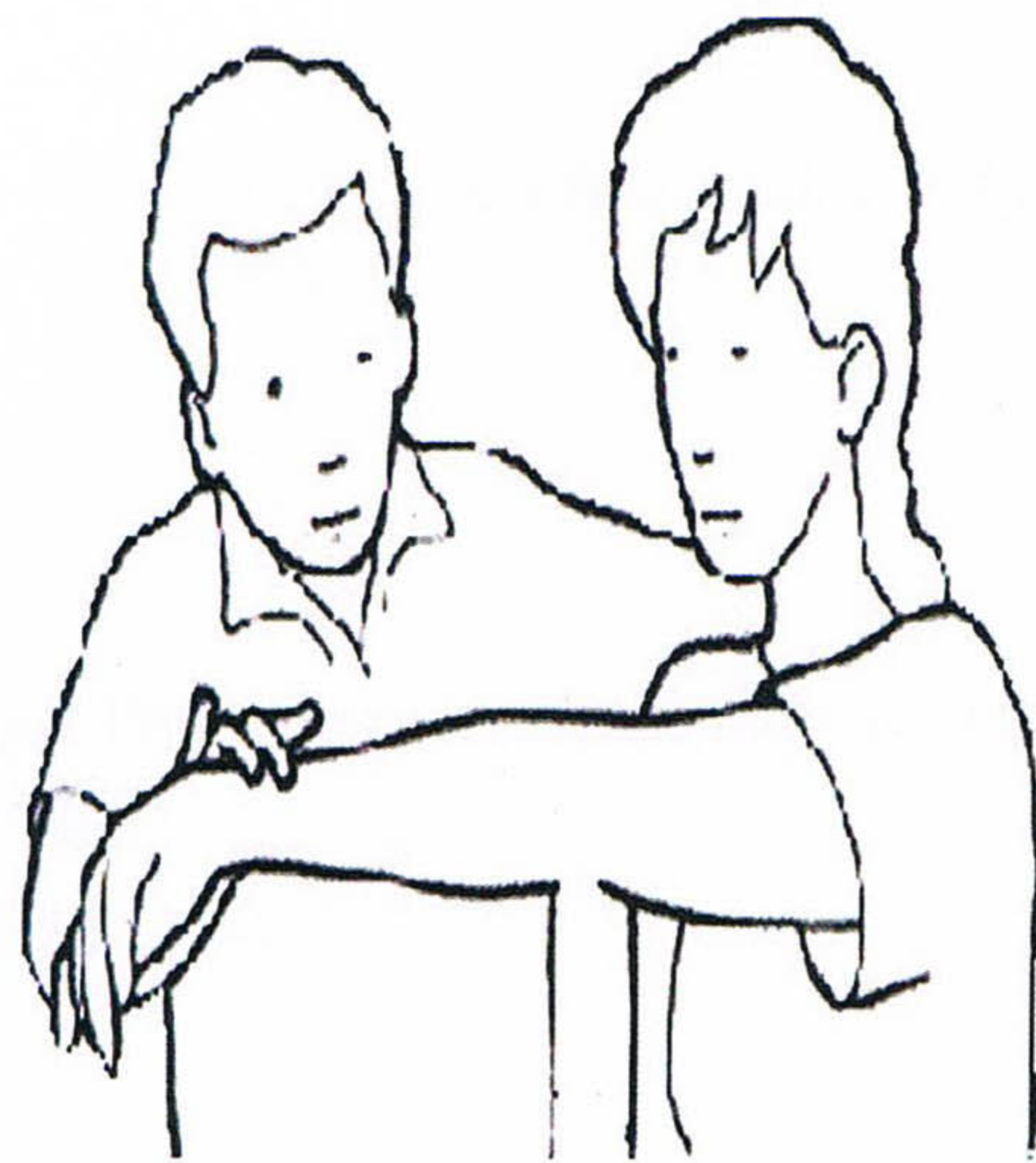
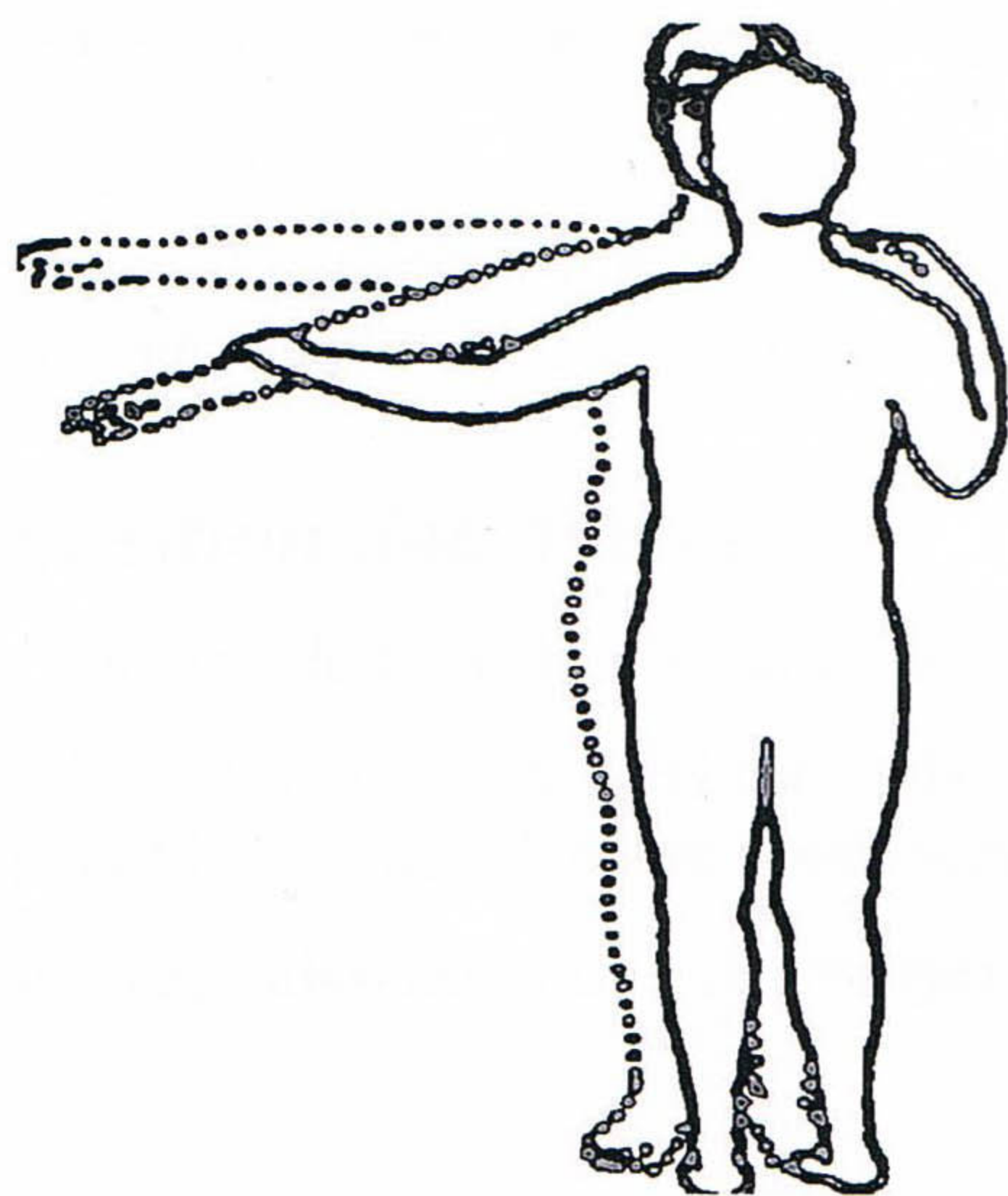
Cette notion de force musculaire proportionnelle à l'intensité positive ou négative du stimulus est en accord avec le concept de Biotest Universel proposé par le naturopathe français Michel Dogna, et diffère du concept de muscle "verrouillé ou déverrouillé" proposé par les écoles de kinésiologie actuelles. Vingt cinq ans de pratique de ce test nous en a confirmé l'efficacité.

Ce test peut être utilisé pour savoir si un traitement, un produit alimentaire, une activité, l'utilisation d'un appareil, etc. convient à votre organisme... au moment où vous faites le test !

### **Méthode :**

Pour faire ce test il faut être deux : un opérateur et la personne testée.  
Nous vous proposons deux méthodes :

#### **1) Avec le bras**

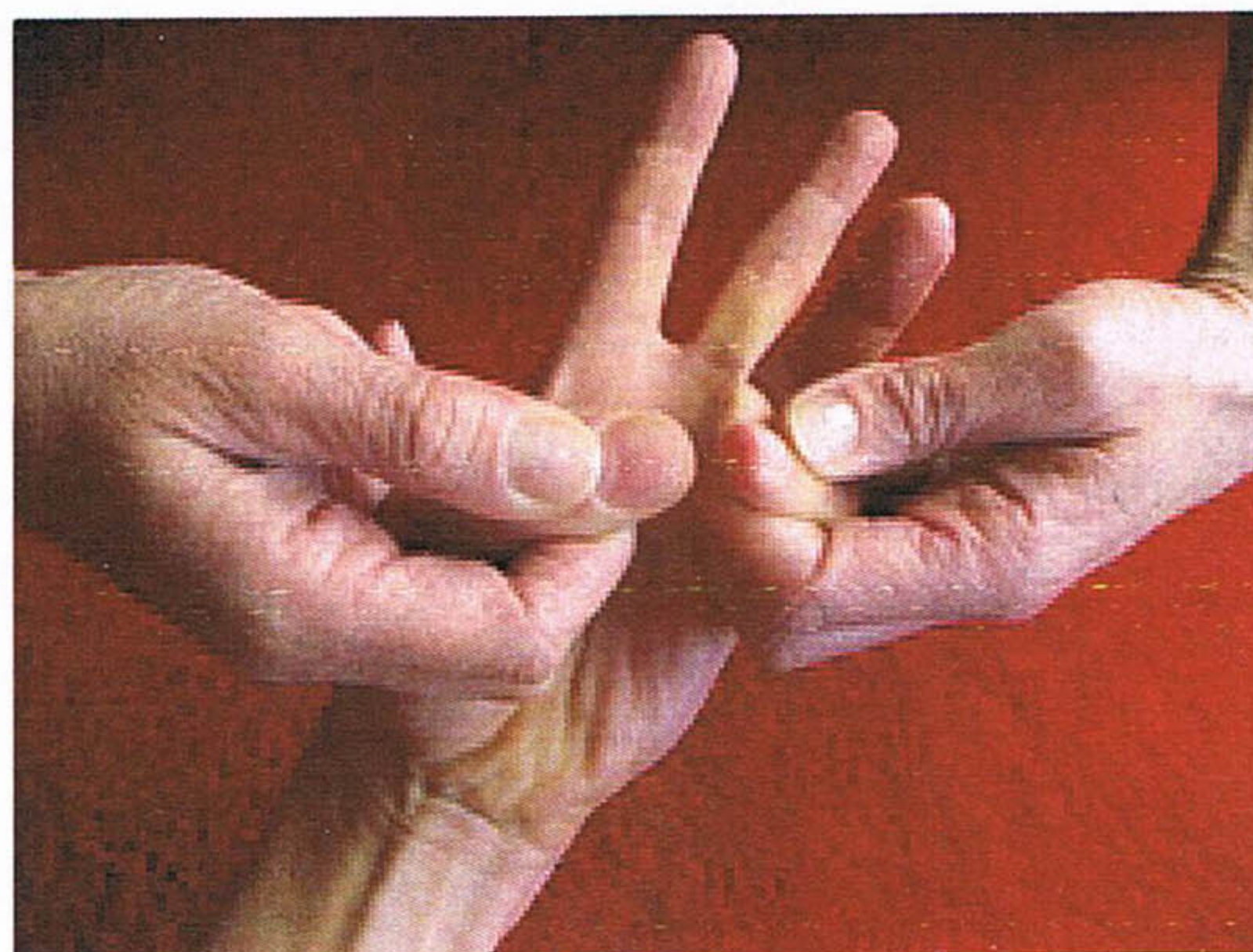
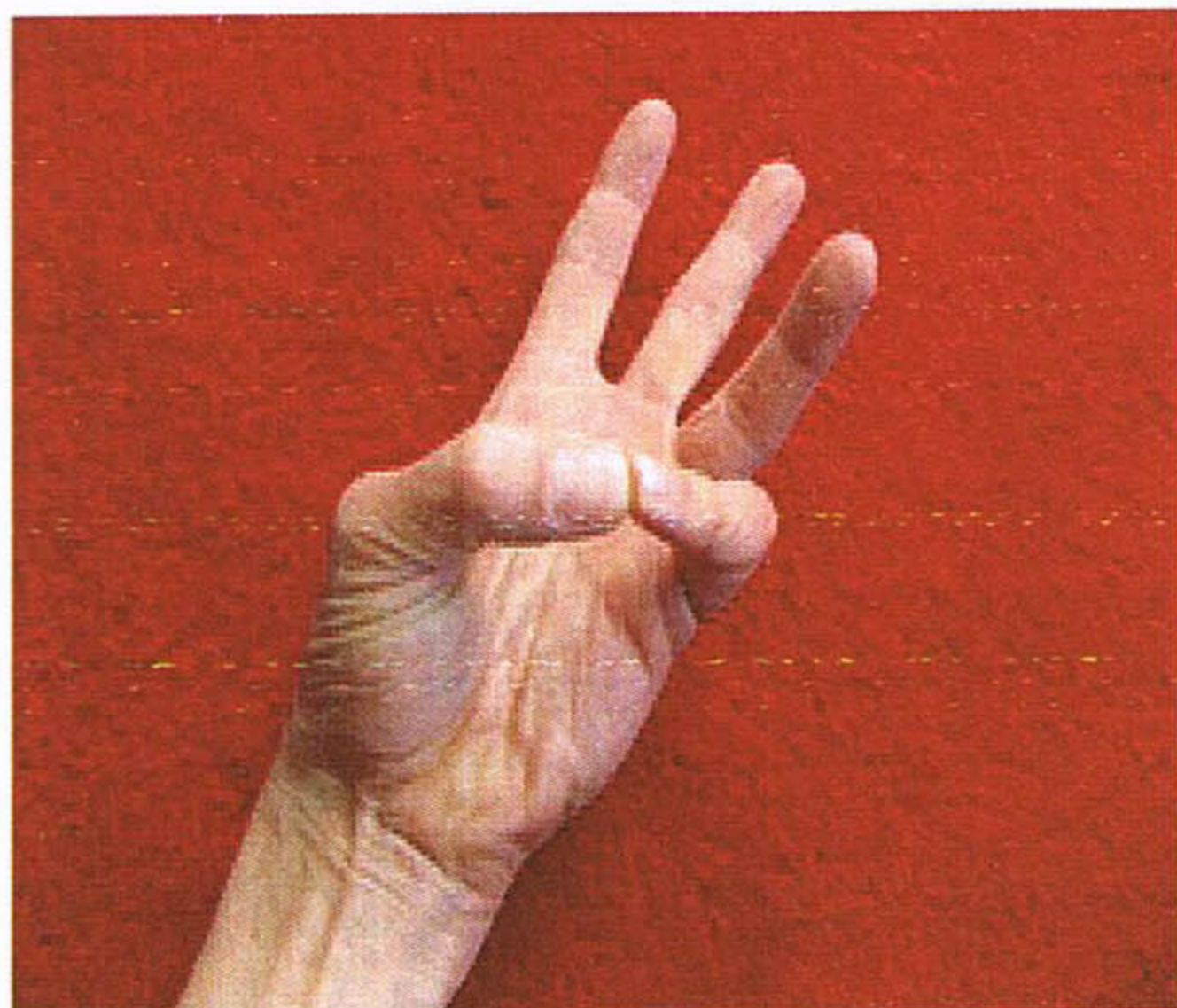


- Debout ou assis, tendez le bras vers l'avant ou sur le côté.
- L'opérateur exerce sur votre poignet une pression légère vers le bas. La résistance de votre bras à cette pression permet de mesurer votre force de base.
- Prenez ensuite contact avec le produit ou l'objet à tester (tenez le dans l'autre main et le poser sur le plexus solaire (il est situé juste sous le plexus cardiaque), ou posez celle-ci dessus).



- L'opérateur exerce la même pression que précédemment. Vous pouvez obtenir trois types de réponses :
  - Force égale à votre force de base (le bras répond de la même façon) : le produit ou l'objet est neutre pour vous.
  - Force supérieure à votre force de base (le bras a plus de résistance) : le produit ou objet est bénéfique pour vous.
  - Force inférieure à votre force de base (le bras s'abaisse facilement) : le produit ou objet est nocif pour vous.

## 2) Avec les doigts



Voici une autre version de ce test expliquée par Michel Dogna dans son "Manuel du nouveau thérapeute". Placez le pouce et l'auriculaire en anneau (main droite)

L'opérateur saisit votre main de façon à avoir une bonne prise pour pouvoir écarter vos deux doigts.

Testez votre force de base : L'opérateur dit "serre". Serrez les doigts avec le plus de force possible.

L'opérateur tire sans excès pour juste séparer les deux doigts de quelques millimètres (souvent au début on a tendance à tirer trop fort et à ne pas sentir de différence avec la deuxième phase du test). L'opérateur mémorise la force développée.

Testez le produit : prenez contact comme précédemment avec le produit à tester. L'opérateur dit "serre", vous serrez de la même façon que pour le test de base. L'opérateur tire avec la même force que pour le test de base et évalue la force développée.

Les interprétations sont les mêmes que celles indiquées pour le test avec le bras. Faites des essais et vous découvrirez quelle méthode vous convient le mieux.

Faites tout d'abord quelques tests pour vous entraîner, en tenant par exemple un paquet de café, de cigarettes, un fruit ou un légume frais, le même passé au four à micro onde, un flacon d'eau de javel... Vous pouvez également dire à voix haute, je m'appelle "votre prénom", je m'appelle Gertrude, je suis un homme, je suis une femme (un mensonge est perçu par l'organisme comme un stress).

[Retour sommaire](#)